

6. Гончар С. Н. Особенности развития смысло-жизненных ориентаций современных студентов-первокурсников / С. Н. Гончар // Современная психология: материалы междунар. заоч. науч. конф. – Пермь: Меркурий, 2012. – С. 17-19.

**Топішко О.І.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Матласевич О.В.*

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*Національний університет «Острозька академія»*

## **ЧАСОВА ПЕРСПЕКТИВА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ: ВИКЛИКИ СЬОГОДЕННЯ**

Соціально-економічні зміни, що відбуваються у суспільстві, негативно впливають на сучасну молодь. Соціальні опитування все частіше свідчать про екзистенціальні розлади особистості, відсутність стійкості духовно-моральних цінностей, втрату смислу життя, крах життєвих цілей та зруйнованість надій, страх перед майбутнім. Спостерігається тенденція до відтермінування дорослості та ескапізму (втечі від викликів реальності «тут-і-тепер» [1]).

Слід відмітити, що футур-шок підсилюється глобальними змінами, які спричинені інформатизацією суспільства, зміною структури укладу життя. Це підсилює актуальність проблеми часової перспективи особистості та необхідності її оптимізації.

У психологічну науку поняття «часова перспектива» було введено К. Левіним. Застосовуючи розширене трактування, вчений розглядав її як «загальність поглядів індивіда на психологічне майбутнє та минуле, які існують в даний час на реальному та різноманітних ірреальних рівнях» [2, с. 139]. Л. Франк, будучи учнем К. Левіна, розглядаючи часову перспективу особистості, підкреслював взаємозв'язок минулого, сьогодення та майбутнього. Ф. Зімбардо наголошував на гнучкості перемикання між роздумами про минуле, сьогодення та майбутнє [3]. В цілому, часова перспектива у наукових психологічних працях розглядалась із різних підходів, а саме: причинно-цільового, мотиваційного, організації часу життя, автобіографічного, інтегративного тощо [1].

Здатність до повноцінної оцінки часу формується у період ранньої юності. У період студентства, для юначок та юнаків особливо гостро постає питання стратегічного бачення свого життя, масштабність життєвих планів. Це залежить від індивідуальних характеристик особи та рівня її мотивації. Конструювання часової перспективи, окрім цілей та

прагнень людини, відбувається під впливом морально-духовних цінностей суспільства, поведінкової моделі сім'ї, набутого ним життєвого досвіду та наявності травматичних подій, досягнутих успіхів. Дії суб'єкта, спрямовані на досягнення поставлених цілей; потребують соціальної та пізнавальної активності; активність, спрямованої на особистісне зростання та підвищення професійного рівня та.

Емпіричне дослідження, проведене О. О. Проконіч, засвідчило, що студенти першого курсу виділяють такі головні риси свого минулого як швидкоплинність. Даний етап життя характеризується як добре зрозумілий і мало насичений. Майбутнє ж ними оцінюється як напружене та мінливе. Студенти четвертого курсу (найбільш старша група у репрезентативній вибірці) оцінюють минуле як динамічний період, при цьому емоційне забарвлення у сприйнятті цього часу є мінімальним. Майбутнє асоціюється з новими принципами життєдіяльності та змістом життя [4, с. 215].

На труднощі в плануванні і прогнозуванні майбутнього сучасної молоді вказують дослідження К. В. Лебедевої та О. Є. Сурніної. Молоді люди, які приймали участь в опитуванні, виділяли малу кількість подій, що свідчить про занадто загальне бачення майбутнього. Вони вказували на умовність та багатоваріантність майбутнього, що свідчить про невизначеність. Частина респондентів повністю відмовилась від прогнозування [3].

Сучасні виклики, пов'язані з глобалізацією, турбулентністю і біфуркацією суспільних процесів, невірноваженістю ринку праці, прискореним розвитком інформаційного суспільства, загострюють проблеми сучасної молоді. Вчені із непокоєнням підкреслюють, що відбувається трансформація образу майбутнього – «вкорочення перспективи, віртуальність життєвих планів, відмова від вибудовування індивідуальної траєкторії розвитку на користь якоїсь усередненої моделі «благополучного» життя, неприйняття власного професійного вибору – є продуктом деструктивного розвитку самосвідомості молодих людей в умовах конфліктуючих реальностей» [3].

Отже, сучасні суспільні процеси порушують сформовані в минулому закономірності і формують психологічне напруження особи. Ключовими кроками в оптимізації часової перспективи є розуміння можливостей та переваг свого внутрішнього потенціалу. Віра у свої власні сили, внутрішня мотивація до змін поряд із усвідомленням своєї моделі поведінки, психологічних захистів, що використовуються людиною і вчасне їх корегування підкріплене реальними діями дасть можливість особистості побудувати найоптимальнішу, конструктивну стратегію життєвої перспективи.

### Список використаних джерел:

1. Поворозник К. О. Психологічні особливості розвитку часової перспективи у студентської молоді [Електронний ресурс]: автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / К. О. Поворозник, – Київ, 2016. – 20 с. – Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/123456789/11726/1/Povoroznyk.pdf>
2. Левин К. Динамическая психология: избранные труды / К. Левин. – М.: Смысл, 2001. – 572 с.
3. Скворчевська Є. Л. Психологічні особливості часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях [Електронний ресурс] / Є. Л. Скворчевська // Журнал науковий огляд. – 2016. – № 1(22). – Режим доступу: <http://oaji.net/articles/2016/797-1455967139.pdf>
4. Проконич О. А. Динамические характеристики временной перспективы личности студентов ВУЗа в процессе обучения / О. А. Проконич. // Современный исследования социальных проблем (электронный научный журнал). – 2015. – № 1(45). – С. 207-219.

**Шостак І.Р.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Шугай М.А.*

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*Національний університет «Острозька академія»*

## ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З ВИСОКИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ

Дослідження виникнення тривожності та шляхів її формування на певних вікових етапах є важливим для розуміння особливостей зародження емоційної сфери людини, закономірностей формування стійких особистісних рис. Високий рівень тривожності розцінюється багатьма психологами як показник передневротичного стану і є основою для зародження ряду психологічних труднощів у дитячому та юнацькому віці, і в тому числі делінквентної та адиктивної поведінки. Звичайно, деякий рівень тривожності в нормі властивий всім людям і є необхідним для оптимального пристосування людини до дійсності. Наявність тривожності, як стійкого утворення – свідчить про порушення в особистісному розвитку. Вона перешкоджає нормальній діяльності та повноцінному спілкуванню, що є особливо важливим у підлітковому та юнацькому віці.

У психологічній літературі термін «тривожність» є надзвичайно багатозначним. Ним визначають як окремих стан індивіда в певний час і ситуації, так і стійку властивість особистості людини. Тому розрізняють ситуаційну та особистісну тривожність як рису особистості, пов'язану з генетично детермінованими властивостями людини, що обумовлюють