

УДК 17.023.3-057.875

РЕВА Марина Митрофанівна

*кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології
Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короєнка*

ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ В ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Розглянуто життєву перспективу як один із способів усвідомленого, відносно структурованого освоєння особистістю свого майбутнього.

Описано особливості життєвої перспективи в підлітковому та юнацькому віці. Акцентовано увагу на тому, що якісна відмінність підліткового і юнацького віку полягає у орієнтації на майбутнє та ставленні до нього. Окреслено шляхи оптимізації способів конструювання майбутнього в підлітковому та юнацькому віці.

Ключові слова: *життєва перспектива, життєва стратегія, життєві цілі, життєві плани, життєконструювання.*

Постановка проблеми. Необхідність звернення до способів конструювання особистістю майбутнього стимулюється ситуацією суспільної кризи, у якій зараз перебуває українське суспільство, одним із психологічних наслідків якої є порушення часової перспективи особистості, крах її життєвих цілей і планів, що загрожує тяжкими переживаннями, серед яких, так званий стрес зруйнованої надії, один з найбільш небезпечних стресів, на думку Г. Сельє [19].

Усе це ставить молоду людину перед необхідністю побудови нового бачення життя, індивідуального вирішення складних питань, пов'язаних із пошуком себе, свого місця у світі, з виявленням нових напрямів зростання. «Цілі, мотиви, інтуїтивні прозріння, здогадки, інтенції, складаючись у сюжет відіграють роль нитки Аріадни, користуючись якою людина виводить себе з неозорого і небезпечного поля уламків, фрагментів, вторинних елементів пережитого, напівзабутого, очікуваного, передбучуваного. Життєвий шлях хоч і тимчасово, зате переконливо починає сприйматися як щось цілісне, логічне

і послідовне» [23, с. 31]. Але, проблема в тому, що в молодих людей часто немає зрілого, реалістичного уявлення про майбутнє, життєва перспектива розмита, цілі не визначені, і тоді майбутнє настає для них «несподівано», і вони, як наслідок, недостатньо до нього підготовлені. Тому в сучасних умовах приділяється велика увага вивченню способів життєконструювання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В історії психології немає жодної хоч якось значущої теорії, в якій би не визнавалась виключно важлива роль орієнтацій на майбутнє в житті людини. І хоч це поняття виступало в різних термінологічних формах: інтенціональність, життєва перспектива, часова перспектива, часова транспектива, життєва стратегія, цілевизначення, цілеутворення і т.п. – суть проблеми залишається одна й та ж: життя людини (її активність, діяльність, поведінка і т.п.) визначаються і регулюються не тільки і не стільки минулим, скільки майбутнім.

На включеність часових орієнтацій у внутрішні структури особистості звернув увагу К.Г. Юнг. Так, даючи опис психологічних типів, він виділяє параметр, що характеризує особистісну орієнтацію в часі. Сенсорний тип орієнтований на «тут і тепер», розумовий – на майбутнє [24].

Прогнозування майбутніх подій і поведінки людини розглядає американський психолог Д.О. Келлі, вводячи поняття «особистісний конструкт». Під конструктом він розуміє репрезентацію світу, яка використовується для передбачення майбутніх подій. Згідно з основним постулатом «теорії особистісних конструктів», поведінка визначається тим, як люди прогнозують майбутні події. Таким чином, людина прогнозує події зовнішнього світу, в тому числі і поведінку інших людей, спираючись на вибудовану нею самою систему репрезентативних схем [10, с. 65].

Експериментальні дослідження часової перспективи розпочинаються з робіт К. Левіна. Він першим серед психологів побудував просторово-часову модель, в якій свідомість і поведінка індивіда розглядаються через призму довготривалої

перспективи і різнобічних характеристик індивідуального життєвого простору. Так, К. Левін розглядав часову перспективу як бачення індивідом свого майбутнього чи минулого в його теперішньому і припускав, що когнітивна діяльність і переживання з приводу минулого чи майбутнього можуть впливати на дії, емоції і когнітивну діяльність у теперішньому, а також і на прагнення у майбутньому [18].

Ж. Нюттен наголошує на виключно важливій ролі перспективи майбутнього і приділяє особливу увагу процесам, за допомогою яких потреби конкретизуються у внутрішніх цілях і зовнішніх структурах. «Часова перспектива, особливо перспектива майбутнього, додає важливий вимір, в якому мотивація може досліджуватися в термінах постановки цілей і планування». Отже, майбутнє є психологічним простором, в якому потреби людини підлягають когнітивній переробці в окремі цілі і поведінські проекти. В такому сенсі, конструкт «майбутнє» є місцем побудови поведінки і розвитку людини [16, с. 18].

Орієнтації на майбутнє вивчаються сьогодні послідовниками Ж. Нюттена як важлива особистісна змінна чи риса. Ще ряд зарубіжних вчених розглядають цілі або прагнення як одну із досить суттєвих характеристик особистості. Так, Р. Еммонс наголошує, що можливо не має характеристики, що більш фундаментально визначає людину, як здатність уявляти собі можливі майбутні результати дій і розробляти засоби для їх досягнення. Вчений ставить ще ряд питань: що є більш важливим – наявність особистісно-значущих цілей чи їх досягнення; чи є очікуване задоволення від досягнення цілей більш сильною спонукою, ніж власне їх реалізація [8].

Активно орієнтації на майбутнє вивчалися в межах екзистенціальних та гуманістичних теорій. Їхні представники вважали, що критерії, за якими здійснюється постановка цілей у просторі і часі знаходяться всередині суб'єкта в якості цінностей і смислів. Цілі розглядають в контексті всього життя особистості і трактуються вже як *життєві цілі*. Так, С. Мадді описав феномен «екзистенційної дилеми», що постає перед

кожною людиною в її повсякденних виборах. Вибирається або незмінність, відтворення минулого, статус-кво, що може призвести до почуття провини за втрачені можливості, або невідомість, нове майбутнє, що несе ризик і може призвести до почуття тривоги непередбачуваності. За теорією С. Мадді, різні люди за своїм психологічним складом можуть бути схильні до одного або до іншого вибору. Разом із тим, альтернативи не еквівалентні: вибір невідомості розширює можливості знайти свій смисл, а вибір незмінності – обмежує [13].

Найбільш розробленим у вітчизняній психології вважається підхід до вивчення життєвих стратегій, пов'язаний з розглядом особистості як активного, перетворюючого суб'єкта буття, який бере свій початок у роботах С.Л. Рубінштейна [18]. К.О. Абульханова-Славська, продовжуючи започатковану С.Л. Рубінштейном традицію, у своїх дослідженнях спрямовує увагу на те, як людина може побудувати своє життя, щоб більш повно реалізувати свої можливості, здібності в даних реальних життєвих умовах. Ця проблема прямо пов'язана з проблемою побудови життєвої стратегії. Автор ставить і намагається дати відповідь на питання, чому намічені цілі часто так і залишаються не втіленими в життя. Особливо гостро питання реалізації можливостей людини постає в зв'язку з незворотністю життя. Незворотність життя вимагає від людини відповідального ставлення до часу свого життя, тобто своєчасності і відповідальності [1, с. 39].

Час життя особистості розглядається Т.М. Титаренко як такий, що конструюється. «Він ніким не заданий, не є першопочатково, а створюється у відповідних умовах, у певному світі. Саме у цьому контексті Ж. Дельоз писав, що немає більше Адама-грішника, а є світ, де він нагрішив. Так виникає новий погляд на відповідальність, що не конкретизується у межах окремої автономної особистості, а розподіляється між особистістю і світом...» [23, 50].

Т.М. Березіна у своїй праці «Просторово-часові особливості внутрішнього світу особистості» говорить про інтеграцію особистісних часу і простору у єдиний просторово-часовий

образно-мисленнєво-чуттєвий континуум (у термінології автора) [2].

В.П. Зінченко наголошує: «Людина завжди знаходиться в живому, життєвому часі, який відрізняється від хронологічного часу життя. Життєвий час визначає життєвий простір, життєвий світ людини. Їх залежність, зв'язно, взаємна» [7, с. 52].

Просторово-часові орієнтації є вихідною складовою у багатовимірній концепції особистості В.Ф. Моргуна. Поняття особистості згідно з цією концепцією має таке визначення: *особистість* – це людина, яка активно опановує і свідомо перетворює природу, суспільство та власну індивідуальність, внутрішній світ якої має унікальне динамічне співвідношення просторово-часових орієнтацій, потребо-вольових естетичних переживань, змістів, рівнів опанування досвідом й форм реалізації діяльності. Цим співвідношенням реалізується свобода суб'єктного самовизначення особистості в її вчинках і міра відповідальності за їхні наслідки (включаючи і підсвідомо непередбачені) перед природою, суспільством і своєю совістю [15, с. 33].

Як основну рису зрілої особистості Л.І. Божович визначає виникнення в людини здатності поводити себе не залежно від обставин, що безпосередньо впливають, і навіть наперекір їм, керуючись при цьому власними, свідомо поставленими цілями [7]. Виникнення такої здатності обумовлює активний, а не реактивний характер поведінки людини і робить її автором свого життя, своєї долі. Таким чином, розширення життєвої перспективи, структурування життєвого простору і часу виступають як невід'ємні критерії особистості, що нормально розвивається, як один з проявів регуляційних можливостей людини протягом всього онтогенезу.

У статті ми ставимо на меті розглянути особливості життєвої перспективи у підлітковому та юнацькому віці та намітити шляхи її оптимізації.

Виклад основного матеріалу дослідження. Уявлення про майбутнє тісно пов'язані з віковими особливостями розвитку людини. Якісне удосконалення уявлень про своє майбутнє,

прогнозування при плануванні у підлітковому віці характеризується все більш жорстким підпорядкуванням плану цілі [17, с. 215].

Плани майбутньої діяльності в молодших підлітків мало чим відрізняються від тих, які ставлять молодші школярі. Старші ж підлітки успішно планують діяльність, що очікується у віддаленому майбутньому. З дорослішанням, майбутнє все більше включається у свідомість підлітка, що знаходить своє втілення в уявленні і усвідомленні не тільки теперішнього і минулого, але й майбутнього [17]. Разом із тим, аналізуючи вікові завдання розвитку підлітків І.Г. Малкіна-Пих зазначає: «Думки про майбутнє – орієнтація на теперішнє» [14, с. 60].

Підлітки, описуючи майбутнє, говорять переважно про свої особисті перспективи, тоді як юнаки висувують на перший план загальні проблеми. З віком збільшується уміння розрізняти можливе і бажане. Дослідження Б.В. Зейгарник підтвердили, що орієнтація особистості на віддалені цілі, уміння розводити цілі у часі в підлітковому віці можуть свідчити про відносно благополучне протікання розвитку [6]. Разом з тим, підліток намагається представити своє майбутнє, не замислюючись про способи його досягнення. Його образи майбутнього орієнтовані на результат, а не на процес розвитку: підліток може дуже жваво в деталях уявляти своє майбутнє соціальне становище, не замислюючись над тим, що для цього потрібно зробити. Звідси витікає і завищений рівень домагань, потреба бачити себе неодмінно видатним, великим.

Підлітки, для яких характерним є нестабільність поведінки, часто мають деформовані уявлення про свою життєву перспективу, вони демонструють байдужість до майбутнього, відсутність образів майбутнього, небажання про нього думати. Такі підлітки живуть теперішнім, бажаючи отримати з нього максимум задоволення та розваг. Вони не мріють про професію, не будують планів на майбутнє. Відсутність розвиненої часової перспективи в підлітковому віці становить причину почуття безнадійності, самотності. Як зазначає Л.О. Регуш, показовими в цьому відношенні є результати досліджень, спрямованих на

вивчення причин самогубств підлітків. Виявилось, що однією з них є невміння зрозуміти відносність часу, відсутність часової перспективи. Багато підлітків переживають «зараз» як «завжди», і якщо їм зараз з якихось причин погано, то вони думають, що погано їм буде завжди, вічно. Єдиний вихід із такої ситуації для них – самогубство. А психологи-консультанти, які працюють із наркозалежними, стверджують, що для цієї категорії теж загальним є відсутність цілей, як часового орієнтиру в житті. Вони навіть ввели в обіг для характеристики цих людей, що не мають в житті жодних цілей, образ «пустого мішка, який сам по собі не може стояти» [17, с. 77].

Таким чином, орієнтації на майбутнє виступають регулятором самосвідомості підлітка, роблять його активним, більш мобільним і організованим. Недарма Л.С. Виготський наголошував, що підлітка характеризує не слабкість волі, а слабкість цілей [4].

Дослідження зазначають, що якісна відмінність підліткового та юнацького віку полягає у ставленні до майбутнього. Аналізуючи кризу підліткового віку, Л.І. Божович наголошує на її неоднорідності з точки зору формування орієнтацій на майбутнє. Так, перша фаза характеризується виникненням здатності орієнтуватися на цілі, що виходять за межі сьогодення, а друга – усвідомленням свого місця у майбутньому, тобто зародженням життєвої перспективи. Дослідниця підкреслювала, що підліток ставиться до завтрашнього дня з позиції сьогодення, а юнак – до сьогодення з позиції завтрашнього.

Перехід від підліткового до юнацького віку пов'язаний із різкою зміною внутрішньої позиції, коли звернення в майбутнє стає головною спрямованістю особистості, а проблеми професійного вибору, побудови життєвого шляху перетворюється у «афективний центр» життєвої ситуації, навколо якої організується діяльність юнака [3].

Саме юнацький вік, коли людина задумується про перспективи подальшого життя і стоїть перед важливими життєвими виборами, є сензитивним у плані порушення питань,

пов'язаних із життєвою перспективою, сенсом життя, що операціоналізуються в життєвих цілях і планах. В цьому віці відзначається «вищий механізм цілепокладання, який втілюється в певному «замислі», «плані життя» [9, с. 120].

В юнацькому віці горизонт майбутнього значно розширюється як вглиб, так і вишир, включаючи не тільки особисті, але й соціальні перспективи. Життєві цілі стають регулюючим фактором життя. Центральною потребою і рушійною силою розвитку молодшої людини стає потреба знайти своє місце в різних сферах життя, структурувати своє майбутнє. Але це пов'язано з певними труднощами. Уявлення про час у юнацькому віці є досить неоднорідними. Почуття незворотності часу часто межує з небажанням помічати його плінність, суб'єктивне відчуття віку може змінюватися, індивідуально-психологічні проблеми переплітаються з морально-філософськими.

Складність процесу формування часової перспективи в цьому віці полягає ще й у тому, що саме в юнацтві фіксуються найнижча задоволеність смыслом життя, найгостріша невпевненість у собі, переживається тяжкий стан загальної невизначеності. Людина опиняється на порозі нового, самостійного життя, відчуває незвичний тягар відповідальності за кожний свій крок, хоче зрозуміти своє призначення, відчути куди саме слід рухатися, що робити [20]. Часто це стає причиною того, що юнаки сприймають своє майбутнє в негативному світлі. Так, у своїх нарративних розповідях про майбутнє вони, крім формального їх висвітлення, вдаються до таких висловлювань: «я не люблю уявляти майбутнє, адже невідомо що станеться не лише через рік, а й завтра», «цілі будувати безглуздо», «я ніколи не намагаюсь будувати плани на майбутнє, адже життя сумнівне і незабагненне» [11, с. 96].

Орієнтації на майбутнє юнаків та дівчат мають певні відмінності. Загалом для дівчат характерна більша розгорнутість щодо сфер постановки життєвих цілей (це, як правило, і професія, і сім'я, і дружні стосунки, і матеріальні цінності, і побут та відпочинок), насиченість деталями розповідей, більше

бажання говорити про майбутнє, ніж у юнаків. У той же час, юнакам притаманна більша часова структурованість цілей, краща їх ієрархізація. Для дівчат більшою мірою характерна ціннісна єдність особистісної та сімейно-рольової реалізованості [11].

У хлопців основний акцент при постановці цілей робиться на «досягнення», «результат», «самореалізацію в професії», «справжній професіоналізм в своїй справі», вони більш реалістично уявляють свої цілі. Для дівчат більш важливим є «процес», «задоволення від роботи», «стосунки в колективі». Юнакам в більшій мірі притаманне стратегічне цілепокладання, краща часова структурованість цілей. Загалом, як зазначає Т.М. Титаренко, «чоловічий життєвий світ формується прискореними темпами, програючи в різноманітності якісних характеристик і виграючи в ступені внутрішньої активності, самостійності. Жіночий світ розвивається більш суперечливо й повільно, позаяк фемінізація на певних вікових етапах включає в себе певну вікову маскулінізацію, й андрогінну орієнтацію. Завдяки цьому жіночий світ більш відкритий зовнішнім впливам, насичений полімодальними інтерпретаціями» [20, с. 134].

Опитування старших школярів показали, що майбутнє, хоч і виглядає психологічно привабливим, не завжди є особистісно перспективним. Бар'єр створюється неясністю підстав для вибору професії, незнанням своїх здібностей, складностями вступу до вишу, тобто незалежністю майбутнього від особистості, його невизначеністю. В однієї частини юнацтва це викликає зростання активності, спрямованої на долання труднощів, а в іншій, навпаки, пасивність.

Розмитість життєвої перспективи може призводити до негативного переживання особистістю невизначеності свого майбутнього. Запобігти цьому дозволяє правильний механізм структурування цілей (а тим самим і свого майбутнього у часі і просторі), розширення його змісту тощо. Тому психологами ведеться робота у напрямку розробки семінарів та тренінгів з навчання молоді планувати свій життєвий шлях, кар'єру.

Так, Т.М. Титаренко описує етапи індивідуальної і групової роботи з оптимізації часу життя, планування найоптимальнішого для себе майбутнього. Вона зазначає, що перша перешкода, що виникає при спробах знайти технології оптимізації керівництва часом життя, це стійкий внутрішній супротив. Це впевненість багатьох людей у тому, що життя не піддається ніякому контролю. Відповідно, *першим етапом* такої роботи є поступове прийняття життєвих несподіванок, готовність гнучко й оперативно на них реагувати.

Другий етап роботи, спрямованої на оптимізацію життєвої перспективи, полягає у зверненні уваги людини на її внутрішній потенціал, на її глибинне єство. Коли людина починає вірити у власні потенції подолання, усвідомлювати їх, спиратися на них, вона стає здатною навіть дещо прискорити, активізувати їх втілення у життя і стати по-справжньому життєстійкою [21, с. 360].

Третій етап індивідуальної і групової роботи з оптимізації часу життя полягає в усвідомленні типових психологічних захистів, їх змісту, відносної корисності та надмірності. Саме така робота, на думку Т.М. Титаренко, дає змогу наблизитися до перетворення захистів на конструктивніші стратегії подолання. *Четвертий етап* полягає у виробленні індивідуального стилю долавання перешкод, що час від часу виникають на життєвому шляху.

Л.О. Регуш для покращення вміння структурувати час і простір життя пропонує розроблений нею практикум з розвитку прогностичних здібностей. Він серед інших включає і такі вправи як «Уявлення про розвиток свого Я у часі», «Прогнозування у процесі прийняття рішень», вправи на розвиток прогностичного компоненту спостережливості. На думку автора, такий практикум рекомендований всім, хто хоче гармонізувати просторово-часове поле свідомості, розвинути відчуття специфіки майбутнього, яке можна і потрібно враховувати в теперішньому [17, с. 313].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Під життєвою

перспективою ми розуміємо спосіб відносно структурованого засвоєння особистістю свого майбутнього. Життєва перспектива – це потенційні можливості особистості, що об'єктивно складаються в теперішньому, які передбачувано можуть проявитися в майбутньому. Життєва перспектива конкретизується у хронологічному та змістовному аспектах у життєвих цілях і планах, забезпечуючи відчутний ріст активності особистості. Звуження життєвої перспективи зазвичай відбувається під час переживання життєвих криз, депресивних станів. І навпаки, наявність широких життєвих перспектив наповнює життя людини сенсом.

Дослідження зазначають, що якісна відмінність підліткового та юнацького віку полягає у ставленні до майбутнього. Перехід від підліткового до юнацького віку пов'язаний із різкою зміною внутрішньої позиції, коли звернення в майбутнє стає головною спрямованістю особистості, а проблеми професійного вибору, побудови життєвого шляху стають головними, навколо яких організується діяльність юнака. Саме юнацький вік є сензитивним у плані порушення питань, пов'язаних із життєвою перспективою, сенсом життя, що операціоналізуються в життєвих цілях і планах.

Для успішного вирішення вікової задачі юнацького віку як задачі самовизначення молодої людини, повинна з'явитися мотивація до зайняття нової соціальної позиції, скластися диференційована система ціннісних орієнтацій і здатність до творчої побудови життєвої перспективи, постановки усвідомлених життєвих цілей.

За допомогою сучасних психотехнологій підлітки і юнаки можуть навчитися оптимізувати час життя, планувати майбутнє, бачити свій внутрішній потенціал. Разом із тим, сучасні розробки психокорекції життєвої перспективи потребують доповнення технологіями соціального супроводу підлітків і юнаків. Лише у такій спільній діяльності та при наявності відповідних ресурсів можливі довготривалі позитивні зміни у

житті підлітків та юнаків у сфері формування та оптимізації їх життєвої перспективи.

Список використаних джерел

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегии жизни / Ксения Александровна Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Березина Т.Н. Пространственно-временные особенности внутреннего мира личности : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора психол. наук : спец. 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии». – М., 2003. – 41 с.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте (психологическое исследование) / Лидия Ильинична Божович. – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.
4. Выготский Л. С. Проблемы развития психики : [Собрание сочинений в 6-ти т.] Т. 3 / Под ред. А.М. Матюшкина. – М. : Педагогика, 1983. – 368 с.
5. Життєві домагання особистості. Колективна монографія / [за ред. Титаренко Т. М.]. – К. : Педагогічна думка, 2007. – 456 с.
6. Зейгарник Б.В. Психология личности: норма и патология : избранные психологические труды / Б.В. Зейгарник ; под ред. М.Р. Гинзбурга. – М. : Изд-во МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2007. – 414 с.
7. Зинченко В.П. Время – действующее лицо / В.П. Зинченко // Вопросы психологии. – 2001. – №6. – С. 36–54.
8. Эммонс Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности / Роберт Эммонс; [пер с англ.; под ред. Д.А. Леонтьева]. – М. : Смысл, 2004. – 416 с.
9. Кайгородов Б.В. Структурно-динамические характеристики самопонимания в характеристике и развитии Я-концепции в юношеском возрасте / Б.В. Кайгородов // Мир психологии. – 2002. – №2. – С.117-127.
10. Келли Дж. А. Психология личности. Теория личностных конструктов / Дж. А. Келли. – СПб. : Речь, 2000. – 249 с.
11. Копотун М.М. Соціально-психологічні чинники життєвого цілепокладання студентської молоді : дис. ... кандидата псих. наук : 19.00.05 / Марина Митрофанівна Копотун. – К., 2009. – 247 с.
12. Левин К. Определение понятия «поля в данный момент времени» / Левин К. // Динамическая психология: Избр. труды. Пер. с немец. и англ. – М. : Смысл, 2001. – 572 с.

13. Мадди С. Теории личности. Сравнительный анализ / Сальваторе Мадди ; [пер. И. Авидон, А. Батустин, П. Румянцева] – СПб. : Речь, 2002. – 486 с.

14. Малкина-Пых И.Г. Кризисы подросткового возраста : справочник практического психолога / Ирина Германовна Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2004. – 382 с.

15. Моргун В.Ф. Концепція багатовимірного розвитку особистості та її застосування / В.Ф. Моргун // Філософська і соціологічна думка. – 1992. – №2. – С. 27–40.

16. Нюттен Ж.Н. Мотивация, действие и перспектива будущего : [учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии] / Жозеф Нюттен; под ред. Д.А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2004. – 607 с.

17. Регуш Л. А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего / Людмила Александровна Регуш. – СПб. : Речь, 2003. – 352 с.

18. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии / Сергей Львович Рубинштейн – М. : Педагогика, 1976. – 423 с.

19. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1982. – 68 с.

20. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Тетяна Михайлівна Титаренко. – К. : Либідь, 2003. – 376 с.

21. Титаренко Т.М. Структура і функції життєвих домагань особистості / Т.М. Титаренко // Збірник наук. праць Інституту ім. Г.С.Костюка АПН України. – Т. VI, вип.2. – С. 291–295.

22. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості / Т.М. Титаренко. – К. : Марич, 2009. – 232 с.

23. Титаренко Т.М. Психологічні практики конструювання життя в умовах постмодерної соціальності: монографія / Т.М. Титаренко, О.М. Кочубейник, К.О. Черемних ; НАПНУ, Інститут соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2014. – 206 с.

24. Юнг К.Г. Психологические типы / Карл Густав Юнг. – М. : Изд. предприятие «Алфавит», 1992. – 104 с.

М.М. Рева

ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Рассмотрено жизненную перспективу как один из способов осознанного, относительно структурированного освоения личностью своего будущего.

Описаны особенности жизненной перспективы в подростковом и юношеском возрасте. Акцентировано внимание на том, что качественное отличие подросткового и юношеского возраста заключается в ориентации на будущее и отношении к нему. Определены пути оптимизации способов конструирования будущего в подростковом и юношеском возрасте.

Ключевые слова: *жизненная перспектива, жизненная стратегия, жизненные цели, жизненные планы, жизнеконструирование.*

M. Reva

FEATURES OF LIFE PROSPECTS IN ADOLESCENCE AND EARLY ADULTHOOD

Vital perspective is considered as one of the ways of informed, relatively structured development of the personality of their future. The life perspective - is potential possibilities of person, objectively formed in the present, which may occur in the predictable future. Vital prospect is specified (in chronological and content aspects) in life goals and plans, providing significant growth of activity of the individual. Narrowing of life perspective usually occurs during experiencing life crises and depression. Conversely, the presence of broad life prospects fills the life of person with sense.

The features of life perspective in adolescence and early adulthood are described. The attention is focused on the qualitative difference of adolescence and youth lies in the orientation to the future and the attitude to it. The transition from adolescence to early adulthood is associated with a sharp change in internal position when the apply to the future is the main focus of personality and the problems of professional choice, construction of the life course are becoming the main, around which the activity of youth is organized. The early adulthood is sensitive, in terms of violation of issues which are related to the life prospect, sense of life, which operates in life goals and plans.

The directions and stages of individual and group work on ways to optimize the design of the future in adolescence and early adulthood are outlined, it is shown, that using modern psytechnologies teens and the youth can learn to optimize lifetime, plan the future, and see their inner potential.

Keywords: *life perspective, life strategy, life goals, life plans, construction of the life*

Надійшла до редакції 15.06.2015 р.