

КУПРЄЄВА О.І.

докторант,
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка,
м. Київ

ЧАСОВА ПЕРСПЕКТИВА ЯК ОСОБИСТІСНИЙ РЕСУРС САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ

У статті викладено результати емпіричного дослідження психологічних особливостей часової перспективи як особистісного ресурсу самореалізації студентів з інвалідністю. Здійснено аналіз структури взаємозв'язків між факторами часової перспективи студентів з інвалідністю; виявлено особливості профілів збалансованої та незбалансованої часової перспективи. Досліджено взаємозв'язок збалансованої та незбалансованої часової перспективи з самоактуалізацією та характеристиками самореалізації досліджуваних студентів. Встановлено, що збалансована часова перспектива, так і відхилення від її оптимального профілю, здійснюють значний вплив на функціонування особистості та її самореалізацію.

Ключові слова: часова перспектива, збалансована часова перспектива, незбалансована часова перспектива, самореалізація, студенти з інвалідністю.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими практичними завданнями. Дослідження проблеми особистісної самореалізації, вказують на те, що однією з найважливіших умов саморозвитку особистості є її часова (життєва) перспектива як цілісний образ її бажаного майбутнього. Часова перспектива особистості як цілісний конструкт об'єктивного та суб'єктивного часу, формується в процесі розвитку індивіда, шляхом його пізнання оточуючого світу та взаємодії з ним. Розвиток особистості в аспекті часової перспективи передбачає, перш за все, усвідомлення часу власного життя як ресурсу, активну діяльну позицію по відношенню до сьогодення, побудову майбутнього, здатність цінувати, враховувати та використовувати надбання минулого. Саме, принцип взаємозв'язку та взаємозумовленості минулого, теперішнього та майбутнього часу у свідомості та діях людини, характеризує часову перспективу як конструкт [11]. При цьому суб'єктивна цінність часу, як особистісного ресурсу, наповненість його ціннісно-смысловим змістом, та збалансованість часової перспективи виступають регуляторами організації життєдіяльності особистості на різних етапах її самореалізації.

В цьому контексті дослідження психологічних особливостей часової перспективи особистості студентів, її збалансованості сприятиме більш глибокому, цілісному вивченню самореалізації особистості, побудові життєвого простору та життєвої перспективи, як простору здійснення власного Я.

Останні дослідження і публікації, виділення невирішених питань загальної проблеми, якій присвячується стаття. Поняття «перспектива» походить від латинського «*per-
spicere*» – «чітко бачити», означає здатність бачити те, що знаходиться на відстані, по переду; це очікування, надія на можливості майбутнього. Тобто, в часовій перспективі можна виділити компоненти: простір - знаходження чогось на відстані, та можливості, які відображають потенційну здатність розвитку людини, через суб'єктивні уявлення та очікування особистості відносно власного майбутнього.

У загальному вигляді, часова перспектива особистості – це сукупність суб'єктивних уявлень людини про події власного життя, структуризація процесів життєдіяльності та представлення їх в певному часовому модусі.

Одним з найбільш вагомих сучасних підходів до вивчення індивідуальних відмінностей часової перспективи є темпоральна концепція Ф. Зімбардо, Дж. Бойда (Zimbardo & Boyd) [17]. Ф. Зімбардо та Дж. Бойд (Zimbardo & Boyd) [17; 18] розглядають часову перспективу як основний аспект в побудові психологічного часу особистості. Як відображення установок, цінностей, переконань та особистісних ставлень людини до часу, за допомогою яких неперервний потік існування людини об'єднується в часові модуси (минуле, теперішнє майбутнє), які допомагають особистості упорядкувати, узгоджувати та надавати сенс власному життю, поділяють особистісний досвід на часові категорії.

На основі емпіричного аналізу Ф. Зімбардо, Дж. Бойд [1] виокремлюють два аспекти ставлення до минулого: *негативне минуле* (бачиться як неприємне, викликає одразу), *позитивне минуле* (минулий досвід бачиться приємним, через «рожеві окуляри», сприймається з ностальгією). Автори, також, виділяють два аспекти ставлення до теперішнього. *Гедоністичне теперішнє* - сповнене задоволення, які цінуються більш за все, насолодження сьогоdnішнім моментом, без міркувань про подальші дії, вчинки, поведінку. *Фаталістичне теперішнє* – людина вірить в долю, підкорюється їй та нездатна впливати на події свого теперішнього та майбутнього. В ставленні до майбутнього автори виділяють лише один аспект – *орієнтація на майбутнє*. Вона характеризується наявністю цілей, планів спрямованих на майбутнє, та поведінкою спрямованою на реалізацію цих цілей та планів.

Аналізуючи якісні характеристики часової перспективи, Зімбардо та Бойд (Zimbardo & Boyd) [18], вводять поняття «збалансованої часової перспективи», та визначають її як когнітивну здатність особистості ефективно переключатися між минулим, теперішнім та майбутнім, в залежності від життєвих задач, ситуацій, особистісних цінностей, цілей, переконань та ресурсів. Науковці емпірично представили *оптимальний профіль збалансованої часової перспективи* особистості, який включає: низький рівень «фаталістичного теперішнього» та «негативного минулого», помірно високий рівень «гедоністичного тепе-

рішнього» та «майбутнього», високий рівень «позитивного минулого». Автори зазначають, що профіль є оптимальним поєднанням часових перспектив та дозволяє людині залишатися неупередженою, сприяє ефективному переключенню між різноманітними часовими проміжками у відповідь на вимоги ситуацій та подій.

Дослідження часової перспективи в студентському віці засвідчують, що саме цей віковий період характеризується інтенсивністю та низкою особливостей її розвитку. Зокрема, досліджено специфіку часових уявлень та суб'єктивного сприйняття часу в період молодості [8]; психологічні особливості розвитку часової перспективи студентської молоді [4]; особливості життєвої перспективи в мотиваційній структурі учіння студентів, зокрема студентів з інвалідністю [6]; збалансованість часової перспективи студентів та її зв'язок з психологічним благополуччя особистості [5]; психологічні особливості життєвих перспектив студентів з функціональними фізичними можливостями [9]; особливості життєвих перспектив в ситуації набутої інвалідності [2].

Часова перспектива досліджується як ресурс особистості студентської молоді, та її зв'язок з особистісними характеристиками: локусом контролю та самоефективністю особистості [12; 13]; самоконтролем, усвідомленістю, самоприйняттям, суб'єктивним благополуччям особистості [14]; почуттям зв'язаності, суб'єктивним благополуччям, психологічним здоров'ям, хронічними захворюваннями [16]/

Незважаючи на значну кількість досліджень феномену часової перспективи особистості в психології, поза увагою дослідників, залишаються питання її вивчення в контексті самореалізації студентів з інвалідністю, які навчаються в інтегрованому освітньому середовищі; виявлення особливостей часової перспективи, її оптимального профілю (збалансованості) та незбалансованості, для яких навчання в закладі вищої освіти - є важливим етапом їхнього особистісного саморозвитку та самореалізації.

Формулювання цілей та постановка завдань статті.

Метою статті є дослідження особливостей часової перспективи (збалансованої та незбалансованої) студентів з інвалідністю, та виявлення взаємозв'язку цих конструктів з особистісною самореалізацією досліджуваних.

Виклад методик і результатів дослідження. Самореалізація студентів в освітньому середовищі – це актуалізація готовності особистості до саморозвитку власного потенціалу, реалізація власних задатків і можливостей.

Самореалізація, розуміється нами, як процес актуалізації та реалізації індивідуальності особистості, її внутрішнього позитивного і творчого прагнення до розвитку, психологічної зрілості та компетентності [15].

Самореалізація, як процес розгорнутий у часі, передбачає послідовність етапів досягнення результатів діяльності (індивідуально та

об'єктивно значущих) в минулому, теперішньому та свідомим конструюванням майбутнього.

Реалізуючи мету дослідження, ми виходили з того, що процес самореалізації особистості обумовлений часовою перспективою, як цілісним образом себе в часі та власною активністю особистості. Як невід'ємна складова самосвідомості, часова перспектива, формується крізь призму оцінки суб'єктом власних можливостей, досвіду, об'єктивних ситуацій та визначає ступінь інтеграції людини в соціальному оточенні.

Дослідження часової перспективи є одним з етапів комплексного емпіричного дослідження самореалізації студентів в інтегрованому освітньому середовищі. В дослідженні взяли участь 205 студентів з інвалідністю (порушення опорно-рухового апарату, сенсорні порушення, загальносоматичні та неврологічні захворювання), закладів вищої освіти м. Києва, які навчаються в інтегрованих групах. Вік досліджуваних студентів 19-22 роки.

В дослідженні ми використовували наступні психодіагностичні методики: опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо (ZTPI Zimbardo & Boyd, 2008) в адаптації Г. Сирцової, О.Т. Соколової, О.В. Мітиної [7]; модифікований опитувальник самоактуалізації особистості (САМОАО) Е. Шострома, в адаптації А. Лузукіна, Н. Калина [10]. Обробка отриманих емпіричних результатів здійснювалася за допомогою комп'ютерної програми для статистичної обробки даних SPSS Statistics 21.0.

Першим етапом дослідження було вивчення часової перспективи студентів з інвалідністю.

Аналіз описових статистик (Таблиця 1) показав що у досліджуваних студентів з інвалідністю в часовому профілі переважає орієнтації на «гедоністичне теперішнє».

Таблиця 1

Показники часової перспективи студентів з інвалідністю

Фактори часової перспективи	Студенти з інвалідністю (n=205)			
	\bar{x}	Md	Mo	S _x
Негативне минуле	2,9	2,9	2,8 ^a	0,5
Гедоністичне теперішнє	5,2	5,1	4,6 ^a	0,7
Майбутнє	4,2	4,3	3,7 ^a	0,6
Позитивне минуле	3,2	3,3	2,6	0,5
Фаталістичне теперішнє	2,5	2,5	2,2	0,5

Примітка: \bar{x} – середнє значення; Md – медіана; Mo – мода (a - є декілька мод, показана найменша); S_x – стандартне відхилення.

Часова орієнтація досліджуваних студентів центрована на гедоністичному аспекті теперішнього, що може свідчити про звужений часо-

вий світогляд, в якому теперішнє сприймається як безтурботний час, сповнений задоволеннями. Переважає орієнтація на швидкоплинні задоволення від сьогодення «тут і тепер»; на уникнення серйозних переживань та осмисленості наслідків власних дій та діяльності в майбутньому; прагнення замінити потребу у внутрішньому розвитку штучними зовнішніми враженнями. Профіль часової перспективи з високими показниками «гедоністичного теперішнього» та низькими «майбутнього» виділяють Зімбардо та Бойд, як «гедоністичний профіль» (Zimbardo & Boyd) [18].

Слабкими сторонами часової орієнтації спрямованої на «гедоністичне теперішнє» є низький его-контроль, нерозвинена особистісна автономність, менша здатність до прогнозування майбутнього та схильність піддаватися впливу ззовні.

Сильними (ресурсними) сторонами осіб в яких переважає орієнтація на «гедоністичне теперішнє» є відкритість новому досвіду та пізнанню. Такі індивіди легко вступають в міжособистісну взаємодію та проявляють креативність у стосунках з оточуючими та світом [1].

Дослідження часової перспективи, також, свідчать, що переважання орієнтації на гедоністичне теперішнє, характерно, саме, для періоду юності [3; 4; 8].

Структуру взаємозв'язків між факторами часової перспективи в групі студентів з інвалідністю подано в таблиці 2.

Таблиця 2

Кореляція між факторами опитувальника часової перспективи ZTPІ у студентів з інвалідністю (n=205)

	НМ	ГТ	М	ПМ	ФТ
Негативне минуле	-	0,22**	-0,29**	-0,27**	0,59**
Гедоністичне теперішнє	0,22**	-	-0,04	0,29**	0,51**
Майбутнє	-0,21**	-0,03	-	0,36**	-0,22**
Позитивне минуле	-0,27**	0,29**	0,36**	-	0,06
Фаталістичне теперішнє	0,59**	0,51**	-0,22**	0,06	-

Примітка: ** Кореляція значима на рівні $p \leq 0.01$ (2-сторон.); * кореляція значима на рівні $p \leq 0,05$ (2-стороння). Фактори часової перспективи: НГ – негативне минуле; ГТ – гедоністичне теперішнє; М – майбутнє; ПМ – позитивне минуле; ФТ – фаталістичне теперішнє.

Як видно, між собою, закономірно, виявилися пов'язаними: сприйняття власного минулого як негативного з «фаталістичним теперішнім» (відчуттям мінімального контролю над власним життя, почуттям безпорадності), «гедоністичним теперішнім» (орієнтація на отримання задоволення від життя) та негативно пов'язаним з «майбутнім» та «позитивним минулим».

Теперішнє в його гедоністичному аспекті найбільш пов'язано з «фаталістичним теперішнім» та «позитивним минулим»; «майбутнє» пов'язане з «позитивним минулим», тобто здатністю оцінювати та ви-

користувувати досвід минулого відрізка життя, як корисний, дієвий у побудові майбутнього; «фаталістичне теперішнє», як мінімальна керуваність власним життям закономірно пов'язано з «негативним минулим» та «гедоністичним теперішнім».

Привертає увагу той факт, що в структурі взаємозв'язків найвищі позитивні зв'язки виявлено між фактором «фаталістичне теперішнє», та «негативне минуле» ($r=0,59$; $p \leq 0,01$) і «гедоністичне теперішнє» ($r=0,51$; $p \leq 0,01$).

Отже, у студентів з інвалідністю найбільше позитивних кореляційних зв'язків виявлено з фактором «гедоністичне теперішнє».

Другим етапом дослідження стало вивчення особливостей збалансованої та незбалансованої часової перспективи студентів з інвалідністю. За критерієм збалансованої часової перспективи вибірку досліджуваних студентів було розділено на дві групи.

Як показують отримані нами результати у 16,5 % студентів з інвалідністю діагностовано збалансовану часову перспективу.

Профіль збалансованої часової перспективи у студентів з інвалідністю містить помірно високі показники часової орієнтації на «майбутнє» та низькі показники «негативного минулого», високі - «гедоністичного теперішнього».

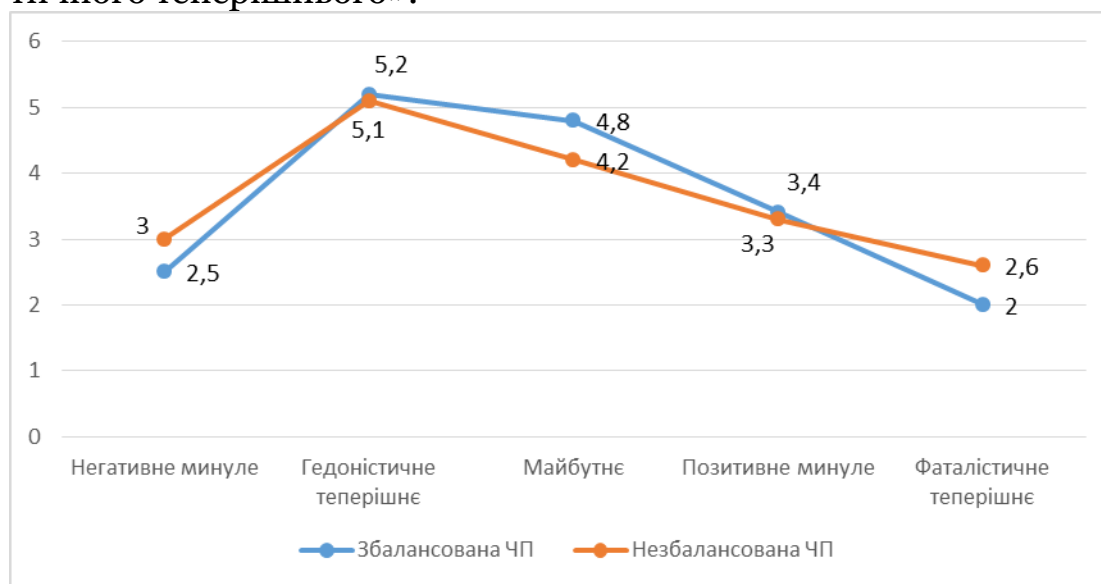


Рисунок 1. Профіль збалансованої та незбалансованої часової перспективи студентів з інвалідністю

Орієнтація на позитивне минуле ($\bar{x}=3,4$) є ресурсом для особистості, та у поєднанні з усвідомленням майбутнього ($\bar{x}=4,7$) обумовлює цілеспрямованість та успішність особистості. Однак, в даному профілі вираженими є високі показники «гедоністичного теперішнього» ($\bar{x}=5,3$). Тобто, переважає орієнтація на швидкоплинні задоволення від сьогодення «тут і тепер». Проте, орієнтація на теперішнє є важливою умовою відчуття повноти життя, наповнення його радістю, що також, є ресурсом для пізнання самого себе та оточуючого світу.

Тобто, збалансована часова перспектива, як уявлення про власне Я в просторі та часовому вимірі життя, дозволяє адекватно реагувати

на його події, базуючись на балансі між змістом минулого досвіду та переживань, уявленнями про майбутнє та бажаннями теперішнього (Zimbardo, 2002).

Незбалансована часова перспектива характерна для переважної більшості студентів з інвалідністю (83,5%).

Як бачимо (Рис.1) в профілі незбалансованої часової перспективи вираженими є високі показники за фактором «негативне минуле» ($\bar{x}=3,5$) неприйняття досвіду минулого життя, або не здатність ефективно його використовувати), «фаталістичне теперішнє» ($\bar{x}=2,6$) та середні показники «майбутнє» ($\bar{x}=4,1$). В цьому профілі вираженими, також, є вищі нормативних, показники по фактору «гедоністичне теперішнє» ($\bar{x}=5,2$). Можемо припустити, що нереалістичне уявлення про власне майбутнє, низька здатність планувати його, неготовність докладати зусилля для реалізації цілей майбутнього, активізує потребу насолоджуватися сьогоднішнім та уникати думок про складність, невизначеність майбутнього, які можуть викликати негативні емоції.

Отже, незбалансованість часової перспективи обумовлює ригідність часової концепції, низьку здатність організувати власний час базуючись на балансі минулого досвіду, завданнями сьогоднішнього та уявленнями майбутнього.

Третім етапом дослідження було вивчення взаємозв'язку конструкту збалансованої та незбалансованої часової перспективи з самореалізацією особистості досліджуваних студентів.

Аналіз кореляційних зв'язків між факторами збалансованої та незбалансованої часової перспективи студентів з інвалідністю та показниками самореалізації наведено в Таблиці 3.

Таблиця 3

Кореляційні зв'язки факторів збалансованої та незбалансованої часової перспективи з показниками самореалізації студентів з інвалідністю

	НМ		ГТ		М		ПМ		ФТ	
	ЗЧП	НЗЧ П	ЗЧП	НЗЧ П	ЗЧП	НЗЧ П	ЗЧП	НЗЧ П	ЗЧП	НЗЧ П
1	-0,22	- 0,24**	0,32	-0,05	0,24	0,17*	-0,16	0,05	-0,25	-0,17*
2	- 0,36*	-0,45**	0,38*	0,00	0,33	0,33**	-0,32	0,09	0,63*	-0,31**
3	-0,00	0,03	0,50*	0,15	0,03	0,18*	0,02	0,33**	-0,16	-0,06
4	-0,34	-0,09	0,26	-0,01	0,42*	-0,04	- 0,67**	-0,13	-0,28	-0,31**
5	- 0,56**	0,05	0,38*	0,20**	0,49*	-0,14	- 0,50*	-0,10	0,62*	-0,03
6	-0,15	-0,18*	-0,04	-0,02	-0,18	0,06	-0,09	0,02	-0,46	-0,05
7	-0,32	-0,18*	-0,09	0,01	0,01	0,07	-0,29	0,13	- 0,65*	-0,07

									*	
8	-0,29	-0,12	0,01	0,02	-0,10	0,08	-0,14	0,10	-0,57*	-0,01
9	-0,09	-0,16*	0,28	0,02	0,19	0,04	-0,25	0,10	-0,50*	-0,02
10	-0,37	- 0,20**	0,36	,020	0,38	0,20**	-0,39	0,16*	-0,16	-0,08
11	-0,10	-0,08	0,21	-0,03	0,08	0,21**	-0,44	0,04	-0,22	-0,01
12	-0,43	-0,27**	0,30	-0,00	0,22	0,22**	-0,41	0,15*	- 0,63*	-0,11

Примітка: Шкали Самоактуалізаційного тесту: 1-орієнтація в часі; 2 - цінності; 3 - погляд на природу людини; 4 - потреба в пізнанні; 5 - креативність; 6 - автономність; 7 - спонтанність; 8 - саморозуміння; S9 - аутосимпатія; 10 - контактність; 11 - гнучкість в спілкуванні; - самоактуалізація загальний показник; Фактори часової перспективи: НМ – негативне минуле; ГТ – гедоністичне теперішнє; М – майбутнє; ПМ – позитивне минуле; ФТ – фаталістичне теперішнє; ЗЧП - збалансована часова перспектива; НЗЧП – незбалансована часова перспектива; **Кореляція значима на рівні $p \leq 0,01$ (двостороння); *кореляція значима на рівні $p \leq 0,05$ (двостороння).

За результатами кореляційного аналізу встановлено, що фактор «негативне минуле» (у студентів з збалансованою часовою перспективою) достовірно негативно пов'язаний ($p \leq 0,01$; $p \leq 0,05$) з двома показниками тесту самоактуалізації – «цінності» ($r = -0,36$) та «креативність» ($r = -0,56$).

У студентів з незбалансованою часовою перспективою фактор «негативне минуле» негативно пов'язаний з більшістю показників самоактуалізаційного тесту, а саме, з базовими шкалами «орієнтацією в часі» ($r = -0,24$; $p \leq 0,01$), «цінностями» ($r = -0,45$; $p \leq 0,01$) самореалізації, «автономністю» ($r = -0,18$; $p \leq 0,05$), «спонтанністю» ($r = -0,18$; $p \leq 0,05$); «аутосимпатією» ($r = -0,18$; $p \leq 0,05$), «контактністю» ($r = -0,20$; $p \leq 0,01$) та загальним показником «самоактуалізації» ($r = -0,27$; $p \leq 0,01$) особистості. Тобто, ставлення та сприйняття власного минулого як негативного, досвід якого знецінюються, негативно впливає на процес самореалізації особистості.

Фактор «гедоністичне теперішнє», у студентів із збалансованою часовою перспективою, виявився достовірно пов'язаний ($p \leq 0,05$) з базовим показником самореалізації - «цінності» ($r = 0,38$), показниками «погляд на природу людини» ($r = 0,50$) та «креативність» ($r = 0,38$). Тобто, взаємозв'язок цінностей самореалізації, позитивного ставлення та сприйняття інших, розвиток творчого потенціалу обумовлює процес реалізації власного Я в теперішньому. Психологічний час орієнтований на теперішнє характерний для людей які прагнуть до самоактуалізації, з цим пов'язано переважання у них опори на власне Я. Тоді, як у студентів з незбалансованою часовою перспективою теперішнє

достовірно пов'язане лише з показником «креативність» ($r = 0,20$; $p \leq 0,01$).

Фактор «майбутнє» у студентів з балансованою часовою перспективою достовірно тісно ($p \leq 0,05$; $p \leq 0,01$) пов'язаний з показниками «потреба в пізнанні» ($r = 0,42$) та «креативність» ($r = 0,49$). Сформована потреба в самопізнанні, пізнанні оточуючого світу та творче ставлення до життя, є від'ємними складовими самореалізації особистості.

У студентів з незбалансованою часовою перспективою ставлення до майбутнього достовірно пов'язано з шістьма показниками самореалізації особистості: найтісніше ($r = 0,33$) з «цінностями» самореалізації, загальним показником «самоактуалізації» ($r = 0,22$), «контактністю» та «гнучкістю в спілкуванні» ($r = 0,21$). Також, виявлено достовірний ($p \leq 0,05$) зв'язок фактору «майбутнє» з показниками «орієнтація в часі» ($r = 0,17$) та «погляд на природу людини» ($r = 0,18$). Можемо стверджувати, що часова перспектива майбутнього у групи студентів із незбалансованою часовою перспективою пов'язана з цінностями та смислами самореалізації; з розвитком здатності швидко та гнучко реагувати на зміни, виклики оточуючого середовища, та встановленні стосунків з іншими, що може бути ресурсом для їхнього саморозвитку.

Цікавою є структура взаємозв'язків, у студентів із збалансованою часовою перспективою, фактору «позитивне минуле» з показниками самоактуалізаційного тесту. Як видно (Таблиця 2), виявлено негативні високі кореляційні зв'язки «позитивного минулого» з «потребою в пізнанні» ($r = -0,67$; $p \leq 0,01$) та «креативністю» ($r = -0,50$; $p \leq 0,01$). Можемо припустити, що часове зміщення на «позитивне минуле» обумовлює підвищений консерватизм, обережність, бажання уникнути змін, відкритості новому досвіду, шляхом самопізнання та пізнання оточуючого середовища, а намагання використовувати стереотипні рішення значно знижують творчий потенціал особистості.

У студентів з незбалансованою часовою перспективою «позитивне минуле» достовірно пов'язане з показниками: «погляд на природу людини» ($r = 0,33$; $p \leq 0,01$), «контактність» ($r = 0,16$; $p \leq 0,01$) та «самоактуалізація» ($r = 0,15$; $p \leq 0,01$). Отже, здатність використовувати позитивний досвід минулого, як ресурс самореалізації, обумовлюється умінням позитивно сприймати інших людей, розуміти природу стосунків та встановлювати і підтримувати взаємодію з іншими.

Фактор «фаталістичне теперішнє» у студентів із збалансованою часовою перспективою закономірно негативно пов'язаний із більшістю показників самоактуалізаційного тесту. У студентів з незбалансованою часовою перспективою, лише, з «цінностями» ($r = -0,31$; $p \leq 0,01$) та «потребою в пізнанні» ($r = -0,31$; $p \leq 0,01$). Отже, низька здатність регулювати власну поведінку, діяльність та відмова від усвідомленої регуляції власного життя обумовлюється не сформованістю цін-

ностей самореалізації та потребою в самопізнанні, пізнанні оточуючого середовища.

Здійснений кореляційний аналіз дозволив виявити взаємозв'язок конструктів збалансованої та незбалансованої часової перспективи з самоактуалізацією та характеристиками самореалізації особистості студентів з інвалідністю. Виявлені взаємозв'язки засвідчують, що ефективний процес особистісної самореалізації забезпечується збалансованістю часовою перспективи, усвідомлення часу власного життя як психологічного ресурсу. Незбалансована часова орієнтація може бути бар'єром на шляху особистісної самореалізації досліджуваних студентів.

Висновки та перспектива подальших досліджень. На основі теоретичного аналізу та емпіричного дослідження, можна зробити висновок, що часова перспектива, як цілісний образ себе в часі та значущий аспект в побудові життєвого шляху, забезпечує ефективність самореалізації особистості.

Встановлено, що у досліджуваних студентів з інвалідністю в часовому вимірі домінує орієнтація на *«гедоністичне теперішнє»* (орієнтація на швидкоплинні задоволення від сьогодення «тут і тепер»; переважають бажання уникнення серйозних переживань та осмисленості наслідків власних дій та діяльності в майбутньому; часто, проявляється прагнення замінити потребу у внутрішньому розвитку штучними зовнішніми враженнями). Психологічний ресурс переважання часової орієнтації на гедоністичне теперішнє – відкритість новому досвіду та пізнанню, легкість у побудові взаємодії з іншими людьми.

Виявлено, що в структурі взаємозв'язків часових модусів у студентів з інвалідністю переважає взаємозв'язок *«гедоністичного теперішнього»*, *«негативного минулого»* та *«майбутнього»*. Тобто, ставлення до власного минулого, як до травматичного, негативного, впливає на орієнтацію в теперішньому та побудову власного майбутнього.

Для студентів із збалансованою часовою перспективою (16,5% вибірки) характерно поєднання помірно високої орієнтації на майбутнє, високої орієнтації на гедоністичне теперішнє та низької на негативне минуле, що свідчить про їхню динамічну часову концепцію, когнітивну здатність ефективно переключатися між минулим, теперішнім та майбутнім. Студенти з збалансованою часовою перспективою пов'язують власне теперішнє з актуалізацією цінностей самореалізації; вірою у позитивну природу людини та її здатність реалізувати власні можливості; з реалізацією творчого потенціалу.

Студенти з незбалансованою часовою перспективою (83,5% вибірки) відрізняються статичною часовою концепцією, наявністю темпоральних зсувів на гедоністичне теперішнє, дисбалансом між неприйняттям (або негативним ставленням) до минулого, та не реалістичністю уявленням про майбутнє. Теперішнє ці студенти пов'язують з прагненням реалізації власного творчого потенціалу, тоді як власне май-

бутнє тісно пов'язане з прагненням до актуалізації власної індивідуальності, що є ресурсом їхньої самореалізації.

Отже, збалансована часова перспектива та відхилення від оптимального профілю є важливими механізмами адаптації, здійснюють значний вплив на ефективне функціонування особистості та є основою успішності її самореалізації.

Виявлені особливості часової перспективи є ресурсами самореалізації особистості студентів з інвалідністю.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо у дослідження часової перспективи студентів з інвалідністю в аспекті їхньої саморегуляції та самоорганізації діяльності.

Список використаних джерел

1. Зимбардо Ф., Бойд, Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. Санкт-Петербург: СПб.: Речь, 2010. 352 с.
2. Клименко О.Є. Модуси життєвої перспективи в ситуації набутої інвалідності. Молодий вчений. 2016. №6 (33). С. 413-418.
3. Купрєєва О.І. Особливості часової перспективи в просторі самореалізації студентів. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості. Випуск 16, Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. С. 144-153.
4. Поворозник К.О. Психологічні особливості розвитку часової перспективи у студентської молоді: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Нац. пед.ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2016. 23 с.
5. Сенік О. Емпіричне дослідження збалансованої часової перспективи студентів. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. Вип.1. 2017. С.114-125.
6. Сердюк Л. З. Особистісний модус самореалізації майбутніх фахівців. Вісник післядипломної освіти: збірник наукових праць. Ун-т. менеджменту освіти НАПН України. 2014. Вип. 10 (23). С. 239-248.
7. Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо. Психологический журнал. 2008. №3(29). С. 101–109.
8. Сырцова Анна. Возрастная динамика временной перспективы личности. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата наук 19.00. 13 – психология развития, акмеология. Москва. 2008 с. 25.
9. Тищенко Л.В. Психологічні особливості життєвих перспектив студентів з обмеженими функціональними можливостями: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01 / Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2010. 28 с.
10. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: 2002. С. 426-433
11. Франкл В. Человек в поисках смысла. Москва: Прогресс, 1990. 368 с.
12. Akirmak U. The validity and reliability of the Zimbardo time perspective inventory in a Turkish sample. CurrentPsychology, 2019. P. 1–14. <https://doi.org/10.1007/>
13. Ge L., Wu L., Li K., Zheng Y. Self-compassion and subjective well-being mediates the impact of mindfulness on balanced time perspective in Chinese college students. Frontiers of Psychology, 2019. 10, 367.
14. Milfont T.L., & Swarzenhal M. Explaining why lark's future-oriented and owls are present-oriented: Self-control mediates the chorotype times perspective relationships. Chronobiology International, 2014. 31(4), 585-588.

15. Olga Kuprieieva. Psychological Characteristics of Self-realization of Students with Disabilities. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, Vol. 2 No 5. 2015. P. 64-74.
16. Wiesmann U., Ballas I., Hannich J.-L. Sense of Coherence, Time Perspective and Positive Aging. *Journal of Happiness Studies*. 2018. 19(3), 817-839.
17. Zimbardo P. G., & Boyd J. N. Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 77, no. 6. P. 1271-1288.
18. Zimbardo P. G., & Boyd J. N. *The Time Paradox: The new psychological of time that will change your life*. New York. Free Press. 2008.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Zymbardo F., Boid, Dzh. Paradoks vremeny. Novaia psikhohyia vremeny, kotoraia uluchshyt vashu zhyzn. Sankt-Peterburh: SPb.: Rech, 2010. 352 s.
2. Klymenko O.Ie. Modusy zhyttievoi perspektyvy v situatsii nabutoi invalidnosti. *Molodyi vchenyi*. 2016. №6 (33). S. 413-418.
3. Kuprieieva O.I Osoblyvosti chasovoi perspektyvy v prostori samorealizatsii studentiv. Aktualni problemy psikhologii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psikhologii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Tom VI: Psikhohihiia obdarovanosti. Vypusk 16, Kyiv-Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU im. I. Franka, 2019.S. 144-153.
4. Povoroznyk K.O. Psikhohichni osoblyvosti rozvytku chasovoi perspektyvy u studentskoi molodi: avtoref. dys. ...kand. psikhoh. nauk: 19.00.07 / Nats. ped.un-t im. M.P. Drahomanova. Kyiv, 2016. 23 s.
5. Senyk O. Empirychnе doslidzhennia zbalansovanoi chasovoi perspektyvy studentiv. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii psikhohichni nauky*. Vyp.1. 2017. S.114-125.
6. Serdiuk L. Z. Osobystisnyi modus samorealizatsii maibutnykh fakhivtsiv. *Visnyk pisliadyplomnoi osvity: zbirnyk naukovykh prats. Un-t. menedzhmentu osvity NAPN Ukrainy*. 2014. Vyp. 10 (23). S. 239-248.
7. Syrcova A., Sokolova E.T., Mytyna O.V. Adaptatsyia oprosnyka vremennoi perspektyvy lychnosti F.Zymbardo. *Psikhohycheskyi zhurnal*. 2008. №3(29). S. 101-109.
8. Syrcova Anna. *Vozrastnaia dynamyka vremennoi perspektyvy lychnosti*. Avtoreferat dySSERTatsyy na soyskanye stepeny kandydata nauk 19.00. 13 – psikhohyia razvytyia, akmeohyia. Moskva. 2008 s. 25.
9. Tyshchenko L.V. Psikhohichni osoblyvosti zhyttievkykh perspektiv studentiv z obmezhenymy funktsionalnymy mozhyvostiamy: avtoref. dys. ...kand. psikhoh. nauk: 19.00.01 / In-t psikhologii im. H.S. Kostiuka APN Ukrainy. Kyiv, 2010. 28 s.
10. Fetyskyn N.P., Kozlov V.V., Manuilov H.M. *Sotsyalno-psikhohycheskaia dyahnostyka razvytyia lychnosti u malykh hrupp*. M., 2002. C. 426-433
11. Frankl V. *Chelovek v poyskakh smysla*. Moskva: Prohress, 1990. 368 s.
12. Akirmak U. The validity and reliability of the Zimbardo time perspective inventory in a Turkish sample. *CurrentPsychology*, 2019. P. 1-14. <https://doi.org/10.1007/>
13. Ge L., Wu L., Li K., Zheng Y. Self-compaccion and subjective well-being mediates the impact of mildfulness on balanced time perspective in Chinese college students. *Frontiers of Psychology*, 2019. 10, 367.
14. Milfont T.L., & Swarzenhal M. Explaining why lark's future-oriented and owls are present-oriented: Self-control mediates the chorotype times perspective relationships. *Chronobiology International*, 2014. 31(4), 585-588.
15. Olga Kuprieieva. Psychological Characteristics of Self-realization of Students with Disabilities. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, Vol. 2 No 5 2015. P. 64-74.
16. Wiesmann U., Ballas I., Hannich J.-L. Sense of Coherence, Time Perspective and Positive Aging. *Journal of Happiness Studies*. 2018. 19(3), 817-839.

17. Zimbardo P. G., & Boyd J. N. Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 77, no. 6. P. 1271–1288.
18. Zimbardo P. G., & Boyd J. N. *The Time Paradox: The new psychological of time that will change your life*. New York. Free Press. 2008.

Куприеieva O.I.

TIME PERSPECTIVE AS A PERSONAL RESOURCE FOR SELF-REALIZATION OF STUDENTS WITH DISABILITIES

The article presents the results of an empirical study of the psychological characteristics of the temporal perspective as a personal resource for self-realization of students with disabilities.

The analysis of the structure of interconnections between the factors of the time perspective of students with disabilities is carried out; revealed the features of the profiles of a balanced and unbalanced time perspective.

The relationship of a balanced and unbalanced time perspective with self-actualization and characteristics of self-realization of the studied students has been investigated. It has been established that a balanced time perspective, as well as deviations from its optimal profile, significantly affect personal functioning and self-realization.

Keywords: *time perspectives, balanced time perspective, unbalanced time perspective, self-realization, students with disabilities.*

Купреева О.И.

ВРЕМЕННАЯ ПЕРСПЕКТИВА КАК ЛИЧНОСТНЫЙ РЕСУРС САМОРЕАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

В статье представлены результаты эмпирического исследования психологических особенностей временной перспективы, как личностного ресурса самореализации студентов с инвалидностью. Осуществлен анализ структуры взаимосвязей между факторами временной перспективы студентов с инвалидностью; выявлены особенности профилей сбалансированной и несбалансированной временной перспективы. Исследована взаимосвязь сбалансированной и несбалансированной временной перспективы с самоактуализацией и характеристиками самореализации исследуемых студентов. Установлено, что сбалансированная временная перспектива, так и отклонения от ее оптимального профиля, значительно влияют на личностное функционирование и самореализацию.

Ключевые слова: *временная перспектива, сбалансированная временная перспектива, несбалансированная временная перспектива, самореализация, студенты с инвалидностью.*