

Научная статья

УДК 1159.9

<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2023-6-164-171>

Качество жизненных планов в позднем юношеском возрасте

Татьяна Петровна Будякова

Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, Елец, Россия, budyakovaelez@mail.ru

Аннотация

Рассматриваются вопросы формирования жизненных планов студентов, пребывающих в позднем юношеском возрасте. Основная идея исследования состояла в том, что ключевые способности жизненного планирования имеют вневозрастное значение. Целью эмпирического исследования стало выявление и оценка качества жизненных планов студентов и возможности использования навыков планирования, полученных в юности и пожилом возрасте. Для реализации этой цели нужно было выявить, какие элементы планирования можно и нужно освоить в юношеском возрасте, чтобы они позволили адаптироваться к жизни после завершения трудовой карьеры и обеспечивали удовлетворенность жизнью в пожилом возрасте. В исследовании приняли участие 80 студентов Елецкого государственного университета им. И. А. Бунина. В качестве методов исследования были использованы эксперимент и метод экспертных оценок. Экспертами выступили неработающие пенсионеры в возрасте от 65 до 74 лет. Было установлено, что текущие жизненные планы студентов отличаются схематичностью, бессистемностью и однообразием. В таком варианте они не могут обеспечить эффективную подготовку к жизни в иных возрастах. Эксперты, опираясь на свой жизненный опыт, учитывая ошибки планирования своей собственной жизни в поздней юности, выделили шесть позиций, по которым нужно как оценивать качество планирования жизненных расписаний, так и специально формировать их. Именно эти позиции были слабо представлены или не представлены вообще в планах-отчетах студентов. В частности, это структурирование личного времени, особые индивидуальные привычки, обязанности перед семьей, организация общения с друзьями, ключевые события недели и месяца, вклад в организацию своего личного пространства. Отмечается, что одним из инструментов подготовки к жизни в позднем онтогенезе может стать наставничество по вопросам планирования своей жизни.

Ключевые слова: планирование жизни, жизненные стратегии, личность пожилого человека, пожилой возраст, поздняя юность

Источник финансирования: исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 23-28-00306, <https://rscf.ru/project/23-28-00306/> «Концептуальные основы функционирования и развития антивиктимной личности в пожилом возрасте».

Для цитирования: Будякова Т. П. Качество жизненных планов в позднем юношеском возрасте // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2023. Вып. 6 (52). С. 164–171. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2023-6-164-171>

Original article

Quality of life plans in late adolescence

Tatyana P. Budyakova

Bunin Yelets State University, Yelets, Russian Federation, budyakovaelez@mail.ru

Abstract

The issues of formation of life plans of students staying in late adolescence are considered. The main idea of the study was that the key abilities of life planning are of ageless significance. The purpose of the

empirical study was to identify and evaluate the quality of students' life plans and the possibility of using the planning skills acquired in youth in old age. To do this, it was necessary to identify what elements of planning can and should be mastered in adolescence, so that they allow them to adapt to life after the end of their working career and ensure life satisfaction in old age. The study involved 80 students of Bunin Yelets State University. The experiment and the method of expert assessments were used as research methods. The experts were non-working pensioners aged 65 to 74 years. It was found that the current life plans of students are sketchy, unsystematic and monotonous. In this version, they cannot provide effective preparation for life at other ages. Experts, based on their own life experience, taking into account the mistakes of planning their own life in late adolescence, identified six positions by which it is necessary both to assess the quality of planning life schedules and to specifically form them. It is these positions that were poorly represented or not presented at all in the plans-reports of students. In particular, this is the structuring of personal time; special individual habits; family responsibilities; organization of communication with friends; key events of the week and month; contribution to the organization of their personal space. It is noted that one of the tools for preparing for life in late ontogenesis can be mentoring on the issues of planning one's life.

Keywords: *life planning, life strategies, personality of an elderly person, old age, late youth*

For citation: Budyakova T. P. Quality of life plans in late adolescence [Kachestvo zhiznennykh planov v pozdnem yunosheskom vozraste]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2023, vol. 6 (52), pp. 164–171. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2023-6-164-171>

Одним из основных новообразований юношеского возраста является формирование жизненных планов. При этом, как отмечается в литературе, спецификой жизненных ориентиров этого возраста является их абстрактность, идеализированность, завышенность и неустойчивость [1]. Отсюда, по данным Института социологии РАН, у значительной части современной молодежи возникают нереалистичные целевые установки на взрослую жизнь: иметь много свободного времени, тратить его в свое удовольствие, стать богатым и знаменитым и др. [2]. Вместе с тем в существующих реалиях необходимо как можно более раннее осознание персональной ответственности за проектирование своего жизненного пути [3].

В последнее время выделяется еще один аспект, характеризующий юношеский возраст в отношении перспективного планирования: перспективы жизненного цикла не распространяются на пожилой возраст [4], а ориентируются лишь на среднюю временную перспективу [5].

Планирование собственной жизни оказывается непростой задачей на любом этапе персонификации. Как показывают исследования, даже высокообразованные люди испытывают сложности при проектировании своей жизни в пожилом возрасте [6]. При этом в ученом сообществе отмечается, что заблаговременное планирование жизни, в том числе охватывающее будущий пожилой возраст, должно поощряться на всех возрастных этапах, поскольку оно неизбежно сказывается на качестве ориентированной на конкретного человека социальной помощи в позднем онтогенезе [7], а также на его общем благополучии и реализации жизненных шансов [8].

В отдельных случаях отсутствие планов на пенсионный период в молодом возрасте обусловлено фальшивыми представлениями о пожилом возрасте, когда маркерами позитивной оценки жизненного статуса пенсионера являются факторы свободы от работы, социальной ответственности, а также избавление от необходимости подтверждать социальные ожидания [9]. Зачем планировать, если и так все будет хорошо? Однако жизненные реалии показывают, что даже почетная отставка в связи с выходом на пенсию порождает чувства тревожности и отстраненности, обусловленные неготовностью к переходу в новый формат жизни [10]. Основным вопросом после выхода на пенсию «Что мне делать с остальной частью моей жизни?» возникает все равно неожиданно, поскольку его решение все время откладывалось в предыдущие жизненные стадии [11], часто из страха перед старостью [4].

На данный момент установлено, что при спонтанном возрастном развитии потребность приспособиваться к новому возрастному этапу возникает только с его фактическим приближением

[12]. При этом отмечается, что с возрастом меняются и приоритеты подготовки к новым жизненным циклам, поскольку существенно трансформируются представления о взрослости [13]. В силу этого вопросы подготовки молодежи к планированию своей жизни на длительные перспективы актуальны и требуют специального изучения.

Исследователи, занимавшиеся изучением возрастного планирования в юношеском возрасте, в основном акцентировали внимание на проблеме профессионального выбора или профессионального становления [14, 15].

Однако жизненный путь представляет собой сложный социальный институт, включающий и период завершения профессионального пути, что, на наш взгляд, должно учитываться уже в начале профессиональной карьеры.

Целью данного эмпирического исследования стало выявление и оценка качества жизненных планов студентов и возможности использования навыков планирования, полученных в юности, в пожилом возрасте. В качестве методов исследования были выбраны эксперимент и метод экспертных оценок.

При разработке методики исследования мы исходили из того, что спецификой ориентаций личности в юношеском возрасте является создание жизненных планов. При этом качество планирования жизни в целом зависит от умения проектировать и более короткие отрезки жизни, поскольку именно из них в целом складывается жизнь человека. Неработающие пенсионеры в качестве экспертов были выбраны потому, что при анализе своего прошлого жизненного пути они уже осознали и отрефлексировали пробелы и недостатки планирования собственной жизни в поздней юности, поэтому могут быть экспертами в оценке жизненных стратегий в этот возрастной период.

При выборе экспериментального материала мы руководствовались тезисом о том, что некоторые элементы планирования имеют вневозрастное значение. При этом для пожилого человека важно не стратегическое планирование, а тактическое: как провести день, неделю, месяц, чтобы не было скучно, одиноко, бесцельно. При этом проблемы скуки, одиночества и ощущение бесцельности существования во временной перспективе дня, недели, месяца имеют место и у молодежи именно из-за некачественного планирования своего досуга.

В силу этого мы хотели выяснить, какие элементы продуктивного планирования не освоены молодежью, которые имели бы позитивное значение и в пожилом возрасте. Особенно было важно выявить характер планирования каникул, поскольку именно это время года более похоже на пенсионный период.

Для решения этих вопросов была разработана авторская методика «Жизненное расписание». Студентам предлагалось заполнить два бланка, представлявших собой календарную схему одного летнего и одного учебного месяцев. Испытуемым давалась следующая инструкция: «Вам нужно по дням запланировать один из своих учебных месяцев и каникулярный месяц. В частности, описать, чем Вы планируете заниматься, кроме учебы, первого числа месяца, затем второго, третьего и т. д. до конца месяца».

В исследовании приняли участие 80 человек, студенты первого и второго курсов Елецкого государственного университета им. И. А. Бунина. Из них 50 девушек и 30 юношей. В качестве экспертов выступили неработающие пенсионеры в возрасте от 65 до 74 лет. Из них двое мужчин и три женщины.

Доказыванию подлежала следующая гипотеза: «Необходимым элементом качества жизненных планов в юношеском возрасте является наличие навыков составления продуктивных жизненных расписаний на краткосрочные периоды жизни. Это обеспечит подготовку к будущей жизни в пожилом возрасте».

В результате исследования были выявлены недостатки текущего планирования собственной жизни на короткие периоды в позднем юношеском возрасте. Первый недостаток можно было сразу

определить визуально: только четверть от общего количества испытуемых заполнила полностью весь календарный цикл как летнего (22 %), так и учебного месяцев (24 %). Большая часть испытуемых заполнила бланки в пределах одной трети от количества календарных дней (48 % для учебного месяца, 41 % для летнего месяца). Общая картина представлена в табл. 1. В целом это свидетельствует о неумении организовывать свою текущую жизнь и определять ее краткосрочные перспективы.

Таблица 1

Количество заполненных мероприятиями дней в течение месяца

№ п/п	Временной интервал	Количество студентов, охвативших интервал планирования (учебный месяц)	Количество студентов, охвативших интервал планирования (летний месяц)
1	до 10 дней	38 (48 %)	41 (51 %)
2	до 15 дней	14 (17 %)	18 (22 %)
3	до 20 дней	9 (11 %)	4 (5 %)
4	до 30 дней (полный месяц)	19 (24 %)	17 (22 %)

Другим явным недостатком планирования выступила его бессистемность и однообразие в выборе жизненных мероприятий. Пример такого прогноза представлен в табл. 2. В принципе там запланировано только два события: «гулять по парку» и «выяснять отношения с другом». Второй наглядной иллюстрацией указанного выше недостатка является результат, представленный одной из участниц исследования, в котором она заполнила все 30 дней учебного месяца и все 30 дней каникул однотипными мероприятиями: «пойду на день рождения к тете»; «буду участвовать в дне рождения сестры» и т. д. Испытуемая отметила, что у нее много родственников, поэтому практически все дни заняты походами на личные праздники. Очевидно, что данный результат непродуктивный, поскольку сама процедура планирования задана извне, опосредована внешними факторами. Жизнь станет бесцельной, если никто никуда не пригласит.

Таблица 2

Пример некачественного планирования на летний месяц (фрагмент)

День недели	Планируемые мероприятия
1	Буду гулять по саду
2	Буду гулять по саду
3	Буду гулять по саду
4	Буду думать, чем заняться дальше летом
5	Выберу себе друга
6	Буду выяснять отношения с другом
7	Буду переживать от разрыва с другом

Привлеченные к исследованию эксперты находились в статусе неработающего пенсионера уже несколько лет: от пяти до десяти. Их собственный как позитивный, так и негативный опыт лег в основу качественной оценки экспериментального материала. Эксперты выделили несколько необходимых элементов планирования текущей жизни в поздней юности, которые были либо фрагментарно представлены в некоторых отчетах студентов, либо не были выявлены вообще. При этом наличие этих элементов составляло бы ценный багаж на перспективу пенсионного возраста.

Всего было сформулировано шесть основных позиций: 1) структурирование личного времени; 2) особые индивидуальные привычки; 3) обязанности перед семьей; 4) организация общения с друзьями; 5) ключевые события недели и месяца; 6) вклад в организацию своего личного пространства.

Первая позиция «Структурирование личного времени» отражает умение так планировать свое время, чтобы создавать эффект его заполненности. Исследования восприятия времени свидетельствуют о том, что чем более заполнено время, тем более удовлетворенность от жизни [16]. Эффект заполненности временем проявился только у некоторых студентов и то исключительно для периодов учебы. Здесь уместно привести пример наблюдения за китайскими пенсионерами, жизнь кото-

рых отличается продуктивностью: они всегда чем-то заняты. Напротив, наши испытуемые в беседах отмечали, что, несмотря на загруженность учебными занятиями, им часто бывает скучно, они не знают, чем заняться. Очевидно, что неумение организовать свой досуг проявится и в других возрастах.

Структурирование личного времени имеет и еще одну важную функцию, критичное осознание которой приходится на период окончания трудовой деятельности. Эксперты указали, что после выхода на пенсию они стали путать дни недели, а иногда и месяцы, поскольку нарушился отсчет регламентированного времени, который поддерживался рабочим графиком. Чтобы справиться с этой проблемой, некоторые стали планировать определенные мероприятия, сопряженные с конкретным днем недели, например, «по пятницам я хожу в храм» или «по понедельникам я поливаю кактусы».

Эксперты выделили у некоторых испытуемых как положительный фактор организации и временной дисциплинированности участие в спортивных тренировках и соревнованиях. Особенно этот фактор проявился у студентов, обучающихся по направлениям подготовки, связанным со спортом и физической культурой. В будущем если у них сохранится, например, участие в ветеранском спорте, это будет средством временной фиксации как спортивного события, так и даты в личном календаре, что не позволит «потеряться» во времени.

Вторая позиция «Особые индивидуальные привычки». Они необходимы в первую очередь для того, чтобы не потерять свою идентификацию в любом возрасте. Они могут быть любыми: это и коллекционирование, и вышивание, и приготовление эксклюзивных блюд, и молитва на каждый день и др. В рамках настоящего исследования проявилось, что такие привычки есть пока только у небольшого числа студентов (8 чел.), 10 % от общей выборки. При этом у них еще не сформировалось осознание важности сохранения этих привычек на будущее.

Обязанности перед семьей как третья позиция психологической готовности к жизни в пожилом возрасте была более представлена у девушек. Именно в их помесечных планах представлена забота о родителях и других близких (табл. 3). Эксперты отметили, что отсутствие потребности заботиться о своих родителях приведет к тому, что за нынешними представителями молодежи в старости также некому будет заботиться.

Таблица 3

Пример относительно качественного планирования на летний месяц (фрагмент)

День недели	Планируемые мероприятия
1	Составлю план на лето
2	Буду заниматься поиском работы на лето
3	Встречусь с подругой
4	Сделаю себе праздник: приготовлю торт
5	Займусь уборкой
6	Буду помогать родителям
7	Почитаю интересную книгу

По четвертой позиции «Организация общения с друзьями» в исследовании было выявлено, что практически у четверти испытуемых нет близких друзей. Эксперты акцентировали внимание на том, что именно в этом возрасте должны появляться друзья, поскольку будет солидное время для проверки на прочность дружеских отношений. Как правило, дружба, начатая в пожилом возрасте, имеет непрочные основания, дружеские связи здесь нестабильные и менее ответственные, чем при многолетней дружбе.

Пятая позиция «Ключевые события недели и месяца» имеет значение как для структурирования личного времени, так и поддержания смысловой организации личности. К ключевым событиям недели и месяца эксперты отнесли такие, которые являются частью реализации какой-либо смыслообразующей для личности деятельности. Согласно Д. А. Леонтьеву, жизненные смыслы объеди-

няют фрагменты жизни в единую структуру, придают ей социальную значимость [17]. В данном исследовании эксперты обратили внимание на то, что в пожилом возрасте необходима какая-то социально значимая деятельность, которая обеспечивает связь с более широким социумом, придает значимый смысл жизнедеятельности. Так, один из наших экспертов продолжил заниматься научными изысканиями, другой сам организовал кружок для любителей чтения, к работе которого готовился в течение недели или месяца.

Анализируя отчеты студентов в качестве аналогов смыслообразующих дел, которые могут пригодиться в пожилом возрасте, эксперты выделили факты дополнительной работы студентов. Например, умение наращивать брови, оказывать транспортные услуги как такси или навыки пчеловодства могут пригодиться и после окончания трудовой карьеры. Оказалось, что эти виды активности студенты любят не меньше, чем свою будущую профессию.

И наконец, шестая позиция, выделенная экспертами, касалась качества окружающего личного пространства. Эксперты указали на важность того, чтобы квартира или дом были в пенсионном возрасте как уютны, так и удобны. Этот аспект планирования проявился в основном у девушек, которые намечали уборку в доме. У трех юношей этот элемент актуализировался из-за того, что у них оказался отдельный (свой или родительский) дом, они планировали участвовать в его ремонте или перестройке.

В итоге можно констатировать, что умение составлять жизненные расписания является анти-виктимной (victim – жертва) характеристикой личности, поскольку позволяет предвидеть ход событий и готовиться к разным сценариям в персональной жизни и тем самым избегать разочарований и стрессов от неожиданных проявлений жизнедеятельности [18]. В этом могут помочь наставники-педагоги, в объем обязанностей которых можно включить обучение качественному планированию текущей и будущей жизни. Пока это не рассматривается как функция наставника, хотя косвенно исследования показывают, что она необходима. Так, было установлено, что наибольшие трудности студенты испытывают при построении индивидуального образовательного маршрута, то есть мероприятия [19], подразумевающего временное планирование. Как показало данное исследование, навыки планирования даже краткосрочных жизненных дистанций у студентов крайне неразвиты. Им нужна помощь представителей старших поколений, которые, отрефлексировав собственный негативный опыт, укажут на пробелы в личном планировании текущей и перспективной жизни.

Список источников

1. Демина И. А. Психологические особенности планирования будущего в возрасте ранней юности // Известия Алтайского гос. ун-та. 2000. № 2 (16). С. 18–22.
2. Молодежь новой России: образ жизни и ценностные приоритеты. URL: https://www.isras.ru/analytical_report_Youth.html (дата обращения: 25.02.2023).
3. Курышева О. В. Возрастные характеристики структурирования жизненного пути // Вестник университета. 2014. № 12. С. 274–279.
4. Anderson L. B., Gettings P. E. “Old age scares me”: Exploring young adults’ feelings about aging before and during COVID-19 // Journal of Aging Studies. 2022. № 1 (60). 100998. doi: 10.1016/j.jaging.2022.100998. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890406522000019> (дата обращения: 25.02.2023).
5. Шилова Н. П. Формирование временной перспективы современных юношей и девушек // Теоретическая и экспериментальная психология. 2022. № 3. С. 34–43.
6. Amani J., Luvanga B., Kihaga H., Ndeskoi T., Gabriel L. Why do academics fail to plan for retirement? Employers’ and employees’ views // Journal of Aging Studies. 2023. Vol. 64. March. 101103. doi: 10.1016/j.jaging.2023.101103. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S089040652300004X> (дата обращения: 25.02.2023).
7. Orlovic M., Warraich H., Wolf D., Mossialos E. End-of-Life Planning Depends on Socio-Economic and Racial Background: Evidence from the US Health and Retirement Study (HRS) // Journal of Pain and Symptom Management. 2021. Vol. 62, is. 6. December. P. 1198–1206. doi: 10.1016/j.jpainsymman.2021.05.018

8. Macmillan R., Eliason S. R. Characterizing the life course as role configurations and pathways: A latent structure approach // *Handbook of the life course*. 2003. P. 529–554. doi: 10.1007/978-0-306-48247-2_24
9. Smith F., Dougherty D. Revealing a Master Narrative: Discourses of Retirement Throughout the Working Life Cycle // *Management Communication Quarterly*. 2012. Vol. 26, is. 3. P. 453–478. doi: 10.1177/0893318912438687
10. Chase C., Eklund S., Pearson L. Affective responses of faculty emeriti to retirement // *Educational Gerontology*. 2003. Vol. 23. December. P. 521–534. doi: 10.1080/713844397
11. Steiner J., Amabile T. What do I make of the rest of my life? Global and quotidian life construal across the retirement transition // *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 2022. Vol. 171. July. 104137. doi: 10.1016/j.obhdp.2022.104137. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0749597822000218> (дата обращения: 25.02.2023).
12. Barrett A. E., Barbee H. The subjective life course framework: Integrating life course sociology with gerontological perspectives on subjective aging // *Advances in Life Course Research*. 2022. Vol. 51. March. 100448. doi: 10.1016/j.alcr.2021.100448. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1040260821000526> (дата обращения: 25.02.2023).
13. Arnett J. Conceptions of the transition to adulthood from adolescence through midlife // *Journal of Adult Development*. 2001. Vol. 8 (2). P. 133–143. doi: 10.1023/A:1026450103225
14. Андреева А. Д., Лисичкина А. Г., Бримова Л. А. Временная и жизненная перспектива как мотивационный центр самоопределения в ранней юности: сравнительно-историческое исследование // *Теоретическая и экспериментальная психология*. 2022. № 3. С. 198–210.
15. Карабанова О. А., Захарова Е. И., Старостина Ю. А. Личностные факторы построения профессиональной карьеры в период вхождения во взрослость // *Национальный психол. журнал*. 2020. № 4 (40). С. 113–124.
16. Неяскина Ю. Ю., Мазуркевич А. В. Взаимосвязь субъективного качества жизни и временной перспективы личности // *Вестник Краунц. Гуманитарные науки*. 2014. № 1. С. 94–105.
17. Леонтьев Д. А. Смыслообразование и его контексты: жизнь, структура, культура, опыт // *Мир психологии*. 2014. № 1. С. 104–117.
18. Будякова Т. П., Батуркина Г. В., Нижник Г. Н. Физическая культура и спорт как предикторы антивиктимной личности. Елец: ЕГУ им. И. А. Бунина, 2023. 160 с.
19. Пазухина С. В., Декина Е. В. Психологические индикаторы удовлетворенности студентов взаимодействием с кураторами нового типа – наставниками // *Научно-педагогическое обозрение*. 2023. Вып. 1 (47). С. 158–169. doi: 10.23951/2307-6127-2023-1-158-169

References

1. Demina I. A. Psikhologicheskiye osobennosti planirovaniya budushchego v vozraste ranney yunosti [Psychological features of planning the future at the age of early youth]. *Izvestiya Altayskogo gosudarstvennogo universiteta – Proceedings of the Altai State University*, 2000, no. 2 (16), pp. 18–22 (in Russian).
2. *Molodezh' novoy Rossii: obraz zhizni i tsennostnyye priority* [Youth of new Russia: lifestyle and value priorities] (in Russian). URL: https://www.isras.ru/analytical_report_Youth.html (accessed 25 February 2023).
3. Kuryshcheva O. V. Vozrastnyye kharakteristiki strukturirovaniya zhiznennogo puti [Age characteristics of life path structuring]. *Vestnik universiteta – Bulletin of the University*, 2014, no. 12, pp. 274–279 (in Russian).
4. Anderson L. B., Gettings P. E. “Old age scares me”: Exploring young adults’ feelings about aging before and during COVID-19. *Journal of Aging Studies*, 2022, no. 1 (60), 100998. doi: 10.1016/j.jaging.2022.100998. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890406522000019> (accessed 25 February 2023).
5. Shilova N. P. Formirovaniye vremennoy perspektivy sovremennykh yunoshey i devushek [Formation of the time perspective of modern boys and girls]. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya – Theoretical and experimental psychology*, 2022, no. 3, pp. 34–43 (in Russian).
6. Amani J., Luvanga B., Kihaga H., Ndeskoi T., Gabriel L. Why do academics fail to plan for retirement? Employers’ and employees’ views. *Journal of Aging Studies*, 2023, vol. 64, March. 101103. doi: 10.1016/j.jaging.2023. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S089040652300004X> (accessed 25 February 2023).
7. Orlovic M., Warraich H., Wolf D., Mossialos E. End-of-Life Planning Depends on Socio-Economic and Racial Background: Evidence from the US Health and Retirement Study (HRS). *Journal of Pain and Symptom Management*, 2021, vol. 62, is. 6, December, pp. 1198–1206. doi: 10.1016/j.jpainsymman.2021.05.018

8. Macmillan R., Eliason S. R. Characterizing the life course as role configurations and pathways: A latent structure approach. *Handbook of the life course*, 2003, pp. 529–554. doi: 10.1007/978-0-306-48247-2_24
9. Smith F., Dougherty D. Revealing a Master Narrative: Discourses of Retirement Throughout the Working Life Cycle. *Management Communication Quarterly*, 2012, vol. 26, is. 3, pp. 453–478. doi: 10.1177/0893318912438687
10. Chase C., Eklund S., Pearson L. Affective responses of faculty emeriti to retirement. *Educational Gerontology*, 2003, vol. 23, December, pp. 521–534. doi: 10.1080/713844397
11. Steiner J., Amabile T. What do I make of the rest of my life? Global and quotidian life construal across the retirement transition. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 2022, vol. 171, July, 104137. doi: 10.1016/j.obhdp.2022.104137. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0749597822000218> (accessed 25 February 2023).
12. Barrett A. E., Barbee H. The subjective life course framework: Integrating life course sociology with gerontological perspectives on subjective aging. *Advances in Life Course Research*, 2022, vol. 51, March, 100448. doi: 10.1016/j.alcr.2021.100448. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1040260821000526> (accessed 25 February 2023).
13. Arnett J. Conceptions of the transition to adulthood from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development*, 2001, vol. 8 (2), pp. 133–143. doi: 10.1023/A:1026450103225
14. Andreyeva A. D., Lisichkina A. G., Brimova L. A. Vremennaya i zhiznennaya perspektiva kak motivatsionnyy tsentr samoopredeleniya v ranney yunosti: sravnitel'no-istoricheskoye issledovaniye [Temporal and life perspective as a motivational center of self-determination in early youth: a comparative historical study]. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya – Theoretical and Experimental Psychology*, 2022, no. 3, pp. 198–210 (in Russian).
15. Karabanova O. A., Zakharova E. I., Starostina Yu. A. Lichnostnyye faktory postroyeniya professional'noy kar'yery v period vkhozhdeniya vo vzroslost' [Personal factors in building a professional career during the period of entry into adulthood]. *Natsional'nyy psikhologicheskij zhurnal – National Psychological Journal*, 2020, no. 4 (40), pp. 113–124 (in Russian).
16. Neyaskina Yu. Yu., Mazurkevich A. V. Vzaimosvyaz' sub'ektivnogo kachestva zhizni i vremennoy perspektivy lichnosti [Relationship between subjective quality of life and personal temporal perspective]. *Vestnik Kraunts. Gumanitarnyye nauki*, 2014, no. 1, pp. 94–105 (in Russian).
17. Leontiyev D. A. Smysloobrazovaniye i yego konteksty: zhizn', struktura, kul'tura, opyt [Meaning formation and its contexts: life, structure, culture, experience]. *Mir psikhologii*, no. 1, pp. 104–117 (in Russian).
18. Budyakova T. P., Baturkina G. V., Nizhnik G. N. Fizicheskaya kul'tura i sport kak prediktory antiviktimnoy lichnosti [Physical culture and sports as predictors of anti-victim personality]. Yelets, YEGU im. I. A. Bunina Publ., 2023. 160 p. (in Russian).
19. Pazukhina S. V., Dekina E. V. Psikhologicheskiye indikatory udovletvorennosti studentov vzaimodeystviyem s kuratorami novogo tipa – nastavnikami [Psychological indicators of student satisfaction with interaction with curators of a new type – mentors]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2023, vol. 1 (47), pp. 158–169 (in Russian). doi: 10.23951/2307-6127-2023-1-158-169.

Информация об авторе

Будякова Т. П., кандидат психологических наук, доцент, Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина (ул. Коммунаров, 28, Елец, Россия, 399770).

E-mail: budyakovaelez@mail.ru

Information about the author

Budyakova T. P., Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Bunin Yelets State University (ul. Kommunarov, 28, Yelets, Russian Federation, 399770).

E-mail: budyakovaelez@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.02.2023; принята к публикации 30.10.2023

The article was submitted 25.02.2023; accepted for publication 30.10.2023