

УДК: 159.99

Завышенные социальные ожидания как фактор формирования синдрома отложенной жизни

Елизавета В. Найденова

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Россия

E-mail: naidenova@sfedu.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4460-2399>

Аннотация

В статье рассматривается представление о завышенных социально-культурных ожиданиях как о факторах, способствующих формированию синдрома отложенной жизни в современных реалиях. Новизна работы заключается в том, что проведенное эмпирическое исследование является одним из немногих исследований, посвященных изучению взаимосвязи завышенных ожиданий общества и наличием синдрома отложенной жизни. Во **Введении** автором обзревается актуальность исследования, сформированная широким распространением социальных сетей и телевидения, которые неоднозначно сказываются на представлениях людей о собственной жизни. Приводится анализ различных подходов к проблеме синдрома отложенной жизни и влиянию общественных ожиданий на человека. В качестве эмпирического объекта исследования выступали 100 человек трудоспособного населения от 18 до 65 лет без разделения их на группы. Данный отбор был сделан исходя из представлений о данной группе, как о выборке лиц, сформировавших жизненные ценности, цели, способных оценивать собственные действия и влияние на них общественного мнения. В разделе **«Методы»** приводится авторский опросник, выполняющий задачу выявления у человека синдрома отложенной жизни, а также наличия признаков завышенного влияния общества на личность. **Результаты** исследования показывают связь между синдромом отложенной жизни и существующими социальными ожиданиями от современного человека. В разделе **«Обсуждение результатов»** автор отмечает, что синдром отложенной жизни одного человека не может привести к появлению культа успешности и достигательства во всем мире. Поэтому можно утверждать, что слишком высокие социально-культурные ожидания, возникающие из-за процесса глобализации, приводят к формированию у людей синдрома отложенной жизни.

Ключевые слова

синдром отложенной жизни, социальные ожидания, жизненный сценарий, невроз, северный сценарий, завышенные ожидания, достигаторство

Для цитирования

Найденкова Е. В. Завышенные социальные ожидания как фактор формирования синдрома отложенной жизни // Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология. 2022. Т. 5, No 1. С. 40–52. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2022-5-1-40-52>

Inflated social expectations as a factor in the formation of the delayed life syndrome

Elizaveta V. Naidenova

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia

E-mail: naidenova@sfedu.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4460-2399>

Abstract

The article examines the idea of inflated socio-cultural expectations as factors contributing to the formation of the delayed life syndrome in modern realities. The novelty of the work lies in the fact that the empirical study conducted is one of the few studies devoted to the study of the relationship between the inflated expectations of society and the presence of the delayed life syndrome. In the **Introduction**, the author reviews the relevance of the study, formed by the widespread use of social networks and television, which do not unambiguously affect people's ideas about their own lives. The analysis of various approaches to the problem of delayed life syndrome and the influence of social expectations on a person is given. The empirical object of the study was 100 people of the able-bodied population from 18 to 65 years old without dividing them into groups. This selection was made based on the ideas of this group as a sample of people who have formed life values and goals and who can evaluate their own actions and the influence of public opinion on them. The section **"Methods"** contains the author's questionnaire, which identifies a person's delayed life syndrome, as well as the presence of signs of an overestimated influence of society on the individual. The **Results** of the study show a connection between the delayed life syndrome and the existing social expectations of a modern person. In the section **"Discussion of the results"**, the author notes that the delayed life syndrome of one person cannot lead to the emergence of a cult of success and achievement all over the world. Therefore, too high socio-cultural expectations arising from the process of globalization lead to the formation of delayed life syndrome in people.

Keywords

delayed life syndrome, social expectations, life scenario, neurosis, northern scenario, inflated expectations, overachieving

For citation

Naidenova, E. V. (2022). Inflated social expectations as a factor in the formation of the delayed life syndrome. *Innovative Science: psychology, pedagogy, defectology*, 5(1), 40–52. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2022-5-1-40-52>

Введение

Достаточное большое внимание получает сейчас в научно-популярной литературе и массовой культуре феномен синдрома отложенной жизни. Хотя, на самом деле, это явление не представляется нам чем-то новым, появившимся в последние десятилетия. Как считают некоторые авторы, первое упоминание о синдроме отложенной жизни встречается в произведениях Р. Киплинга. Он описывал жизнь англичанина, который ожидал «переворотный» момент в жизни – возвращение в Англию, после которого начнется настоящая жизнь (Кибирева, 2017). Впервые в научной литературе понятие «Синдром отложенной жизни» было обозначено В. П. Серкиным в 1997 году в рамках исследования причин миграции жителей северных регионов. В данном подходе описывались специфические жизненные сценарии, а основное место отводилось «Северному сценарию». Главной идея «Северного сценария» такова: жители северных регионов считают, что в данный момент только готовятся к «реальной» жизни, которая начнется после переезда в другой район с лучшими условиями. Исследователями выдвигался ряд причин, обуславливающих северный сценарий. Среди них выделялись: демографические, социально-экономические, религиозные, геоклиматические. Описываемый сценарий отложенной жизни достаточно напоминает выдвинутый Э. Берном сценарий «Почти» (Плигин, 2019). В дальнейшем в рамках этой теории было введено понятие «Невроз отложенной жизни». Данное понятие описывает невротические проявления у людей, которые, проигрывая сценарий отложенной жизни, не реализуют существующие в актуальный момент потребности. Как считают авторы, в отличие от классического невроза, построенного по схеме «хочу – не могу», НОЖ построен по схеме достижения – «хочу-могу-не позволяю себе». При этом такое «не позволяю себе» реализуется долго и принимает систематический характер. В. П. Серкин (2012) отмечал также и другие разновидности сценария отложенной жизни, например «колонизальные сценарии», однако центральным оставался все же «северный сценарий». В. Г. Горощко (2017) отмечает такие симптомы, характерные для СОЖ, как:

1. Существование «точки отсчета» после которой начнется именно жизнь, а не существование. Условно в представлениях человека с СОЖ весь период жизни можно разделить на: «период ожидания», «достижения», «период вознаграждения» – «настоящая» жизнь.
2. Представления о жизни после переломного момента наполнены значимыми ценностями.

3. При необходимости проявить способности возникает ощущение тревоги.
4. Отсутствуют планы и цели на «настоящую» жизнь.
5. Характерны накопительство, повышенный интерес к жизни других людей.
6. Протяженность проявлений синдрома от 5 лет и более.
7. Человек считает такой образ мыслей в порядке вещей.

К сожалению, вопрос почему данное явление появляется, какие есть предпосылки и факторы формирования, ещё не был изучен.

Развитие технологий, а именно телевидения и социальных сетей, также может влиять на формирование СОЖ. Каждый день мы видим картинку успешной и настоящей жизни. Под таким воздействием общества многие люди начинают ставить себе зачастую навязанные и абстрактные цели, достижение которых, однако, не гарантирует обретение счастья (Неяскина, 2012). Фрустрирующими факторами для человека являются невозможность вести такой образ жизни, какой он считает социально правильным и благополучным.

В данный момент представление о сценариях отложенной жизни все больше уходит от восприятия их исключительно в русле северного сценария. Происходит это и благодаря статистическим исследованиям, которые показывают достаточно сильную распространённость феномена во всех регионах, и благодаря популяризации. По статистике в прослойке менеджеров данный феномен становится болезнью, проявляющейся в трудоголизме (Лапшов, 2014). Данная проблема обостряется и благодаря тому факту, что описанное ранее поведение является социально одобряемым. Завышенные ожидания общества влияют на формирование синдрома, приводят к ощущению неудовлетворенности в рамках жизни одного человека и к появлению множества социальных проблем, таких как снижение рождаемости, миграции, в мировой перспективе, поэтому изучение данного фактора не может быть не актуальным.

Современное представление о СОЖ несколько отличается от представлений В. П. Серкина (2001), хотя факт ожидания человеком лучших времен для начала настоящей жизни остается общим. О. С. Виндекер приводит следующие определение: «Синдром отложенной жизни (СОЖ) – группа жизненных сценариев, заключающихся в том, что живущий в таком сценарии человек искренне и часто неосознанно считает, что пока он не живет настоящей жизнью, а лишь готовится к ней» (Виндекер, 2016, с. 107).

Целью исследования является изучение влияния фактора завышенных ожиданий общества на формирование синдрома отложенной жизни. Гипотеза исследования: завышенные ожидания общества имеют связь с наличием синдрома отложенной жизни и могут привести к его формированию

Методы

Для проверки выдвинутой гипотезы нами были использованы следующие

методы: анализ отечественной и зарубежной научной литературы по проблеме исследования; в качестве эмпирических методов использовались анкетирование, тестирование, методы качественной и количественной обработки данных, анализ и интерпретация полученных результатов. Надежность полученных данных обеспечивается достаточным объемом эмпирической выборки, а также благодаря методам математической статистики, использованным с целью выявления вероятностной связи показателей: корреляционный анализ с применением коэффициента Спирмена. Для обработки данных были использованы стандартные компьютерные программы статистического анализа данных: SPSS Statistica. Был составлен авторский опросник, нацеленный на выявление синдрома отложенной жизни у опрошенных, а также узнать, ощущают ли они в своей жизни завышенное влияние социальных ожиданий.

Результаты

В результате проведения исследования были выявлены следующие показатели.

Средняя сумма баллов среди респондентов по методике тестирования синдрома отложенной жизни равна 49,93. Данный результат – более 38 баллов – говорит о существовании тенденции к развитию синдрома отложенной жизни среди группы опрошенных. При этом 90 % процентов опрошенных имеют СОЖ, что представлено на рис. 1.

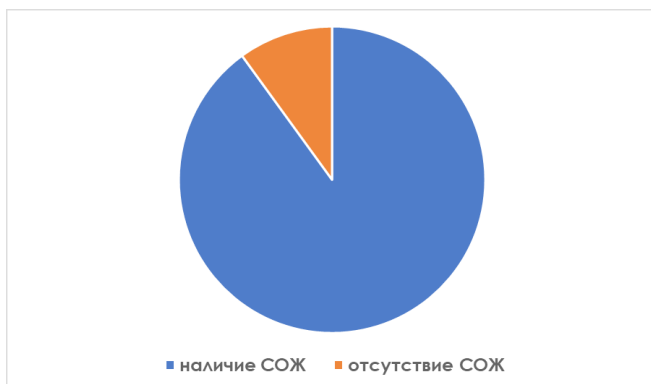


Рисунок 1. Процент респондентов с СОЖ и без него

Далее перейдем к рассмотрению результатов респондентов с выявленным синдромом отложенной жизни.

При рассмотрении вопросов 8 (я часто сравниваю свою жизнь с жизнью других людей), 12 (смотря на всеобщую успешность (в телевидении, соц. сетях), я начинаю испытывать волнение), 18 (иногда, смотря на успешных людей

(знакомых, блогеров, актеров), я думаю, что мне нужно больше работать, чтобы жить также хорошо), направленных на выявление такого фактора формирования СОЖ как влияние завышенных ожиданий общества, были выявлены следующие средние баллы, представленные в таблице 1.

Таблица 1.	
Средние баллы по вопросам, связанным с обществом	
Вопрос	Средний балл
8	3,1
12	2,7
18	3,7

По средним баллам можно заметить, что по двум вопросам из трех в группе есть тенденция к проявлению влияния завышенных ожиданий общества на жизнь респондента.

При этом на вопрос восемь 41 % респондентов дали ответ согласен или полностью согласен, 26 % сомневается в ответе, 33 % не согласны с утверждением. Данные представлены на рис. 2.

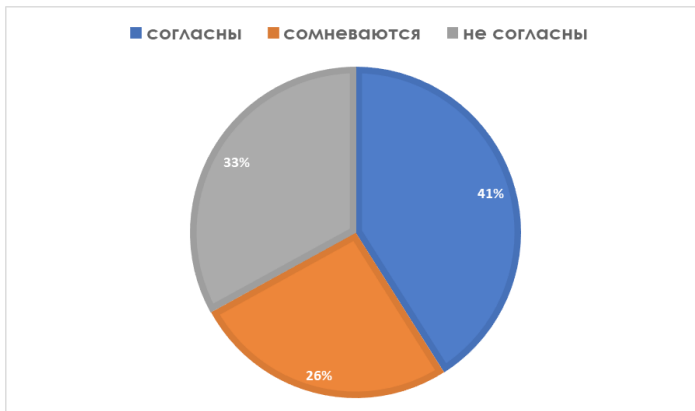


Рисунок 2. Процентное соотношение ответов на вопрос 8

На вопрос 12 нами был получен противоположный результат. 46 % испытуемых не согласны с утверждением, 22 % сомневается в ответе, 32 % согласны с утверждением, что представлено на рис. 3.

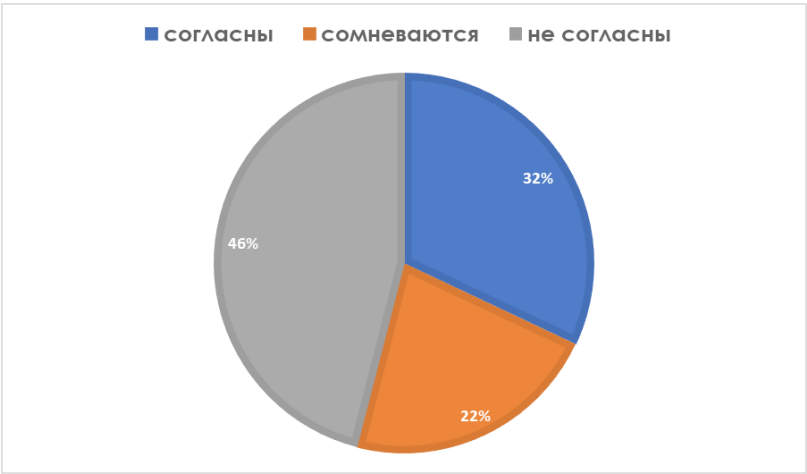


Рисунок 3. Процентное соотношение ответов на вопрос 12

На вопрос восемнадцать 64 % респондентов дали ответ «согласен», 19 % сомневались в ответе и 17 % не заметили проявления этого явления в своей жизни. Данные представлены на рис. 4.

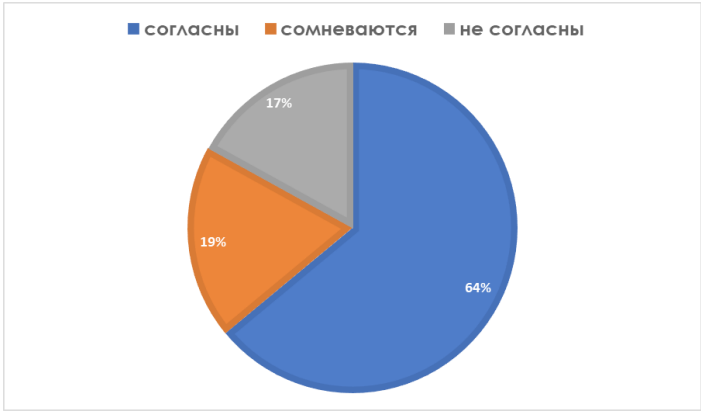


Рисунок 4. Процентное соотношение ответов на вопрос 18

Далее был произведен более тщательный анализ ответов испытуемых. испытуемый может дать следующие ответы:

1. Полностью не согласен
2. Частично не согласен
3. Затрудняюсь ответить
4. Частично согласен
5. Полностью согласен

Если испытуемый в 2-х из 3-х вопросах, относящихся к одному фактору, дает ответ согласен (4,5), значит фактор оказывает на него влияние. Если испытуемый в 2-х из 3-х вопросах, относящихся к одному фактору, дает ответ не согласен или затрудняюсь ответить, то говорить о влиянии этого фактора мы не можем.

В результате было выявлено, что 40 из 90 респондентов с выявленным синдромом отложенной жизни замечали на себе влияние завышенных общественных ожиданий.

Для того, чтобы выявить связь между вопросами, был применен коэффициент ранговой корреляции Спирмена (непараметрический метод). В результате проведенного корреляционного анализа были получены следующие значимые корреляции, обозначенные в таблице 2.

Таблица 2.			
Результаты корреляционного анализа.			
Корреляция	Сила связи	Уровень значимости	Описание
Баллы СОЖ & Ожидания общества	,433*	$P \leq 0,01$	существует умеренная положительная связь высокой степени значимости

Между наличием у респондентов СОЖ и завышенными социально-культурными ожиданиями существует умеренная положительная связь высокой степени значимости. Это говорит о том, что люди, подверженные синдрому отложенной жизни, замечают на себе влияние завышенных требований к современному человеку, которые в настоящий момент популяризируются в СМИ и социальных сетях. Очевидно, что синдром отложенной жизни одного человека не может привести к появлению культа успешности и достигаторства во всем мире. Поэтому можно говорить о том, что слишком высокие общественные ожидания к жизни личности, приводят к формированию у людей синдрома отложенной жизни. Такому человеку приходится много работать, чтобы достичь

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

незримый идеал, после получения которого он сможет по-настоящему жить. Многие исследователи приводят схожее мнение.

Обсуждение результатов

В современном обществе остро стоит проблема «достигаторства» и перфекционизма. Как показывает А. Н. Гончарова (2018) в ситуации завышенных социально-культурных ожиданий у человека формируется эмоциональное выгорание, деформации личности. Развитие социальных сетей, телекоммуникаций привело к навязыванию жизни как «с обложки», к которой стремится каждый. Современный человек каждый день сталкивается с образами «настоящей» жизни, которой живут другие люди, но не он сам. Это приводит к формированию навязанных, труднодостижимых целей. Человек невольно начинает думать, что он сам должен жить так, как ему показали. Складывается ощущение, что не только сам человек ждет этого от себя, но и все его окружение. Все это может приводить к возникновению СОЖ.

К. В. Кибирева (2017) утверждает, что в реалиях современного мира человек стремится к идеалу буквально во всем. Люди хотят трудоустроиться на идеальную работу, без особых усилий воспитать идеальных детей, найти идеальную жену или мужа, совершенно забывая о том, что нет ничего совершенного. Такие завышенные ожидания к жизни и целям жизни часто приводят к невозможности получить желаемое из-за чего впоследствии возникает потеря мотивации. Подобная тенденция говорит о том, что современная культура развивает в людях черты свойственные перфекционизму. Вместо того, чтобы стремиться к самореализации, люди все чаще тратят огромные ресурсы на следование «высоким стандартам», навязанным извне. Автор полагает, что такой перфекционизм приводит к формированию СОЖ.

Ю. С. Фролов (2014) также заявляет о пагубном влиянии завышенных ожиданий общества на человека. Он утверждает, что телевидение и социальные сети создают у молодежи мало реалистичные образы, представления о различных аспектах жизни, что во временной перспективе может пагубно сказаться на обществе. Человек, забыв о настоящем, о возможности жить здесь и сейчас, пытается достичь навязанную мечту. В результате возникает страх перед будущим, так как картина идеального и реального не совпадает, что приводит к «неврозу отложенной жизни».

Как утверждает В. Семенова (2018) людей, подверженный синдрому отложенной жизни можно разделить на несколько групп. Одни стремятся достичь своей цели, которые зачастую изначально мало достижимы. Другой тип «Откладывает» свою жизнь, чтобы удовлетворить чужие, навязанные потребности.

В зарубежной научной литературе также изучаются вопросы влияния социальных ожиданий на различные аспекты жизни. Как утверждают некоторые

исследователи, соблюдение социальных норм можно объяснить тремя основными мотивами: страх наказания со стороны сверстников, стремление к уважению других и желание соответствовать ожиданиям других (Andrighetto, Grieco, Tummolini, 2015). Хотя все играют определенную роль, только желание соответствовать ожиданиям других может поддерживать соблюдение норм, когда ни государственный, ни частный контроль невозможны. Ожидание от других определенного поведения и ожидание того, что от них будут ожидать того же, даст достаточную причину соответствовать общим ожиданиям просто из наших независимых (и совместимых) личных интересов. Другими словами, эти социальные ситуации регулируются тем особым видом социальных норм, которые являются *конвенциями* (Tummolini et al., 2013). Страх быть наказанным сверстниками, безусловно, является важным мотивом соблюдения социальных норм, и роль наказания в развитии и поддержании социальных норм хорошо понятна (Boyd, Gintis, Bowles, Richerson, 2003; Boyd, Gintis, Bowles, 2010). На самом деле, люди могут быть более готовы осуждать поведение друг друга нематериальными средствами, например, вознаграждая тех, кто ведет себя так, как ожидается, уважением, и лишая таких нематериальных преимуществ тех, кто нарушает ожидания (Brennan, Pettit, 2000). Стремление к уважению связано с более сложными эмоциями, чем простой страх. Стыд, например, неразрывно связан с самооценкой и уважением, которое нам оказывают другие, и предполагает желание быть положительно оцененным другими относительно общего стандарта, который в данном случае обеспечивается самой социальной нормой (Miceli, Castelfranchi, 1998).

Заключение

Таким образом, можно сделать вывод, что гипотеза, которая предполагала, что завышенные ожидания общества имеют связь с наличием синдрома отложенной жизни и могут привести к его формированию получила подтверждение, при количественном анализе и корреляционном результате заполнения респондентами авторского опросника.

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Литература

Виндекер, О. С., Сморгалова Т. Л., Лебедев С. Ю. (2016). Психологические корреляты прокрастинации и сценарий отложенной жизни. *Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры*, 150(2), 98–108.

Гончарова, Н. А. (2018). Психологические особенности перфекционизма как индивидуального стиля деятельности. *Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России*, 4(80), 176–181.

Горошко, В. Г., Шубина О. В. (2017). Синдром отложенной жизни: актуальное состояние проблемы. В: И.Б. Шуванова, Ю.Э. Макаревой, И.Г. Макаревой (ред.) *Дружининские чтения. Сборник материалов XVI Всероссийской научно-практической конференции*, Сочи, 26–27 мая 2017 года (с. 113–115). Сочи: Сочинский государственный университет.

Кибишева, К. В. (2017). Роль перфекционизма в формировании "сценария отложенной жизни". В: *Современные тенденции в экономике и управлении: новый взгляд. Сборник материалов XLVI Международной научно-практической конференции*, Екатеринбург, 31 января 2017 года. (с. 103–116). Екатеринбург: Общество с ограниченной ответственностью "Центр развития научного сотрудничества".

Лапшов, А. Ю. (2014). Феномен отложенной жизни - как жизненный сценарий личности в современном обществе. В: XXXI Крашенинниковские чтения. Материалы XXXI Крашенинниковских чтений (с. 237–243). Петропавловск-Камчатский: Министерство культуры Камчатского края, Камчатская краевая научная библиотека им. С. П. Крашенинникова.

Неяскина, Ю. Ю. (2012). Сценарий отложенной жизни как один из вариантов деформации временной перспективы личности. В: *Теория и практика современных гуманитарных и естественных наук. Материалы ежегодной межрегиональной научно-практической конференции*, Петропавловск-Камчатский, 08–11 февраля 2011 года (с. 184–191). Петропавловск-Камчатский: Камчатский государственный университет им. Витуса Беринга.

Плигин, А. А. (2019). Системное формирование жизненного пути: от сценария - к варианту жизни. В: Л. А. Григорович (ред.) *Актуальные направления социально-психологических исследований личности в онтогенезе. Сборник материалов Межвузовской научно-практической конференции*, Москва, 16–20 апреля 2019 года (с. 109–114). Москва: Московский государственный областной университет.

Семенова, В. (2018). *Беседы с психологом. Подсказки на каждый день*. Екатеринбург: Издательские решения.

Серкин, В. П. (2012). Социально-психологические причины миграции населения Северо-Востока России. В: А. А. Бучек, Ю. Неяскина, М. Фризен (ред.); А. Серый, М. Яницкий (науч. ред.) *Личность в экстремальных условиях* (с. 161–177). Петропавловск-Камчатский: Камчатский государственный университет им. Витуса Беринга.

Серкин, В. П. (2001). Невроз отложенной жизни (НОЖ) и северный невроз. В: В. П. Серкин (ред.). *Ученые записки кафедры психологии СМУ. Вып. 1.* (с. 113–118). Магадан: Кордис.

Фролов, С. Ю. (2014). Глобализация как вызов смене целей и форм ранней профориентации. *Наука и современность*, 29, 187–190.

Andrighetto, G., Grieco, D., Tummolini L. (2015). Perceived legitimacy of normative expectations motivates compliance with social norms when nobody is watching.

Frontiers in Psychology, 6, 1413. doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01413>

Boyd, R., Gintis, H., Bowles, S. (2010). Coordinated punishment of defectors sustains cooperation and can proliferate when rare. *Science*, 328, 617–620. doi: <https://doi.org/10.1126/science.1183665>

Boyd, R., Gintis, H., Bowles, S., Richerson, P. J. (2003). The evolution of altruistic punishment. *Proceedings of the national academy of sciences U.S.A.*, 100, 3531–3535. doi: <https://doi.org/10.1073/pnas.0630443100>

Brennan, G., Pettit, P. (2000). The hidden economy of esteem. *Economics & Philosophy*, 16, 77–98. doi: <https://doi.org/10.1017/S0266267100000146>

Miceli, M., Castelfranchi, C. (1998). How to silence one's conscience: cognitive defenses against the feeling of guilt. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 28, 287–318. doi: <https://doi.org/10.1111/1468-5914.00076>

Tummolini, L., Andrighetto, G., Castelfranchi, C., Conte, R. (2013). A convention or (tacit) agreement betwixt us: on reliance and its normative consequences. *Synthese*, 190, 585–618. doi: <https://doi.org/10.1007/s11229-012-0194-8>

References

Andrighetto, G., Grieco, D., Tummolini, L. (2015). Perceived legitimacy of normative expectations motivates compliance with social norms when nobody is watching. *Frontiers in Psychology*, 6, 1413. doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01413>

Boyd, R., Gintis, H., Bowles, S. (2010). Coordinated punishment of defectors sustains cooperation and can proliferate when rare. *Science*, 328, 617–620. doi: <https://doi.org/10.1126/science.1183665>

Boyd, R., Gintis, H., Bowles, S., Richerson, P. J. (2003). The evolution of altruistic punishment. *Proceedings of the national academy of sciences U.S.A.*, 100, 3531–3535. doi: <https://doi.org/10.1073/pnas.0630443100>

Brennan, G., Pettit, P. (2000). The hidden economy of esteem. *Economics & Philosophy*, 16, 77–98. doi: <https://doi.org/10.1017/S0266267100000146>

Frolov, S. Yu. (2014). Globalization as a challenge to change goals and forms of early career guidance. *Science and Modernity*, 29, 187–190. (in Russ.).

Goncharova, N. A. (2018). Psychological features of perfectionism as an individual style of activity. *Bulletin of St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*, 4(80), 176–181. (in Russ.).

Goroshko, V. G., Shubina O. V. (2017). Postponed life syndrome: the current state of the problem. In: I. B. Shuvanova, Yu. E. Makarevskaya, I. G. Makarevskaya (ed.) *Druzhinin Readings. Collection of materials of the XVI All-Russian Scientific and Practical Conference*, Sochi, May 26–27, 2017 (pp. 113–115). Sochi: Sochi State University. (in Russ.).

Kibireva, K. V. (2017). The role of perfectionism in the formation of the "postponed life scenario". In: *Modern trends in economics and management: a new look*. Collection of

materials of the XLVI International Scientific and Practical Conference, Yekaterinburg, January 31, 2017. (pp. 103–116). Yekaterinburg: Limited Liability Company "Center for the Development of Scientific Cooperation". (in Russ.).

Lapshov A. Yu. (2014). The phenomenon of postponed life - as a life scenario of a person in modern society. In: XXXI *Krashenninnikov Readings*. Materials of the XXXI *Krashenninnikov Readings* (pp. 237–243). Petropavlovsk-Kamchatsky: Ministry of Culture of the Kamchatka Territory, Kamchatka Regional Scientific Library. S. P. *Krashenninnikova*. (in Russ.).

Miceli, M., Castelfranchi, C. (1998). How to silence one's conscience: cognitive defenses against the feeling of guilt. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 28, 287–318. doi: <https://doi.org/10.1111/1468-5914.00076>

Neyaskina, Yu. Yu. (2012). Postponed life scenario as one of the options for deformation of the personality's time perspective. In: *Theory and practice of modern humanities and natural sciences*. Proceedings of the annual interregional scientific and practical conference, Petropavlovsk-Kamchatsky, February 08–11, 2011 (pp. 184–191). Petropavlovsk-Kamchatsky: Kamchatka State University. Vitus Bering. (in Russ.).

Pligin, A. A. (2019). System formation of the life path: from the scenario - to the life option. In: L. A. Grigorovich (ed.) *Topical trends in socio-psychological research of personality in ontogeny*. Collection of materials of the Interuniversity Scientific and Practical Conference, Moscow, April 16–20, 2019 (pp. 109–114). Moscow: Moscow State Regional University. (in Russ.).

Semenova, V. (2018). *Conversations with a psychologist. Tips for every day*. Ekaterinburg: Publishing solutions. (in Russ.).

Serkin V. P. (2001). Delayed life neurosis (DPO) and northern neurosis. In: V. P. Serkin (ed.). *Scientific notes of the department of psychology SMU. Issue. 1*. (pp. 113–118). Magadan: Kordis. (in Russ.).

Serkin, V. P. (2012). Socio-psychological reasons for the migration of the population of the North-East of Russia. In: A. A. Buchek, Yu. Neyaskina, M. Friesen (ed.); A. Gray, M. Yanitsky (scientific ed.). *Personality in extreme conditions* (pp. 161–177). Petropavlovsk-Kamchatsky: Kamchatka State University. Vitus Bering. (in Russ.).

Tummolini, L., Andrighetto, G., Castelfranchi, C., Conte, R. (2013). A convention or (tacit) agreement betwixt us: on reliance and its normative consequences. *Synthese*, 190, 585–618. doi: <https://doi.org/10.1007/s11229-012-0194-8>

Vindeker, O. S., Smorkalova T. L., Lebedev S. Yu. (2016). Psychological correlates of procrastination and the postponed life scenario. *News of the Ural Federal University. Series 1: Problems of education, science and culture*, 150(2), 98–108. (in Russ.).