

Марина Митрофанівна Рева,
кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології,
Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка,
вул. Остроградського, 2, Полтава, Україна.

СПЕЦИФІКА ЖИТТЄВОГО ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ МОЛОДІ У КОНТЕКСТІ ПРАГНЕННЯ ДО САМОРЕАЛІЗАЦІЇ

Розглянуто психологічний зміст життєвого цілепокладання як найбільш усвідомленої та суб'єктивної форми структурування особистістю свого майбутнього. Досліджено особливості постановки життєвих цілей студентською молоддю та вплив на цей процес соціально-психологічних чинників, зокрема, прагнення до самореалізації. Ефективне життєве цілепокладання визначається високим рівнем усвідомлення цілей, розгорнутістю у просторі, яка втілюється у кількості задіяних сфер, поєднанням глобальної, віддаленої і короткочасної часових перспектив; узгодженістю, логічністю та реалістичністю цілей, позитивним ставленням до майбутнього, достатнім усвідомленням чинників, які впливають на постановку життєвих цілей, а також їх переважною інтернальною спрямованістю, активною, дієвою життєвою позицією. Студенти з високим рівнем розвитку цілепокладання у порівнянні з тими, чії цілі сформовані на низькому рівні, мають більш виражене прагнення до самоактуалізації, що втілюється в значно вищому рівні розвитку таких показників самоактуалізації як «Орієнтація у часі» і «Творче ставлення до життя». Отже, вміння цінити актуальний момент життя у його напруженій незавершеності є важливим чинником, що забезпечує ефективне цілепокладання. Тому молодій людині так важливо навчитись правильно сприймати час, керувати ним, відчувати його цінність. Гармонійне сприймання часу дає потужний енергетичний заряд до життя, минуле оцінюється як своєрідний трамплін для реалізації життєвих цілей. Зміст цілей, їх масштаб відображає процес та результат цілісного багатоаспектного осмислення людиною усього її життя, певну концепцію життєвого призначення, що визначає процес самореалізації особистості. Розкриття і вивчення природи цілепокладання буде сприяти побудові дієвої моделі самореалізації.

Ключові слова: життєве цілепокладання, проектування майбутнього, самопрогнозування, прагнення до самореалізації.

Постановка проблеми. Необхідність звернення до проблеми цілепокладання особистості носить не тільки теоретичний характер, а пов'язаний з очевидною залежністю формування і трансформації моделі власного майбутнього особистості від мікро- і макро-соціальних умов конкретного історичного часу, в якому живе суб'єкт.

Вплив соціальної ситуації на параметри життєвого цілепокладання особливо загострюється в періоди соціальних та економічних криз, переломних періодів в житті суспільства. Часова перспектива особистості, її життєве цілепокладання не тільки зазнають впливу кризових моментів життя соціуму, а й здатні активно протистояти їх негативному впливові, тобто виступати як більш чи менш адекватні захисні стратегії. У зв'язку із цим посилена увага приділяється життєвим цілям, які є конструктором, сповненим індивідуального особистісного змісту, що відображає, яким чином особистість хоче виразити себе, від чого вберегтися, у чому утвердитися. На нашу думку, саме життєві цілі людини, уособлюючи її уявлення про бажані сфери самореалізації та можливі результати її власної активності, спрямовані на реалізацію особистісних смислів і виступають одним з таких механізмів.

Отже, стаття присвячена аналізу життєвого цілепокладання студентської молоді та визначенню можливостей підвищення його ефективності. Дослідження спрямоване на пошук чинників, що справляють вплив на становлення життєвих цілей молоді,

зокрема, розглянуто вплив на життєве цілепокладання такого соціально-психологічного чинника, як прагнення до самореалізації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження життєвого цілепокладання ведеться в різних аспектах: по-перше, встановлення сутності процесу цілепокладання, наповнення його конкретним психологічним змістом; по-друге, виокремлення загальних закономірностей функціонування і розвитку даного процесу; по-третє, вивчення детермінант життєвого цілепокладання; по-четверте, визначення оптимальних умов його забезпечення.

Більшість дослідників (К. О. Абульханова-Славська, Л. І. Анциферова, Р. Р. Бибріх, Л. М. Карамушка, Н. Л. Коломенський, Д. О. Леонтєв, С. Д. Максименко, С. Г. Москвичов, О. П. Саннікова, Б. Й. Цуканов, Ю. М. Швалб та ін.) обстоюють положення про те, що цілепокладання є інтегральним системним утворенням, яке характеризує людину в цілому, а не в окремих її аспектах. Це цілісне утворення необхідно досліджувати в контексті життя людини, його часовій перспективі, що включає минуле, сьогодення, майбутнє.

Звернення до робіт Б.С. Братуся, Л.Ф. Бурлачука, Б.В. Зейгарник, Ю.Б. Максименка та ін., які стосуються різних варіантів дезадаптивного розвитку цілепокладання, дозволило глибше проникнути у феноменологію цього складного процесу. Зокрема, за Б.С. Братусем, вміння своєчасно розводити реальні та

ідеальні цілі багато в чому визначає зрілість, урівноваженість особистості, надійний захист самооцінки, раціональну тактику і стратегію цілепокладання [2].

Для того, щоб зрозуміти особливості впливу цілепокладання на процес проживання людиною свого життя у всій його складності і неповторності, необхідно визначити і дослідити його структуру, функції, етапи становлення. Шукаючи специфіку життєвого цілепокладання, необхідно спробувати визначити його місце серед інших форм самопрогнозування.

Р. Еммонс серед близьких до життєвих цілей понять називає наявні інтереси, життєві завдання, особисті проекти та особисті прагнення. Кожне прагнення може бути реалізоване різними способами і задоволене через досягнення певного числа конкретних цілей [5]. На нашу думку, визначення прагнень максимально відповідає нашому розумінню життєвого цілепокладання, але життєве цілепокладання більш глибоке і всеохоплююче поняття.

Ми дотримуємося умовного поділу форм самопрогнозування, запропонованого Т. М. Титаренко, за критеріями домінування когнітивного чи емоційного начала, за урахуванням їх довготривалості, рівня енергетичного забезпечення та реалістичності. До когнітивних, структурованих, раціональних форми прогнозування належать життєва перспектива, життєва мета, життєвий план, життєва стратегія. До протилежної групи емоційних, неструктурованих, ірраціональних форм прогнозування були віднесені мрія, надія, фантазія, бажання, передчуття [11; 14; 15].

Розглядаючи співвідношення цілепокладання та прогнозування, зазначимо, що цілепокладання спирається на прогнозування, але прогноз не передбачає вирішення проблеми майбутнього, а є його гіпотезою. Його задача зовсім інша – сприяти обґрунтуванню цілей, планів, рішень людини на шляху досягнення ідеалів і оптимальних моделей життя. Прогноз в локальному сенсі є допоміжним засобом цілепокладання, оскільки є втіленням майбутніх можливостей, в той час як сама ціль є моделлю бажаного майбутнього. Прогнозування діяльності людини являє собою виявлення її об'єктивних тенденцій в наявних умовах, а цілепокладання виступає як вибір однієї з цих тенденцій, бажаних для людини [12].

Визначаючи параметри дослідження життєвого цілепокладання, слід зазначити, що першою і найважливішою умовою їх участі в структуруванні майбутнього є сам факт їх наявності та міри презентованості, оскільки, людина не завжди здатна сформулювати власні життєві цілі (реалістичні, диференційовані у часі і просторі, з урахуванням внутрішніх і зовнішніх чинників їх досягнення), і вони так і залишаються на стадії мрій, надій, бажань, сподівань.

Життєве цілепокладання виконує певний набір функцій стосовно життя людини. Воно відповідає потребі структурувати і впорядковувати своє майбутнє, впливати на нього, відчувати певну свободу у виборі свого власного майбутнього і наявність у неї сен-

су життя. Життєві цілі виступають основними мотиваційними орієнтирами життєвого шляху особистості щодо власного майбутнього, виконують функцію мисленнєвого передбачення результатів діяльності і є предметною та хронологічною віхою актуального майбутнього.

Говорячи про особистісне зростання, самотворення, самоактуалізацію, Т. М. Титаренко наголошує, що воно не підпорядковується остаточно ані зовнішнім, ані внутрішнім детермінантам, хоча, безумовно, деякою мірою від них залежить. «Цей детермінізм непростий, нелінійний, і простежити, що саме гальмує або підштовхує людину на шляху само творення, – це справді завдання, заради якого варто вивчати психологію» [13, с. 302]. Це завдання ставили перед собою визначні психологи різних шкіл та напрямків.

Найбільш глибоке вивчення проблема самоактуалізації отримала в працях А. Маслоу, Дж. Бьюдженталя, Р. Мея, К. Роджерса, де вона розглядалася як неперервна реалізація «потенційних можливостей, здібностей, талантів, як звернення своєї місії або покликання, долі і т.п., а людина як «істота яка бажає» (А. Маслоу), яка мотивована на пошук *особистих цілей* [3; 8; 9].

Самодійснення як процес розкладається на виміри відповідно до сфер життя, які людина виокремлює для себе, та реалізується в межах значущих для неї ролей. Людина не здатна здійснити мудрий життєвий вибір, якщо не наважується слухати себе саму, свою самість в кожний момент життя» [8, с. 9].

Г. Олпорт серед багатьох якостей психологічно зрілої особистості виділяє й такі як: реалістичність сприйняття досвіду, прагнення до досягнення особистісне значущих і реалістичних цілей, цільну життєву філософію [17].

Дослідження К. О. Абульханової-Славської, Л. І. Анциферової Є. І. Головахи, О. Г. Злобіної, О. О. Кроніка, Т. М. Титаренко вказують на те, що найважливішою умовою розвитку самоактуалізації є її життєва перспектива – образ бажаного та усвідомлюваного, як можливого, майбутнього життя [14; 13; 16; 18].

Бажання свого майбутнього і є бажання розвитку. Майбутнє існує в особистості як спрямованість її розвитку і переживається людиною у вигляді пристрасного прагнення до цілей та ідеалів, як бажання виразити себе в певній діяльності, як прагнення до збагачення ціннісно-сислового простору власного життя позиціями та унікальними поглядами на світ та інших людей [4].

Таким чином, самореалізація - це процес реалізації потенціалу особистості в усіх сферах життя, а життєві цілі – один із соціально-психологічних механізмів який забезпечує цей процес, вони є тією формою, що втілює в собі творче продуктивне розгортання особистісного потенціалу в зовнішньому світі.

Виклад основного матеріалу. Об'єктом аналізу обрана студентська молодь, оскільки саме вона є ін-

дикатором змін, що відбуваються. Дослідження проводилось на базі Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. До загальної вибірки увійшли 220 студентів 2-3 курсів, з яких 110 – чоловіки і 110 – жінки віком від 18 до 23 років.

Для дослідження цілепокладання студентської молоді нами було проаналізовано тексти нарративних оповідань «Мої життєві цілі». Основним теоретичним положенням при застосуванні нарративу було твердження про те, що розповідь має таку саму структуру, як і життєві процеси наратора [10; 16; 18]. При аналізі нарративу основний акцент зроблено на якісній формі аналізу, хоча використовувалися також елементи частотного аналізу, виділялися маркери та наводилися деякі кількісні показники.

Визначальним параметром для вивчення життєвого цілепокладання молоді для нас був *рівень усвідомлення життєвих цілей*. Д.О. Леонт'єв розглядає усвідомленість в більш широкому контексті особистісної регуляції життєдіяльності як один із двох базових вимірів життєвої позиції особистості [7].

Рівень усвідомлення втілюється в когнітивній складності уявлень респондента про себе та світ. Когнітивна складність визначає здатність особистості усвідомлювати передумови та наслідки життєвих подій, її спроможність до перекомбінації різних елементів життєвої ситуації в нове ціле, рефлексії життєвих суперечностей, а також конструктивно вирішувати проблемні ситуації, пов'язані з життєвим самовизначенням.

Саме за критерієм «рівень усвідомлення життєвих цілей» вся вибірка була поділена на 3 групи: з високим, середнім та низьким рівнями усвідомлення життєвих цілей. І далі у цих групах було досліджено як проявили себе інші виділені параметри, а саме: часова перспектива цілей; узгодженість, ієрархічність цілей; зв'язок з теперішнім, реалістичність; оцінювання досліджуваним чинників, що впливають на досягнення цілей; активність життєвої позиції досліджуваного. В результаті аналізу було виявлено певні властивості цілепокладання респондентів.

Високий рівень розвитку цілепокладання характеризується, в першу чергу, високим рівнем усвідомлення своїх життєвих цілей. У досліджуваних, що увійшли у цю групу (23,2%), життєві цілі сформульовані досить чітко і, як правило, аргументується, чому саме ця ціль є важливою і значущою. Тільки для цієї групи характерна різноманітність жанрів нарративів: від романтичного, піднесеного до іронічного, дещо відстороненого; часто розповіді побудовані у формі діалогу з потенційним читачем.

Немає жодного представника цієї групи, який би негативно сприймав своє майбутнє. Це, крім бажання детально, розгорнуто, послідовно описувати свої цілі втілюється ще й у висловлюваннях: «я бачу своє майбутнє гармонійним, спокійним, без падінь», «своє майбутнє я уявляю в яскравих та оптимістичних бар-

вах», «моє майбутнє бачиться мені яскравим і насиченим».

Середній рівень розвитку цілепокладання виявили більше половини всіх опитаних – 55,5%. Досліджувані цієї групи часто, досить детально описуючи самі цілі, на жаль, не бачать шляхів їх досягнення: «мені потрібно саме зараз замислитись, якими засобами я досягатиму цілей, і тоді вже діяти відповідно», «уявити майбутнє легко, але кожного дня все змінюється». Часто зустрічається байдуже ставлення до майбутнього, що втілюється у висловлюваннях на зразок таких: «мої уявлення про майбутнє залишаються на рівні: було б непогано, аби...», «майбутнє і не погане і не добре, а таке, як ми до нього відносимося».

До групи з *низьким рівнем розвитку цілепокладання* увійшли 21,4% всіх досліджуваних. В своїх розповідях ці студенти говорять про те, що ще не визначилися з цілями, оскільки не замислювалися над цим питанням або, використовуючи загальні фрази та штампи, описують набір формальних ознак «гарного життя», які по суті не пов'язані між собою і не відображують внутрішніх прагнень.

Тільки 10,6% студентів цієї групи сприймають своє майбутнє позитивно. Більшість ставиться до нього або байдуже, або негативно, що втілюється у таких висловлюваннях: «цілі будувати безглуздо», «я ніколи не намагаюсь будувати плани на майбутнє, адже життя сумнівне і незбагненне». Можна припустити, що у досліджуваних з низьким рівнем цілепокладання є невирішені проблеми теперішнього, які блокують постановку життєвих цілей, адже: «особистість, що сповна функціонує, не відчуває страхів перед майбутнім, які заважали б нормальному прогнозуванню, витісняли б зі свідомості мрії, бажання, сподівання» [1, с.111].

У представників цієї групи відсутня орієнтація на успіх, вони вважають, що потрібно дочекатися нормальних умов (відновити соціальну справедливість, змінити ситуацію в країні тощо), а тоді вже діяти. На нашу думку, це свідчить про небажання прийняти на себе відповідальність за поставлені цілі та їх досягнення, неготовність до реальних перешкод, що може призвести до неспроможності їх самостійного подолання в майбутньому як у плані реальних дій, так і в плані психологічної готовності до цього.

З метою дослідження особливостей взаємовпливу процесів життєвого цілепокладання та самоактуалізації особистості була використана методика «Діагностика самоактуалізації особистості» А.В. Лазукіна в адаптації Н.Ф. Каліної. Методика являє собою адаптацію тесту POI (Personal Orientation Inventory – Опитувальник особистісних орієнтацій). Саме ця версія була розроблена з урахуванням специфічних особливостей самоактуалізації в перехідний період розвитку суспільства, що є важливим з огляду на соціальні зміни, що відбуваються в суспільстві [6].

На нашу думку, життєве цілепокладання найбільше обумовлюється такими показниками прагнення до самореалізації як «Орієнтація в часі», «Креативність» та «Автономність». Ми дослідили, чи є відмінності щодо рівня розвитку цих показників у тих, чиє цілепокладання сформоване на високому рівні і у тих, хто має складності з побудовою життєвих цілей.

Найбільш високий рівень відмінностей був виявлений за показником «Орієнтація в часі», який характеризується як здатність цінити теперішній момент, не відкладаючи життя на потім. Отже, студенти з високим рівнем розвитку цілепокладання мають вищий показник за шкалою «Орієнтація в часі», ніж студенти з низьким рівнем розвитку цілепокладання. Високий показник у студентів з високим рівнем розвитку цілепокладання говорить про те, що вони значно краще розуміють екзистенційну цінність життя «тут і тепер», здатні насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулими радощами, і в той же час, не знецінюючи очікуваного майбутнього.

Прагнення до творчості, або креативність – обов'язковий атрибут самоактуалізації. Проблема цілепокладання, по суті, є проблемою творчості, адже вибір цілі призводить до продуктивного перетворення існуючої ситуації. Предметом життєтворчості виступає сама людина, що здійснює себе в цілепокладанні свого життя. Тому, на нашу думку, доцільним було порівняти і показники за шкалою «Прагнення до творчості, або креативність», яка характеризує, наскільки людина творчо ставиться до життя. За цією шкалою теж були виявлені статистично значущі відмінності у студентів з низьким та високим рівнями цілепокладання.

Отже, на одному полюсі – життя, яке підкоряється обставинам, шаблонне виконання соціальних ролей, на другому – життєтворчість, коли творче самовираження базується на відображенні обставин і наслідків власної поведінки. «Життєвий і творчий поклик допомагає людині знайти форми індивідуалізованого, неповторного вираження своїх переживань, думок, прагнень. Уміння виплекати свій життєвий задум і втілити його шляхом інколи суворих обмежень, інколи гірких випробувань і завжди великої внутрішньої зосередженості, напруження всіх душевних сил ніколи не дається від народження. Це вміння є одним із найдорожчих надбань людини на шляху до самої себе, до своєї глибинної сутності» [13, с. 100-101].

Автономність, на думку більшості гуманістичних психологів, є головним критерієм психічного здоров'я особистості, її цілісності та повноти. Особистість, що самоактуалізується, автономна, незалежна, вільна, однак, це не означає відчуження і самотності. Шкала «Автономності» розглядалась, перш за все, як «внутрішня орієнтація», що є сповна законним прийомом, згідно авторам методики. Зрозуміло, що особистість,

яка має низькі показники автономності, навряд чи зможе самостійно висувати життєві цілі, прогнозувати своє майбутнє за власним проектом і прямувати шляхом активного особистісного становлення.

За шкалою «Автономності» не було виявлено статистично значущих відмінностей у досліджуваних групах. Студенти з високим і низьким рівнями цілепокладання мають середній показник за цією шкалою. Це може свідчити про те, що молодь з одного боку бажає автономності, свободи і незалежності у виборі свого шляху, а з іншого - уникає цього, оскільки самостійність незмінно передбачає і відповідальність за власні вибори. Інтерпретація інших показників методики можлива у випадку наявності відповідного смислового контексту дослідження.

Висновки. Життєве цілепокладання – це складне динамічне утворення, що перебуває в стані постійного оновлення під дією все нових і нових смислів. Воно є найбільш усвідомленою і суб'єктною формою структурування майбутнього, найбільш дієвим механізмом самореалізації. Постановка життєвих цілей обумовлюється комплексом соціально-психологічних чинників, серед яких і чинник саморозвитку, самоактуалізації.

Ефективне життєве цілепокладання визначається високим рівнем усвідомлення цілей, розгорнутістю у просторі, яка втілюється у кількості задіяних сфер, поєднанням глобальної, віддаленої і короткочасної часових перспектив, узгодженістю, логічністю та реалістичністю цілей, позитивним ставленням до майбутнього, достатнім усвідомленням чинників, які впливають на постановку життєвих цілей, а також їх переважною інтернальною спрямованістю, активною, дієвою життєвою позицією.

Студенти з високим рівнем розвитку цілепокладання у порівнянні з тими, чиї цілі сформовані на низькому рівні, мають більш виражене прагнення до самоактуалізації, що втілюється в значно вищому рівні розвитку таких показників самоактуалізації як «Орієнтація у часі» і «Творче ставлення до життя». Отже, вміння цінити актуальний момент життя у його напруженій незавершеності є важливим чинником, що забезпечує ефективне цілепокладання. Тому молодій людині так важливо навчитись правильно сприймати час, керувати ним, відчуваючи його цінність. Гармонійне сприймання часу дає потужний енергетичний заряд до життя, минуле оцінюється як своєрідний трамплін для реалізації життєвих цілей.

Зміст цілей, їх масштаб відображає процес та результат цілісного багатоаспектного осмислення людиною усього її життя, певну концепцію життєвого призначення, що визначає процес самореалізації особистості. Розкриття і вивчення природи цілепокладання буде сприяти побудові дієвої моделі самореалізації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегии жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Братусь Б. С. О механизмах целеполагания / Б. С. Братусь // Вопросы психологии. – 1977. – № 2. – С. 121-124.
3. Б'юджентал Дж. Третя сила у психології / Д. Б'юджентал // Гуманістична психологія: у 3-х т. / [пер. та наук. ред. Р. Трач, Г. Балл]. – К. : Пульсари, 2001. – С. 80-92.
4. Злобина Е. Г. Жизненный путь в психологии и социологии: возможности обновления исследовательских перспектив / Е. Г. Злобина // Время пути: исследования и размышления / [под ред. Р. А. Ахмерова, Е. И. Головахи, Е. Г. Злобиной, А. А. Кроника, Д. А. Леонтьева]. – К. : Институт социологии НАН Украины, 2008. – С. 138-157.
5. Эммонс Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности / Р. Эммонс [пер с англ.; ред. Д. А. Леонтьева]. – М. : Смысл, 2004. – 416 с.
6. Калина Н. Ф. Вопросник самоактуализации личности / Н. Ф. Калина. – М. : Журнал практического психолога. – 2003. – №1. – С. 65-75.
7. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев; [3-е изд., доп.]. – М. : Смысл, 2007. – 511 с.
8. Маслоу А. Самоактуализация личности и образование / А. Маслоу; [пер. с англ., пред. Г. А. Балла]. – Киев-Донецк, 1994. – 52 с.
9. Мей Р. Становлення екзистенційної психології. Гуманістична психологія. Антологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів: [у 3 т.]. – К. : «Пульсари», 2001. – Т. 1: Гуманістичні підходи в західній психології ХХ ст. – 2001. – 252 с.
10. Наративні психотехнології / [Чепелева Н. В., Смутьсон М. Л., Шиловська О. М. та ін.]; за заг. ред. Чепелевої Н. В. – К. : Главник, 2007. – 144 с. – (Серія «Психологічний інструментарій»).
11. Психология личности: Словарь-справочник / [ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко]. – К. : Рута, 2001. – 320 с.
12. Регуш Л. А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего / Л. А. Регуш. – СПб. : Речь, 2003. – 352 с.
13. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К. : Либідь, 2003. – 376 с.
14. Титаренко Т. М. Життєві завдання особистості як соціально-психологічний чинник моделювання майбутнього / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2007. – Вип. 16 (19). – С. 304-311.
15. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості / Т. М. Титаренко. – К. : Марич, 2009. – 232 с. (Серія «Психологічний інструментарій»).
16. Троцук И. В. Нарратив как междисциплинарный методологический конструкт в современных социальных науках / И. В. Троцук // Вестник РУДН. – 2005. – № 6-7. – С. 56-74.
17. Хьелл Л. Теории личности / Хьелл Л., Зиглер Д. – [3-е изд.]. – СПб. : Питер, 2009 – 607 с. – (Серія «Мастера психологии»).
18. Ярская-Смирнова Е. Р. Нарративный анализ в социологии / Е. Р. Ярская-Смирнова // Социологический журнал. – 1997 – №3. – С. 38-61.
19. Хьелл Л. Теории личности / Хьелл Л., Зиглер Д. – [3-е изд.]. – СПб. : Питер, 2009 – 607 с. – (Серія «Мастера психологии»).
20. Ярская-Смирнова Е. Р. Нарративный анализ в социологии / Е. Р. Ярская-Смирнова // Социологический журнал. – 1997 – №3. – С. 38-61.

REFERENCES

1. Abulkhanova-Slavskaja, K.A. (1991). *Strategii zhizni [Life Strategies]* Moscow: Mysl [in Russian].
2. Bratus, B.S. (1997). O mekhanizmax tselepolaganaiia [Goal-setting mechanisms]. *Voprosy psikhologii. –Issues of psychology*, 2, 121-124. [in Russian].
3. Biudzhental, Dzh. (2001). *Tretia syla u psykholohii [The third force in psychology]*. Humanistychna psykholohiia: (Vols.3) 3-kh t. R. Trach, H. Ball (Eds). Kyiv: Pulsary, pp. 80-92 [in Ukrainian].
4. Zlobina, Ye. G. (Eds) (2008). *Zhiznennyi put v psikhologii i sotsiologii: vozmozhnosti obnovleniia issledovatskikh perspektiv [The life way in psychology and sociology: the possibilities of updating the research prospects]*. *Vremia puti: issledovaniia i razmyshleniia – The time of the way: research and considerations*. R. A. Akhmerov (Ed.). Kyiv: Institut sotsiologii NAN Ukrainy, pp. 138-157 [in Russian].
5. Emmons, R. (2004). *Psikhologiiia vysshikh ustremlenii: motivatsiia i dukhovnost lichnosti [Psychology of higher aspirations: personality motivation and spirituality]*. Moscow: Smysl [in Russian].
6. Kalina, N.F. (2003). *Voprosnik samoaktualizatsii lichnosti [Questionnaire of personality self-actualization]*. *Zhurnal prakticheskogo psikhologa – The Journal of Practical Psychologist*, 1, 65-75. [in Russian].
7. Leontiev, D.A. (2007). *Psikhologiiia smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi realnosti [Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of the sense of reality]*. Moscow: Smysl [in Russian].
8. Maslou, A. (1994). *Samoaktualizatsiia lichnosti i obrazovaniie [Personality's self-actualization and education]*. Kiyev-Donetsk [in Russian].
9. Mey, R. (2001). *Stanovlennia ekzestentsiinoii psykholohii. Humanistychna psykholohiia. Antologiiia [Formation of existential psychology. Humanistic Psychology. Anthology]* (Vol 1). Kyiv: Pulsary [in Ukrainian].
10. Chepelieva, N. V. & Smulson, M. L. (Ed.) (2007). *Naratyvni psykhotekhnolohii [Narrative psychotechnologies]*. Kyiv: Hlavnik (Seriiia «Psykholohichniy instrumentarii») [in Ukrainian].

11. Gornostaya P. P. & Titarenko T. M. (2001). *Psikhologiya lichnosti: Slovar'-spravochnik [Psychology of Personality: Dictionary]*. Kyiv: Ruta [in Russian].
12. Regush, L. A. (2003). *Psikhologiya prognozirovaniya : uspekhi v poznanii budushchego [Psychology forecasting: success in the knowledge of the future]*. SPb.: Rech' [in Russian].
13. Tytarenko, T. M. (2003). *Zhyttyevyy svit osobystosti: u mezhakh i za mezhamy budennosti [The life world of the individual, within and outside the routine]*. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].
14. Tytarenko, T. M. (2007). *Zhyttyevi zavdannya osobystosti yak sotsialno-psykholohichnyy chynnyk modelyuvannya maybutnoho [The vital task of the individual as a socio-psychological factor of modeling the future]*. *Naukovi studiyi iz sotsialnoyi ta politychnoyi psykholohiyi*, V. 16 (19), pp. 304-311. K.: Milenium [in Ukrainian].
15. Tytarenko, T. M. (2009). *Suchasna psykholohiya osobystosti [Modern psychology of personality]*. Kyiv: Marych (Seriya «Psykhologichnyy instrumentariy») [in Ukrainian].
16. Trotsuk, I. V. (2005). *Narrativ kak mezhdistsiplinarynnyy metodologicheskyy konstrukt v sovremennykh sotsial'nykh naukakh [Narrative as an interdisciplinary methodological construct in modern social sciences]*. *Vestnik RUDN*, 6-7, pp. 56-74. [in Russian].
17. Kh'yell, L. & Zigler, D. (1997). *Teorii lichnosti [Theories of Personality]*. SPb.: Piter [in Russian].
18. Yarskaya-Smirnova, Ye. R. (1997). *Narrativnyy analiz v sotsiologii [Narrative analysis in sociology]*. *Sotsiologicheskyy zhurnal*, 3, pp. 38-61 [in Russian].

Марина Митрофановна Рева,

кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры психологии, Полтавский национальный педагогический университет имени В.Г. Короленко, ул. Остроградського, 2, Полтава, Украина

СПЕЦИФИКА ЖИЗНЕННОГО ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ МОЛОДЕЖИ В КОНТЕКСТЕ СТРЕМЛЕНИЯ К САМОРЕАЛИЗАЦИИ

Рассмотрено психологическое содержание жизненного целеполагания как наиболее осознанной и субъективной формы структурирования личностью своего будущего. Исследованы особенности постановки жизненных целей студенческой молодежью и влияние на этот процесс социально-психологических факторов, в частности, стремления к самореализации. Эффективное жизненное целеполагание определяется высоким уровнем осознания целей, развернутостью в пространстве, которая воплощается в количестве задействованных сфер, сочетанием глобальной, удаленной и кратковременной временных перспектив, согласованностью, логичностью и реалистичностью целей, положительным отношением к будущему, достаточным осознанием факторов, которые влияют на постановку жизненных целей, а также их преимущественной интернальной направленностью, активной, действенной жизненной позицией. Студенты с высоким уровнем развития целеполагания по сравнению с теми, чьи цели сформированы на низком уровне, имеют более выраженное стремление к самоактуализации, которое воплощается в более высоком уровне развития таких показателей самоактуализации, как «Ориентация во времени» и «Творческое отношение к жизни». Таким образом, умение ценить актуальный момент жизни в его напряженной незавершенности является важным фактором, обеспечивающим эффективное целеполагание. Поэтому молодежи так важно научиться правильно воспринимать время, управлять им, чувствуя его ценность. Гармоничное восприятие времени дает мощный энергетический заряд к жизни, прошлое оценивается как своеобразный трамплин для реализации жизненных целей. Содержание целей, их масштаб отражает процесс и результат целостного многоаспектного осмысления человеком всей его жизни, определенную концепцию жизненного предназначения, определяет процесс самореализации личности. Раскрытие и изучение природы целеполагания будет способствовать построению эффективной модели самореализации.

Ключевые слова: жизненное целеполагание, проектирование будущего, самопрогнозирование, стремление к самореализации.

Marina Reva,

Ph. D. (Candidate Degree in Psychology), Senior Lecturer of Psychology Department, Poltava National Pedagogical university named after V.H. Korolenko, 2, Ostrohradskoho St., Poltava, Ukraine

SPECIFICS OF LIFE GOAL-SETTING OF YOUTH IN THE CONTEXT OF THE DESIRE FOR SELF-REALIZATION

The psychological content of the life goal-setting as the most conscious and subjective forms of structuring the future by individual were considered in the paper. The features of students life goal-setting were analyzed and opportunities to increase their efficiency were identified. The study was aimed at investigating the factors, that have an impact on the formation of young people life goals, particularly, the impact on the vital goal-setting as socio-psychological factor as the desire for self-realization was considered. It was proved, that effective life goal-setting is

determined by the high level of awareness of the goals, unfolded in space, which is embodied in a number of involved areas, a combination of global, distant and short-term perspective, consistency, logical and realistic goals, positive attitude to the future, sufficient knowledge of factors, which influences the life goals setting and their overwhelming internal focus, active and effective life position. Students with high level of goal-setting, comparing with those, whose goals are formed on the low level, have more expressed desire for self-actualization, which is embodied in the much higher level of self-actualization of such indicators as 'Orientation in time' and 'Creative attitude to life'. Thus, the ability to appreciate the actual moment of life in his tense incompleteness is an important factor which provides effective goal-setting. Consequently, for young man it is very important to learn to perceive the time, to manage it, feeling its value. A harmonious perception of time gives a powerful energy boost for life, the past is evaluated as a peculiar springboard for the realization of life goals. The content of purposes, their scale depicts the process and the result of individual's holistic multidimensional understanding of all his life, a life purpose concept that defines the process of personality's self-realization. Revealing and study of the nature of goal-setting will help to form an effective model of self-realization.

Keywords: life goal-setting, designing the future, self-predicting, the desire for self-realization.

Подано до редакції 10.08.2015
