

реалізується за підтримки програми «Матра» МЗС Нідерландів та Фонду Конрада Аденауера. – Київ : Центр Разумкова, 2016. – 100 с.

10. Крылов А.Н. Эволюция идентичностей: кризис индустриального общества и новое самосознание индивида / А.Н. Крылов. – М. : НИИ, 2010. – 272 с.

11. Леонтьев Д.А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего / Д.А. Леонтьев, Е.В. Шелобанова // Вопросы психологии. – 2001. – № 1. – С. 57–66.

12. Наумова Н.Ф. Социологические и психологические аспекты целенаправлен-

ного поведения / Н.Ф. Наумова. – М. : Наука, 1988. – 200 с.

13. Фрейд З. «Я» и «Оно» / З. Фрейд. – Тбилиси, 1991. – 398 с.

14. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризисы / Э. Эриксон. – М., 1996. – 344 с.

15. Gordon Ch. Development of evaluated role identities / Ch. Gordon // Annual Review of Sociology. – 1976. – V. 2. – P. 405–433.

16. Moskovici S. Notes towards a description of Social Representation / S. Moskovici // European Journal of Social Psychology. – 1988. – V. 18. – P. 211–250.

УДК 159.99

ЖИТТЄВА ПЕРСПЕКТИВА ОСОБИСТОСТІ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Гаркуша І.В., к. н. з соц. комунікацій,
доцент кафедри педагогіки та психології
Університет імені Альфреда Нобеля

Кайко В.І., к. психол. н.,
доцент кафедри кримінально-правових дисциплін
Університет митної справи та фінансів

У статті проаналізовано аспекти життєвого шляху – життєвої перспективи, як цілісної картини майбутнього, очікування подій, що несуть ціннісно-сміслову навантаження для людини.

Ключові слова: особистість, перспектива, життєвий шлях, життєва перспектива, установки, життєвий план.

В статье проанализированы аспекты жизненного пути – жизненной перспективы, как целостной картины будущего, ожидания событий, несущих ценностно-смысловую нагрузку для человека.

Ключевые слова: личность, перспектива, жизненный путь, жизненная перспектива, установки, жизненный план.

Garkusha I.V., Kaiko V.I. LIFE PROSPECTS OF PERSONALITY: PSYCHOLOGICAL ASPECTS

The article analyzes the aspects of the life path – the life perspective, as a holistic picture of the future, expectations of events that carry a value-semantic load for a person.

Key words: personality, perspective, life path, life perspective, attitudes, life plan.

Постановка проблеми. Проблема «життєвої перспективи» стала предметом вивчення у зв'язку з теоретичною і практичною розробкою наукової проблематики психологічного часу і життєвого шляху особистості. Дослідження цієї проблеми дає можливість поглянути на те, як окрема людина сприймає і представляє своє майбутнє, як це майбутнє пов'язане з минулим і сьогоденням, яке місце займає майбутнє у суб'єктивній картині життєвого шляху особистості, яким чином впливає на поведінку особи [4; 7].

Аналіз останніх досліджень. Заведено вважати, що розробка проблематики життєвого шляху особистості, зокрема у вітчизняній психології активно починається з 80-х років ХХ-го століття. Основою для ши-

рокого дослідження цієї проблемної області послужили ранні роботи Б.Г. Ананьєва і С.Л. Рубінштейна [4; 18; 19]. С.Л. Рубінштейн – один з тих вітчизняних психологів, хто цілеспрямовано займався проблемою життєвого шляху особистості. Він стверджував, що життєвий шлях – не є просте розгортання плану життя, закладеного у дитинстві. Це – соціально-детермінований процес, на кожному етапі якого виникають новоутворення. При цьому особистість є активним учасником цього процесу, і у будь-який момент може втрутитися у нього. Автор підкреслює цілісність, безперервність життєвого шляху, спадкоємність усіх його етапів [18, с. 483].

Б.Г. Ананьєв за основу для розгляду життєвого шляху людини запропонував бі-



ографічний аналіз. Одиницею аналізу життєвого шляху для автора став вік. Він виділив етапи у житті людини і використав їх для характеристики кожного віку [4, с. 215].

Спираючись на ідеї Б.Г. Ананьєва і С.Л. Рубінштейна, розвиваючи їх, К.О. Абульханова-Славська, розробляє одну з концепцій розуміння життєвого шляху особистості. Досліджуючи питання ролі часу у житті людини, насамперед автор говорить про організацію часу суб'єктом, її критерії, механізми, засоби здійснення [3, с. 102]. «..Здатність особи регулювати, організувати свій життєвий шлях як ціле, підпорядковане її цілям, цінностям, є вищий рівень і справжня оптимальна якість суб'єкта життя» [3, с. 129]. Так, «життєвий шлях є не лише раз і назавжди зафіксованою позицією, але є певною життєвою лінією, тобто реалізацією свого життя у часі» [1, с. 210].

У контексті осмислення проблеми життєвого шляху особистості, К.О. Абульханова-Славська звертається до питання відношення структурного і динамічного підходів до аналізу життя особистості. Автор вказує на корисність їх поєднання у вивченні життєвого шляху особистості [2, с. 87]. Таким чином, важливо досліджувати не лише життєві події, але і те, як вони реалізуються у життєвій динаміці, як вони стають рушійною силою розвитку особистості і відкривають її подальшу життєву перспективу.

Аналіз ідей вказаних авторів дозволяє говорити про те, що склалася певна наукова парадигма у розумінні життєвої перспективи.

Мета статті – проаналізувати аспекти життєвого шляху – життєвої перспективи, як цілісної картини майбутнього, очікування подій.

Виклад основного матеріалу. Перспектива (лат. *perspectus* – ясно побачений) – це плани на майбутнє. Під перспективою життя розуміється система цінностей і цілей, реалізація яких, згідно з уявленнями людини, дозволяє зробити її життя найбільш ефективним [7, с. 26].

Життєва перспектива – цілісна картина майбутнього у складному, суперечливому взаємозв'язку прогнатованих і очікуваних подій, від яких, на думку індивіда, залежить його соціальна цінність і сенс життя [2, с. 132].

Життєві перспективи особистості, їх чітке усвідомлення, їх дальність, надійність визначаються професійним, сімейним і віковим самовизначенням у житті, яке залежить від особистості, від її соціально-психологічної і соціальної зрілості та активності. Для того, щоб активізувати потребу у про-

ектуванні життєвої перспективи, необхідно постійно виявляти те, як наміри, домагання, склад особистості виражаються в її життєвих проявах, і які наслідки ті чи інші способи життя мають для внутрішнього світу і особистісного складу, як змінюють її мотиви, характер, розвивають здібності. Іншими словами, необхідно знати, наскільки життєва практика особистості (а не окремі її вчинки) відповідає її намірам, задумам, ціннісним орієнтаціям. Міра збігу або розбіжності життєвої практики і цінностей свого «Я», здібностей, спрямувань людини може слугувати показником цілісності або роз'єднаності, суперечності особистісних структур, перспективності або регресивності їх розвитку.

З точки зору К. Левіна, життєва перспектива є своєрідною самопроекцією людини у майбутнє і відбиває всю систему її мотивів та одночасно виходить за межі мотиваційної ієрархії [8, с. 246].

Наслідуючи наукову традицію розуміння життєвої перспективи, що склалася, різні автори пропонують нові аспекти її розгляду. Ж. Нюттен говорить про тимчасову перспективу як «ієрархію цілей особистості». За словами автора, тимчасова перспектива полягає в основному у сприйнятті у деякий момент (тимчасове «тут») подій, які об'єктивно презентовані лише у вигляді як послідовності з певними інтервалами між ними. При цьому тимчасова перспектива, на відміну від просторової, не існує у просторі сприйняття, а може репрезентуватися тільки «ментально» у свідомості людини. «Віртуальна» присутність у внутрішньому плані різновіддалених у часі об'єктів-цілей (чи «мотиваційних об'єктів») створює тимчасову перспективу. Тимчасова перспектива, у розумінні Ж. Нюттена, виступає як функція того, що становить її мотиваційні об'єкти, що визначає її глибину, структуру, міру реальності, змістовні характеристики і тому подібне. Своєрідна точка зору про майбутню тимчасову перспективу належить Т. Коттле. Він розуміє її як здатність особистості діяти у сьогоднішні, у світлі передбачення відносно віддалених майбутніх подій [8, с. 91].

У вітчизняній психології розробка проблеми життєвої перспективи відбувалася переважно у руслі ідей С.Л. Рубінштейна і здійснювалася під керівництвом К.О. Абульханової-Славської. Так, вона пропонує розрізняти психологічну, особистісну і життєву перспективи як три різні явища [2].

Психологічна перспектива припускає свідоме уявне передбачення майбутнього, його прогнозування. Ця здатність залежить від типів особистості. В одних уявлення

про майбутнє пов'язані з професійним вибором, в інших – з особистісними домаганнями і власними майбутніми досягненнями, у третіх – з особистими спрямуваннями і потребами (дружба, любов, сім'я). Ці відмінності обумовлені ціннісними орієнтаціями, сферами життя, яким надається перевага.

Особистісна перспектива – це готовність до майбутнього у сьогоденні, установка на труднощі у майбутньому, на його невизначеність. Особистісна перспектива є показником зрілості особистості, потенціалу її розвитку, здатності до організації часу, що сформувалася.

Життєва перспектива – більш містке і глибоке поняття, що включає сукупність обставин і умов життя, які за інших рівних умов створюють в осіб можливість для оптимального життєвого просування [2, с. 169].

Т.С. Шляхтін розглядає особистісну перспективу як одну з істотних складових організації діяльності людини у часі, як складну системну освіту, що має наступні характеристики: ієрархічність, яка включає інтегральну життєву мету особи, проміжну мету-засіб як вузлові моменти у плануванні індивідом своєї діяльності, метазавдання як компонент програм реалізації конкретних дій; багатовимірність – наявність у меті емоційних, когнітивних, регулятивних і інших компонентів [16, с. 56]. Як і інші особистісні утворення, життєва перспектива має свою динаміку. Є.І. Головаха визначає тимчасову перспективу як цілісну картину майбутнього у складному і суперечливому взаємозв'язку програмованих і очікуваних подій, з якими людину зв'язує соціальна цінність і індивідуальний сенс власного життя [7, с. 364].

Багато авторів розглядають життєву перспективу з позицій планування майбутнього. Так, Ф.Ю. Василюк зазначає, що «діяльність людини по плануванню власного життя можна зображувати як перегляд час від часу різних як більш, так і менш віддалених зон життєвої перспективи, і багаторазове рішення у різних масштабах одного і того ж завдання – яким чином при мінімальних зусиллях максимально просунути ся у задоволенні своїх потреб» [5, с. 43].

Що ж являє собою життєвий план особистості? У психологічній літературі існує ряд думок із цього приводу. С.Л. Рубінштейн зазначає, що життєвий план є віддзеркаленням минулого, сьогодення і майбутнього у життєдіяльності особистості, в їх діалектичній єдності та спадкоємності [18, с. 601]. Л. Сохань і П. Кириллова вважають, що життєвий план – це система рішень, психологічних установок особисто-

сті, що відбиває її потреби, рівень духовного розвитку і моральної зрілості і спрямована на зміну самого суб'єкта, на зміну і збереження його матеріального і громадського становища при даних або передбачуваних обставинах [9, с. 240].

З позицій І.С. Кона, «життєвий план виникає, з одного боку, у результаті узагальнення мети, яку ставить перед собою особистість, як наслідок побудови «піраміди» її мотивів, становлення стійкого ядра ціннісних орієнтацій». З іншого боку, «коли предметом роздумів стає не лише кінцевий результат, але і способи його досягнення, шлях, яким людина має намір слідувати, і ті об'єктивні і суб'єктивні ресурси, які їй для цього знадобляться. На відміну від мрії, яка може бути як активною, так і споглядалю, життєвий план – це план діяльності» [13, с. 187].

Продовжуючи розвивати ідеї планування особистого часу людини, В.Ф. Серенкова у своїх роботах приділяє увагу вивченню «єдності тимчасових, ціннісних і дієвих аспектів планування». У зв'язку з цим вона розглядає планування як структуризацію майбутнього і встановлення його цільового, смислового, тимчасового зв'язку з сьогоденням. Автор підкреслює, що життєвий план є безперервним процесом цілепокладання, висунення нових етапних цілей і засобів їх реалізації. План представлений у свідомості як програма дій на майбутнє. Оскільки він часто пов'язаний зі змінами у сьогоденні, людина бачить себе після вирішення певних завдань, уявляючи свої зміни у майбутньому, тому життєві плани іноді містять момент невизначеності, долю фантазії і мрії [19, с. 81].

О.О. Кроник і Є.І. Головаха, проаналізувавши різні підходи до розвитку і осмислення проблем психологічного часу у філософії та психології, запропонували причинно-цільову концепцію життєвого шляху особистості. У рамках цієї концепції автори намагаються відповісти на питання про визначення кордонів і змісту психологічного сьогодення, минулого і майбутнього, їх взаємозв'язку, механізмах формування певних часових властивостей психічної діяльності. Так, на їх думку, одиницею психологічного часу є зв'язок типу «причина-наслідок» або «мета-засіб». При цьому одиницею психологічного минулого вони називають реалізований зв'язок між двома подіями хронологічного минулого, одиницею психологічного сьогодення – актуальний зв'язок між подіями хронологічного минулого і майбутнього, одиницею психологічного майбутнього – потенційний зв'язок подій хронологічного майбутнього.



Причинно-цільовий підхід, запропонований Є.І. Головахою і О.О. Кроніком, дозволяє подолати багато труднощів, з якими стикаються традиційний квантовий і подієвий (сл. Рубінштейн та ін) підходи до вивчення суб'єктивного часу особистості.

Насамперед, це стосується питання про одиницю виміру психологічного часу особистості. Так, при квантовому підході такою є відносно константних для індивіда інтервал фізичного часу, а при подієвому – подія, тривалість якої визначає діапазон психологічного сьогодення. Автори не погоджуються з подібними поглядами, оскільки експериментальні факти свідчать, по-перше, про відсутність яких-небудь індивідуально-стійких хронологічних меж психологічного сьогодення у біографічному масштабі, по-друге, – про можливість віднесення у психологічне сьогодення подій, і початок і кінець яких належать хронологічним минулому або майбутньому, по-третє, – про парціальності психологічного сьогодення. Згідно ж із причинно-цільовою концепцією, одиницею психологічного часу якраз і є зв'язок («причина-наслідок», «мета-засіб»), а не інтервал фізичного часу і не подія сама по собі [21]. Встановлено, що завдяки цим причинним та цільовим зв'язкам колишні і майбутні події утворюють складну систему уявлень про життя, тобто «суб'єктивну картину життєвого шляху».

О.О. Кронік дає наступне визначення даному поняттю: суб'єктивна картина життєвого шляху – «це психічний образ, в якому відображені соціально-обумовлені просторово-часові характеристики життєвого шляху (минулого, сьогодення і майбутнього, його етапи, події та їх взаємозв'язок» [15, с. 149]. Автор виходить з того, що ці образи виконують функцію довготривалої регуляції і узгодженості життєвого шляху особистості з життям інших людей.

Представлені погляди авторів на планування життєвої перспективи поєднує постановка акценту на наступних компонентах планування особистого життєвого шляху. По-перше, перспектива розуміється як постановка цілей, «як наслідок побудови «піраміди» її мотивів, становлення стійкого ядра ціннісних орієнтацій». По-друге, визначення способів досягнення мети, шляхів, якими «людина має намір слідувати, і ті об'єктивні і суб'єктивні ресурси, які їй для цього знадобляться». По-третє, усвідомлення цінності і сенсу реалізації життєвих планів.

Життєва перспектива відкривається тому, хто сам у сьогоденні створив систему певних життєвих стосунків, систему опор,

які мають всезростаючу цінність. Сукупність цих стосунків і є життєва позиція, яка цілісним чином і визначає майбутнє особистості. Досягнення життєвих рубежів сприяє і досягненню життєвої мети, у певному сенсі гарантує майбутнє [10].

У формуванні життєвої перспективи велике значення грає активність особистості в усіх проявах життя. Активність виступає як потреба у діяльності і визначає мету, напрям, мотиви, а також є джерелом пробудження у людині її потенціалів. Важливу роль грає активність у моделюванні себе і свого життя. Необхідними компонентами активності можна назвати ініціативу, відповідальність і самостійність. Ініціатива є вільною активністю суб'єкта, яка реалізується в інтелектуальній або практичній сферах. Людина, що не має ініціативи, не може бути активною. Ініціативна людина припускає постійну активність думки, що виражається в різній меті, планах. Активність і ініціатива взаємозв'язані між собою. Ініціатива – це творчий початок в особистості.

Щоб відчути власну життєву силу, людина має прийняти відповідальність за кожен свою дію, відчувши себе господарем власного життя. Для цього їй необхідно на основі адекватної самооцінки, аналізу потенційних можливостей проектувати життєву стратегію. Результатом такого планування повинні стати чітке усвідомлення і постановка близької і далекої мети. Їх позначення дозволяє особистості вибудовувати перспективу життєвого шляху. Проблема життєвого шляху, а, отже, і життєвої перспективи особистості, може стояти тільки так: від стихійного способу життя людина може перейти до такого, який вона визначатиме сама. Але суть цього визначення у виборі умов, напрямів життя, у виборі тієї освіти, тієї професії, які максимально відповідали б особливостям особистості, її бажанням, цінностям, її здібностям, у побудові відповідної перспективи життя [11, с. 45].

Одні психологи вивчали життєві перспективи з точки зору складності-простоти, віддаленості-близькості, інші – виходячи зі співвідношення минулого, сьогодення і майбутнього, треті – з їх ціннісного змісту. Інтегральною є класифікація, в якій життєві перспективи діляться на психологічні, особистісні і власне життєві [14].

Т.В. Березіна застосувала типологічний підхід до вивчення життєвих перспектив, в якому передбачається, що не всі типи осіб володіють розвинутою інтелектуальною здатністю передбачення, прогнозування майбутнього. Нею була виявлена і емпірично доведена гіпотеза про існування трьох типів життєвих перспектив [3, с. 199].

1. Когнітивна перспектива – особа здатна свідомо і досить детально будувати життєві плани, структурувати майбутнє, бачити свої перспективи і себе у майбутньому.

2. Особистісно-мотиваційна – коли відсутній когнітивний план або навіть будь-які чіткі уявлення про майбутнє, проте мотивація досягнення створює могутню спрямованість особистості у майбутнє і певну гарантію її реалізації. Вона є цілісною готовністю до труднощів, навіть до невизначеності, що розходиться з власне когнітивним планом.

3. Життєва перспектива створюється попереднім життям, коли вже досягнута особистісна життєва позиція, що надає особистості потенціал, пріоритети, які гарантують успішне майбутнє. Життєва перспектива – це реальний життєвий потенціал особистості, закладений її минулим досвідом, рівнем її розвитку, її наявними здібностями, що і складає реальну рушійну силу, гарантуючи успішність майбутнього. Життєва позиція може бути тупиковою, закрити особистості можливість руху у майбутнє (навіть за наявності когнітивної перспективи і мотиваційної готовності). В інших випадках вона відкриває новий рівень можливостей, які індивіду залишається тільки реалізовувати, утілити у формах життя. Під життєвою позицією і її рівнем мається на увазі здобута людиною освіта, рівень професіоналізму, соціальне становище і ряд інших пріоритетних соціальних позицій, а також її особистісні досягнення, передусім особистісна зрілість, багатство життєвих стосунків тощо [14, с. 235].

Продовжуючи дослідження життєвих перспектив в умовах різких соціальних змін, що сталися, тобто у контексті психосоціального підходу, К.О. Альбуханова-Славська отримала наступні дані. Порівняння різних вікових груп (75 чоловік – діти у віці 10-13 років, 78 – студенти, 76 – професіонали у віці 30-45 років і 80 – пенсіонери) показало, що у 80% дітей і 65% пенсіонерів життєва перспектива блокована, уявлення про майбутнє невизначені. У 75% студентів життєві перспективи когнітивно структуровані, визначені, як і у 52% професіоналів. У зв'язку з цим можна зробити висновок, що життєва перспектива це динамічна характеристика, безпосередньо пов'язана з віковими особливостями особистості [3, с. 115].

Важливою передумовою успішної самореалізації людини у майбутньому є узгоджена, несуперечлива система ціннісних орієнтацій, яка лежить в основі формування змістовно і хронологічно координованої життєвої мети і планів.

Проте навіть така система ціннісних орієнтацій не гарантує відсутності проблем

та труднощів у процесі формування мети та її реалізації. Адже за достатньо чіткого уявлення про сфери й напрями діяльності людина може не мати конкретних життєвих намірів. Навіть якщо життєва мета є, вона може не відповідати можливостям та здібностям особистості або умовам тієї ситуації, в якій вона живе. Відповідно, разом з узгодженою та несуперечливою системою ціннісних орієнтацій як проявом достатньої сформованості уявлень людини про своє майбутнє слід розглядати й адекватність життєвої мети.

Терміни «життєва мета» та «життєвий план» у психологічну науку були введені А. Адлером. Науковець уважав фундаментальною метою кожної людини досягнення влади, переваги над іншими та компенсування власної повноцінності. А під життєвим планом розумів повний комплекс захисних реакцій та раціоналізацій, які людина використовує, щоб досягти цієї мети.

Є.І. Головаха визначає життєву мету як предметну і хронологічну межу актуального майбутнього, безпосередньо пов'язаного з проблемами сьогодення. Якщо до цієї межі майбутнє наповнюється конкретними життєвими планами на шляху до реалізації відповідної життєвої мети, то за нею воно може бути виражене тільки у загальних орієнтаціях на життєві цінності, що не потребують хронологічної й чіткої предметної визначеності.

Життєва мета – один з найважливіших елементів свідомості особистості і значною мірою залежить від її свідомості, інтересів, потреб, здібностей, життєвого досвіду, соціального статусу, системи її соціальних ролей [17].

Мета, яку ставить перед собою людина, повинна бути досить реальною й узгодженою з внутрішніми (власними можливостями) та зовнішніми (соціально-політичні, економічні та інші умови) факторами. Так, у людини повинне бути чітке розуміння своїх здібностей, талантів, оптимальних шляхів самореалізації. Визначення мети передбачає знання напрямку діяльності, а також ідеального результату бажаної події, що відділяє зону досягнутого майбутнього у цій сфері життєдіяльності від ще не освоєного майбутнього.

Життєві плани є засобами здійснення життєвої мети, їх конкретизацією у хронологічному й змістовному аспектах, вони визначають порядок дій, необхідних для реалізації життєвої мети як основних орієнтирів життєвого шляху у майбутньому [6].

Так, майбутнє можна сприймати як відносно впорядковану сукупність подій, здійснення яких сприяє досягненню бажаних ре-



зультатів.

С. Плаксії вважає, що життєві плани є прагненням особистості побудувати своє життя певним чином через визначення й досягнення тієї чи іншої мети, в якій виражені помисли й побажання людини про нинішню й майбутню діяльність, які визначаються, з одного боку, об'єктивними умовами життя, а з іншого – потребами, інтересами, ціннісними орієнтаціями особистості.

Життєвий план є безперервним процесом формування нової мети і засобів її реалізації. Людина повсякденно коректує свої плани у процесі їх реалізації, вибирає нові завдання та мету, тому фактично між планами, які змінюють один одного, немає проміжків.

Життєві плани включають не тільки раціональний складник (логічно вибрані й проаналізовані завдання та мета). Як правило, вони містять певну долю фантазій та мрій, адже людина уявляє себе у майбутньому, ніби «бачить» себе після досягнення наміченої мети, втілення образу бажаного майбутнього. А відрізняються життєві плани від передбачення майбутнього тим, що у них не фіксується загальний образ майбутнього життя, а встановлюються конкретні задачі, які необхідно вирішувати для досягнення бажаного майбутнього, і визначаються конкретні засоби їх вирішення.

З точки зору мети життєві плани можна розділити на ситуативні та корінні. Ситуативні плани спрямовані на здійснення найближчої мети. Вони необхідні та корисні, і разом з цим, якщо все життя людини зводиться до реалізації тільки ситуативних планів, то це свідчить про відсутність стрижня – загальної основної життєвої мети. Так, ситуативні плани повинні бути частиною життєвих планів, не займаючи у них домінуючого місця. Життєвий план є не тільки передбаченням імовірного майбутнього, а й самовизначенням, визначенням завдань, які людина ставить перед собою та які вона обов'язково повинна виконати. І як зазначає Л.Н. Коган, із цієї точки зору життєвий план можна вважати найважливішим способом самовиховання (вироблення та розвиток дисциплінованості, сили волі, самоконтролю, сміливості; боротьба з власною лінню та некорисним використанням часу, сил, талантів і т. ін.). У цьому полягає важлива цінність життєвих планів [12].

Оскільки у життєвих планах бажане майбутнє уявляється тільки в його загальних рисах, людина не застрахована від помилок та розчарувань. А при складанні планів на довготривалі періоди зростає їх

невизначеність, неконкретність та ймовірність зміни (або заміни на інші) зростає. Так, наперед передбачити всі нюанси, несподіванки, які можуть або допомогти, або перешкодити реалізації бажаного майбутнього неможливо, адже людина здатна визначити тільки основну мету, головні задачі, тому планування життєвого шляху не може бути надмірно деталізованим. Як підкреслює Л.Н. Коган, життєвий план – це своєрідний орієнтир, компас, що не дозволяє збитися з правильного шляху, будь-яке інше уявлення про життєвий план неминуче приводить до містики. Так, учені В.Ф. Сержантов і В.В. Гречаний пишуть про «фрагментарність» життєвих планів, яка пов'язана з тим, що об'єктом прогнозу, а тим більше плану виступають тільки основні риси майбутнього: вибір професії, побажання щодо місця роботи, бажаний стиль життя, перспективи подальшого отримання освіти й підвищення кваліфікації, прагнення змінити або зберегти місце проживання і т. ін. Мета, реалізація якої намічається життєвим планом, формуються у свідомості неодноразово: виконуючи одні задачі й мету, людина формує нові.

Специфіка побудови й особливості втілення планів залежить від змістовного навантаження мети, наприклад, якщо ілюзорна сама життєва мета, то й плани її здійснення неминуче будуть нездійсненими. Разом із цим реальність життєвої мети є необхідною, але ще не достатньою умовою зі здійсненності життєвого плану, адже він може бути утопічним за засобами досягнення мети. Тому уточнення планів означає насамперед оцінку реальності їх здійснення та засобів виконання.

Зазвичай на папері план фіксують зрідка, переважно він існує у свідомості як ланцюг мети та завдань, які потрібно вирішити у порівняно близькому майбутньому. Зате багато психологів, особливо консультанти, тренери з особистісного розвитку (Б. Трейсі, Б. Шефер, Е. Роббінс та інші) наголошують, що саме запис і неодноразове письмове повторення – запорука правильного використання свого особистісного потенціалу, тайм-ресурсів, швидкого та легкого досягнення бажаної мети та втілення планів. Одними з головних засобів здійснення життєвих планів є вміння правильно розподіляти та використовувати час відповідно до створеної ієрархії мети, завдань, найважливіших для виконання життєвих планів. Отже, необхідною умовою виконання намічених планів є достатній рівень саморегуляції та самоконтролю, що включає вміння відмовитися від неголовного, другорядного

у житті, інакше найреальніші, найчіткіші плани можуть залишитися тільки ідеями.

Висновки. У результаті теоретичного вивчення проблеми життєвих перспектив ми можемо стверджувати, що життєва перспектива – це цілісна картина майбутнього, що знаходиться у взаємозв'язку прогнаних і очікуваних подій, від яких залежить соціальна цінність і сенс життя особистості. Власне проблема життєвих перспектив полягає у тому, що від стихійного способу життя людина може перейти до такого, який вона визначатиме сама. Життєві перспективи особистості, їх чітке усвідомлення, їх дальність, надійність визначаються професійним, сімейним і віковим самовизначенням у житті, яке залежить від особистості, від її життєвої позиції, від її соціально-психологічної і соціальної зрілості й активності. Життєві перспективи тісно пов'язані з плануванням особистого часу. Так, індивід будує ближні, середні і далекі життєві плани. Разом з цим, важливість дослідження планування особистого часу обумовлена і тією можливістю, яку воно представляє особистості в її прагненні до саморозвитку, до руху, можливістю побачити людину у майбутньому, близькому або віддаленому, в її власній оцінці свого потенціалу, воно відкриває людину такою, якою вона сама хоче себе бачити у майбутньому. А це, безумовно, важливо – зуміти побачити людину не лише такою, якою вона є сьогодні, але і розглянути те, що ще у ній не розкрилося.

Отже, не випадково, однією з вимог до психотерапевтичної процедури, сформульованою у гуманістичній психології, є те, що клієнт має відчувати, що його приймають і підтримують не лише таким, який він є зараз, але і у його майбутніх можливостях. Тільки у цьому випадку він стає здатним затвердити себе як незалежна особистість і стати архітектором власного майбутнього [21].

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абульханова-Славская К.А. Время личности и Время жизни / К.А. Абульханова-Славская, Т.Н. Березина. – СПб : Алетей, 2001. – 304 с.
2. Абульханова-Славская К.А. Жизненные перспективы личности / К.А. Абульханова-Славская // Психология личности и образ жизни / Под ред. Е.В. Шороховой. – М. : Наука, 1987. – С. 137-143.
3. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 231 с.

4. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – М. : Изд-во ЛГУ, 1968. – 336 с.
5. Васильюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: Типологический анализ критических ситуаций / Ф.Е. Васильюк // Психологический журнал. – Т. 16. – № 3. – 1995. – С. 90-101.
6. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е.И. Головаха. – К. : Наукова думка, 1988. – 144 с.
7. Головаха Е.И. Психологическое время личности / Е.И. Головаха, А.А. Кроник. – К. : Наукова думка, 1988. – 207 с.
8. Життєві кризи особистості : [науково-методичний посібник] : у 2 ч. – К. : ІЗМН, 1998. – 263 с.
9. Захарова А.В. Уровень притязаний как показатель самооценки / А.В. Захарова // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии – М., 1989. – № 1. – С. 23-27.
10. Каган М.С. Время как философская проблема / М.С. Каган // Вопросы философии. – 1982. – № 10. – С. 117-124.
11. Ковалев В.И. Категория времени в психологии (личностный аспект) / В.И. Ковалев // Категории материалистической диалектики в психологии / Под ред. Л.И. Анциферовой. – М. : Наука, 1988. – С. 216-230.
12. Коган Л.Н. Человек и его судьба / Л.Н. Коган – М. : Мысль, 1998. – 283 с.
13. Кон И.С. Психология юношеского возраста. Проблемы формирования личности : [учеб. пособие для студентов пед. ин-тов] / И.С. Кон. – М. : Просвещение, 1979. – 175 с.
14. Кроник А.А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования, диагностики и коррекции / А.А. Кроник. – М. : Прогресс, 1994. – 238 с.
15. Кроник А.А. LifeLine и другие новые методы психологии жизненного пути / А.А. Кроник. – М. : Прогресс-Культура, 1993. – 175 с.
16. Логинова Н.А. Развитие личности и ее жизненный путь / Н.А. Логинова // Принцип развития в психологии. – М. : Наука, 1978. – С. 156-172.
17. Мартынюк И.О. Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования / И.О. Мартынюк ; отв. ред. Р.А. Ануфриева ; АН УССР. Ин-т философии. – К. : Наук. думка, 1990. – 124 с.
18. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии : в 2-х т. / С.Л. Рубинштейн. – Т. 1. – М. : Педагогика, 1989. – 448 с.
19. Савчин М.В. Вікова психологія : [навч. посіб.] / М.В. Савчин, Л.П. Василенко. – 2-ге вид., стер. – К. : Академвидав, 2009. – 360 с. – («Альма-матер»). – Бібліогр. : с. 348-350.
20. Серенкова В.Ф. Личностная организация времени как средство реализации жизненных планов / В.Ф. Серенкова // Применение концепции С.Л. Рубинштейна в разработке вопросов общей психологии: сб. науч. тр. – М. : Наука, 1989. – С. 121-130.
21. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость / О.В. Хухлаева. – М., 2002. – 208 с.