**АНОТАЦІЯ**

**Наукова робота**

**«Взаємозв’язок часових децентрацій із захисними механізмами особистості»**

*«Жити майбутнім – значить здійснювати стрибок у несвідоме, а це потребує певної мужності, на яку зважується небагато людей»*

*Р. Мей*

У науковій роботі проведено теоретичне аналізування взаємозв’язку часових децентрацій із захисними механізмами особистості майбутніх менеджерів підприємницької діяльності та емпіричним шляхом встановлено особливості взаємозв’язку основних досліджуваних конструктів порушеної теми.

**Актуальність.** Проблема часу є досить актуальною нині, адже час є невід’ємним регулятором людського життя, і отже є регулятором всієї діяльності людини. У сучасних умовах життєздійснення, коли процес особистісного та професійного становлення молодого фахівця, отримання бажаної освіти, а згодом і роботи за фахом, пов’язані зі значними, часто непередбачуваними труднощами, проблема становлення життєвої перспективи та часової направленості набуває особливо гострої актуальності.

*Вивченням психологічного часу у вітчизняній психології* займалися такі вчені як: Б. Ананьєв, К. Абульханова-Славська, Є. Головаха, В. Ковальов, Л. Кубліцкене, О. Кронік, В. Серенкова, та ін. Вивченням психологічного часу у зарубіжній психології займалися вченні як: А. Бергсон, Е. Гуссерль, Е. Еріксон, Ф. Зімбардо, І. Кант, Г. Олпорт, М. Хайдегер, та ін. *Сучасні дослідження у вивченні темпоральності* особистості представлені у працях С. Бабатіної, М. Дворник, Л. Колесніченко, В. Олефіра, О. Полуніна, В. Плохіх, І. Поповича, Т.  Титаренко, П. Удачиної, Т. Хомуленко, Л. Яковенко, тощо.

Основні теоретичні та практичні зусилля концентрувалися переважно на дослідженні та вивчені системи ставлення особистості до часу, зокрема: суб’єктивної картини часу, асиметрій «індивідуального часу», механізмів психологічного захисту тощо.

**Мета.** Теоретично проаналізувати та емпірично встановити особливості зв’язку часових децентрацій із захисними механізмами особистості юнацького віку.

**Завдання.** 1. Здійснити аналіз теоретичних засад вивчення темпоральності особистості у царині психологічного сьогодення.

2. Визначити детермінанти часової децентрації у розрізі захисних механізмів особистості. 3. Емпірично встановити особливості зв’язку часових децентрацій з захисними механізмами, що зумовлюють особливості сприймання власної життєвої перспективи в умовах професійної діяльності майбутніх управлінців.

**Використані методи дослідження.** Теоретичні (аналіз науково-дослідних джерел, синтез результатів дослідження, порівняння та узагальнення наукових даних) та емпіричні (методика «Вивчення часової перспективи» Ф. Зімбардо, методика «Сприйняття часу» Є. Головахи та О. Кроніка, методика «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» Дж. Роттера, опитувальник «життєстійкості» С. Мадді (в адаптації Д. Леонтьєва та О. Расказової), опитувальник «Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП-98» В. Моросанової, опитувальник на визначення механізмів захисту Плутчика-Келлермана-Конте «Індекс життєвого стилю» (LSI), методи математичної статистики для обробки даних.

**Структура наукової роботи.** Наукова робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаної літератури (30 – найменувань), містить 1 таблицю, 6 рисунків. Основний зміст роботи викладено на 28 сторінках друкованого тексту.

**Ключові слова:** часові децентрації, часова направленість, юнацький вік, захисні механізми, саморегуляція.

**«часові децентрації»**

**Наукова робота**

**на тему:**

**«ВЗАЄМОЗВ’ЯЗОК ЧАСОВИХ ДЕЦЕНТРАЦІЙ ІЗ ЗАХИСНИМИ МЕХАНІЗМАМИ ОСОБИСТОСТІ»**

**ЗМІСТ**

**ВСТУП**…………………………………………………………………………3

**РОЗДІЛ 1. Теоретичний аналіз взаємозв’язку часових децентрацій із захисними механізмами особистості майбутніх менеджерів підприємницької діяльності**…………………………………………………........6

1.1.Аналізування темпорально-регулятивних властивостей особистості у царині сучасної психології……………………………………............................6

1.2.Детермінанти часової направленості у розрізі аналізу психологічного захисту особистості………………………………………….........9

1.3.Взаємозв’язок часових децентрацій із психологічними захисними механізмами………………………………………………………………………...11

**РОЗДІЛ 2. Емпіричний аналіз взаємозв’язку часових децентрацій із захисними механізмами особистості майбутніх менеджерів підприємницької діяльності** ……………………………………………………16

2.1. Характеристика вибірки та методи дослідження……………………..16

2.2. Аналіз результатів дослідження……………………………………......17

**ВИСНОВКИ**…………………………………………………………………..27

**СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**…………………………….29

**ДОДАТКИ**…………………………………………………………………….32

Додаток А.Методика «Часові децентрації»………………………………..33

Додаток Б. Рекомендації щодо розвитку регулятивної сфери майбутнього менеджера………………………………………………….………………………..35

**ВСТУП**

**Актуальність дослідження.** Проблема часу є досить актуальною нині, адже час є невід’ємним регулятором людського життя, і отже є регулятором всієї діяльності людини. Кожна діяльність не проходить без здатності поглянути на своє життя з будь-якої часової позиції, з будь-якого хронологічного моменту свого життя. Тому важливо знати, що таке «час», як він сприймається людиною, від чого він залежить. Це може допомогти людині в організації діяльності, плануванні та контролю власного хронометражу та раціонально використовувати час, досягати поставленої цілі, які особистість визначає перед собою в особистісній або професійній сфері.

У сучасних умовах життєздійснення, коли процес особистісного та професійного становлення молодого фахівця, отримання бажаної освіти, а згодом і роботи за фахом, пов’язані зі значними, часто непередбачуваними труднощами, проблема становлення життєвої перспективи та часової направленості набуває особливо гострої актуальності.

Вивченням психологічного часу у вітчизняній психології займалися такі вчені як: Б. Ананьєв, К. Абульханова-Славська, Є. Головаха, В. Ковальов, Л. Кубліцкене, О. Кронік, В. Серенкова, та ін.

Вивченням психологічного часу у зарубіжній психології займалися вченні як: А. Бергсон, Е. Гуссерль, Е. Еріксон, Ф. Зімбардо, І. Кант, Г. Олпорт, М. Хайдегер, та ін.

Сучасні дослідження у вивченні темпоральності особистості представлені у працях С. Бабатіної, М. Дворник, Л. Колесніченко, В. Олефіра, О. Полуніна, В. Плохіх, І. Поповича, Т.  Титаренко, П. Удачиної, Т. Хомуленко, Л. Яковенко, тощо.

Цілісне, об’єктивне сприймання й осмислення власного життєвого шляху, зокрема, адекватне ставлення до майбутнього вважається одним із найважливіших критеріїв розвитку особистості, її соціальної й психологічної зрілості. Проте, проблема особистісного самовизначення у контексті сприймання й осмислення майбутніми менеджерами підприємницької діяльності власного життєвого шляху, формування часової направленості нині розроблена ще недостатньо. Основні теоретичні та практичні зусилля концентрувалися переважно на дослідженні та вивчені системи ставлення особистості до часу, зокрема: суб’єктивної картини часу, асиметрій «індивідуального часу», механізмів психологічного захисту тощо.

**Мета дослідження**: теоретично проаналізувати та емпірично встановити особливості зв’язку часових децентрацій із захисними механізмами особистості юнацького віку.

У контексті порушеної теми, передбачаємо вирішення таких **завдань**:

1. Здійснити аналіз теоретичних засад вивчення темпоральності особистості у царині психологічного сьогодення.

2. Визначити детермінанти часової децентрації у розрізі захисних механізмів особистості.

3. Емпірично встановити особливості зв’язку часових децентрацій з захисними механізмами, що зумовлюють особливості сприймання власної життєвої перспективи в умовах професійної діяльності майбутніх управлінців.

**Об’єкт дослідження:** темпоральна направленість особистості.

**Предметом дослідження** **є** взаємозв’язок часових децентрацій з захисними механізмами особистості майбутніх управлінців.

**Методи** **дослідження:** Для досягнення мети та розв’язання поставлених завдань дослідження використовувались такі методи: теоретичні (аналіз науково-дослідних джерел, синтез результатів дослідження, порівняння та узагальнення наукових даних) та емпіричні (методика «Вивчення часової перспективи» Ф. Зімбардо, методика «Сприйняття часу» Є. Головахи та О. Кроніка, методика «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» Дж. Роттера, опитувальник «життєстійкості» С. Мадді (в адаптації Д. Леонтьєва та О. Расказової), опитувальник «Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП-98» В. Моросанової, опитувальник на визначення механізмів захисту Плутчика-Келлермана-Конте «Індекс життєвого стилю» (LSI), методи математичної статистики для обробки даних.

**Практичне значення** роботи полягає у визначенні часового центру особистості, впливу часової направленості на застосування психологічних захисних механізмів майбутніх менеджерів упродовж виконання професійної діяльності.

**Впровадження результатів.** Результати наукового дослідження впроваджені у освітній у процес факультету економіки, бізнес-аналітики та підприємництва Херсонського національного технічного університету (довідка № 18-51/182, від 17.12.2018 р.).

**Апробація результатів дослідження** здійснювалася у доповідях та повідомленнях на конференціях та семінарах різного рівня. Результати апробації знайшли своє відображення у наукових публікаціях:

1) **Темпоральні характеристики особистості: теоретичне аналізування часової направленості** // Молодь в сучасній психології. Етнічна самосвідомість та міжетнічна взаємодія: матеріали Х Міжнародної науково-практичної конференції студентів, аспірантів та фахівців у галузі психології (22 листопада 2018 року, м. Суми) / Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2018. – С. 10-14;

2) **Психологічний аналіз часової направленості та захисних механізмів особистості /**/ Студентські наукові студії . Збірник наукових праць студентів. Частина 2. – Херсон : ХДУ, 2018. – С. 39-42.

**Структура дослідження:** наукова робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаної літератури (30 – найменувань), містить 1 таблицю, 6 рисунків. Основний зміст роботи викладено на 28 сторінках друкованого тексту.

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ’ЯЗКУ ЧАСОВИХ ДЕЦЕНТРАЦІЙ ІЗ ЗАХИСНИМИ МЕХАНІЗМАМИ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ ПІДПРИЄМНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

* 1. **Аналізування темпорально-регулятивних властивостей особистості у царині сучасної психології**

Час є формою протікання всіх механічних, органічних і психічних процесів, умовою можливості руху, зміни та розвитку, будь-який процес, будь-то просторове переміщення, якісна зміна, виникнення або загибель, відбувається в часі [6, c.67].

У понятійному апараті психології час – як часова форма включена в основу устрою та функціонування психологічного знання. З’ясування дослідниками значущості для людини поняття «категорія часу» дасть можливість внести вклад в побудову моделі її «образу світу». Тривалий період категорія часу розглядалася як форма існування буття і тому досліджувалася природними науками, передусім фізикою і філософією.

Час як міра людського життя, величина саморозвитку особистості, стає тією призмою, крізь яку людина бачить світ зацікавлено, проектуючи в ньому власні плани, цінності та інтереси, прогнози і спогади, нездійснені надії і конкретні наміри.

В межах підходу психологічного дослідження особистісного часу В.  Ковальов обґрунтовує три модуси його існування, а саме: **об’єктивний, суб’єктивний і суб’єктний** [28, c.21].

У ХХ ст. відбулася диференціація змісту категорії «час» і сформувалися такі поняття, як: ***Фізичний час*** – як до будь-якого фізичного об'єкту, до людини застосовні еталони і одиниці фізичного часу, і саме в цих одиницях ми вимірюємо хронологічний вік. ***Біологічний час*** – це біологічний вік – час функціонування індивіда як живого організму. ***Соціальний час*** – у цьому вимірі можна прослідкувати щодо соціальної зрілості людини, про час як про простір розвитку людства. ***Психологічний час*** – це динаміка ж внутрішнього світу особистості, що включає в себе цінності та ідеали людини, його життєвий досвід, почуття, думки, спонукання, які підпорядковані особливим часовим відносинам. Психологічний час є найважливішим для людини як суб’єкта життєдіяльності. У житті людини час представлений його модусами – минулим, теперішнім, майбутнім [7 c.78].

Є. Головаха, О. Кронік, вивчаючи складові психологічного часу визначають різні його масштаби, а саме: *ситуативний масштаб* ( він полягає в безпосередньому сприйнятті і переживанні коротких часових інтервалів); *історичний масштаб* (цей масштаб охоплює події, котрі відбувалися до народження індивіда, і ті, які відбуваються після його смерті, залучаються до сфери часових стосунків і виступають умовою формування особистісної концепції а також безпосередніх переживань часу.

Визначенні дослідниками масштаби психологічного часу є взаємопов’язаними між собою у сприйнятті та переживанні часу особистістю й організацією часу свого життя [28 c.28].

В. Ковальов у своїх дослідженнях визначає такі різновиди темпоральності людини, як становлення, процесуальність, екзистенція, розвиток через протиріччя, історичність, уможливлення майбутнього [29].

*Темпоральність* людини проявляється як індивідуальне існування – екзистенція у мінливому потоці природного та культурно-історичного життя, особистісно-суб’єктивне здійснення людиною нового способу життя у поєднанні простору і часу (хронотопі – нерозривна єдність всіх аспектів простору і часу) природних та соціокультурних обставин життя, завдяки перебігу подій і ситуацій, що відображають різкі зміни в житті.

Розглядаючи темпоральну структуру особистості можна виділити динамічні форми та рівні психологічного та суб’єктивного часів людини.

Темпоральна складова індивідуальної картини світу формується багато в чому на основі особистого часового досвіду. Час індивідуума є особистим надбанням і асоціюється він з різного роду переживаннями реального сьогодення, з багажем пам’яті, а також пов’язаний з очікуваннями майбутнього [22].

Темпоральність особистості є багатоаспектним чинником розвитку. Проводячи теоретичний аналіз нам вдалося визначити складові загального поняття темпоральності особистості до якого входять: особливості сприйняття часу людиною (почуття часу); переважаюча часова орієнтація (часова компетентність); особливості суб’єктивного переживання часу (емоційний компонент). До темпоральних характеристик особистості відносяться такі характеристики: (див. рис.1.1.)

*До власної особистості* (розвиток яких пов’язаний з розвитком самосвідомості як головного утворення досліджуваного віку: самоорганізація, саморефлексія, самоконтроль, саморегуляція, часові децентрації тощо.); темпоральні характеристики особистості по відношенню *до значущих інших* (пунктуальність, дисциплінованість, відповідальність, часова компетентність тощо) [14]; темпоральні характеристики особистості по відношенню *до актуальної діяльності* (особистісна організація часу, планування, почуття часу, контроль діяльності, прогнозування).

особистісна організація часу, планування, почуття часу, контроль діяльності, прогнозування.

самоорганізація, саморефлексія, самоконтроль, саморегуляція, часові децентрації тощо

пунктуальність, дисциплінованість, відповідальність, часова компетентність тощо

**Рис. 1.1 – Темпоральні характеристики особистості.**

Отже, можемо говорити про те, що темпоральність – це психічна властивість особистості, що визначає усвідомлене ставлення людини до часу, здатність моделювання когнітивної, емоційно-вольової та поведінкової складових і має регулятивний характер.

* 1. **Детермінанти часової направленості у розрізі аналізу психологічного захисту особистості**

Окремою увагою нашого дослідження є складові темпоральності, такі як часові децентрації , що є орієнтиром часової направленості, часовим центром особистості.

*Часові децентрації* – це здатність поглянути на своє життя з будь-якої часової позиції, з будь-якого хронологічного моменту свого життя, часом навіть – з точки зору моменту, що виходить за межі власного життя [7, с.77].

Така децентрація передбачає можливість відділення особового часового центру від моменту хронологічного теперішнього і перенесення цього центру в будь-який інший момент хронологічного минулого або майбутнього. Часові децентрації проявляються в таких висловлюваннях особистості про свої поточні події, як: «цього я й чекав» або «буде про що згадувати».

У першому випадку особистий часовий центр зміщений в хронологічне минуле, внаслідок чого поточна подія може переживатися як майбутнє («чекав»); у другому випадку часовий центр зміщений в хронологічне майбутнє, і подія може переживатися вже минулим («згадати»). Мабуть, найбільш яскравим прикладом часової децентрації є уявне перенесення часового центру в момент, який передуватиме біологічної смерті і, як результат такого перенесення – передбачення інтегральної оцінки всього свого життєвого шляху з точки зору цього останнього моменту життя [8].

На погляд Є. Головахи, часові децентрації є одним з основних в проблематиці психологічного часу. Завдяки механізмам часової децентрації особистість здатна до «об'ємного бачення» кожного моменту життя з точки зору будь-якого іншого моменту, до цілісного усвідомлення свого життєвого шляху, до розширення своєї «часової картини» і осмислення власного життя в історичному контексті. Тому спеціальне дослідження закономірностей формування механізмів часової децентрації в онтогенезі могло б багато в чому збагатити психологію.

Децентрації докорінно можуть змінити часовий статус різних міжподієвих зв'язків. Актуальні по відношенню до хронологічного сьогодення зв'язку можуть переживатися реалізованими, якщо особистість «живе в майбутньому» або ненадовго подумки пішла в нього; актуальні зв'язки можуть перетворюватися в потенційні, якщо людина «живе в минулому» [7, c.79]. У свою чергу реалізовані зв'язки можуть актуалізуватися за рахунок зміщення часового центру в хронологічне минуле або навіть переживатися як потенційні, якщо людина «залишилася в своєму далекому минулому». Так, спогад може стати настільки яскравим, що затьмарить собою актуальне сьогодення, реалізовані зв'язки актуалізуються і з одиниць психологічного минулого перетворяться в одиниці психологічного сьогодення. Аналогічні перетворення відбуваються в момент «мрії і надії», коли актуалізовані потенційні зв'язки з психологічного майбутнього переходять у фонд психологічного сьогодення [2].

Таким чином, завдяки децентраційній одиниці психологічного минулого, теперішнього і майбутнього втрачають свою стійкість і трансформуються один в одного.

Зміна статусу часових міжподієвих зв'язків може привести до змін у ступені актуальності, потенційності і реалізованості подій і тим самим – до зміни оцінок психологічної віддаленості. Парадокси виявляються і при зміщенні часового центру в майбутнє. При цьому в «дуже давнє» минуле віддаляються не тільки хронологічно минулі події, але й майбутня подія.

Таким чином, часові децентралізації деформують оцінки психологічної віддаленості і чреваті парадоксами на кшталт «спогадів про майбутнє» і «передбачень минулого». Взаємоперетворення психологічного минулого, теперішнього і майбутнього виявляються у феноменах «вже баченого» і «ніколи не баченого», «двоколійності переживань», «спалах пережитого», «хронологічному регресі». Хоча автори досліджували ці переживання переважно в клініці, на погляд Є. Головахи та О. Кроніка, вони можливі, не тільки в патології, але і в нормі. Феномен «вже баченого», при якому людина, перебуваючи в новій, незнайомій для нього обстановці, відчуває дежавю, що все це вже було, вже бачене, пережито в минулому, виникало, напевно, у кожного [7, c.82].

Навіть «спалах пережитого» – актуалізація і вторинне переживання фрагментів минулого життя під впливом електричної стимуляції кори головного мозку – має свої прототипи в нормальному стані, коли, захоплюємося «потоком свідомості», ми йдемо у світ спогадів, повністю відмовляючись від інтересів сьогоднішнього дня. Відмінність між нормою і патологією полягає, мабуть, не в частоті або діапазоні часових децентрації, а в ступені їх оборотності. Якщо нормальна доросла людина, перемістивши свій часовий центр в минуле або майбутнє, без особливої праці може повернути його в момент хронологічного сьогодення, то при патологічних порушеннях таке повернення утруднене. Це призводить до надзвичайної «застійності» багатьох переживань часу, їх відриву від особистої життєвої ситуації.

Отже, завдяки часовій децентрації особистість має змогу реорганізувати (переосмислювати, передивлятися) свої цілі, мотиви і актуальні потреби для досягнення своєї мети, свого розвитку та для внутрішньої гармонії особистості.

**1.3 Взаємозв’язок часових децентрацій із психологічними захисними механізмами**

Спираючись на концепцію Є. Головахи і О. Кроніка, які відзначали *часову децентрацію,* як здатність поглянути на своє життя з будь-якої часової позиції, яка має три направленості такі, як: направленість на сьогодення, направленість на минуле, направленість на майбутнє. Завдяки децентраційній одиниці психологічного минулого, теперішнього і майбутнього втрачають свою стійкість і трансформуються один в одного.

Шляхом часовій децентрації особистість має змогу реорганізувати (переосмислювати, передивлятися) свої цілі, мотиви і актуальні потреби для досягнення своєї мети, свого розвитку та для внутрішньої гармонії особистості. Завдяки децентраційній одиниці психологічного минулого, теперішнього і майбутнього втрачають свою стійкість і трансформуються один в одного створюючи поле часової транспективи особистості.

Шляхом акцентування на певний модус часу, особистість має змогу реорганізувати (переосмислювати, передивлятися) свої цілі, мотиви і актуальні потреби для досягнення своєї мети, свого розвитку та для внутрішньої гармонії особистості. У контексті дослідження маємо на меті проаналізувати та визначити взаємозв’язок між часовою направленістю особистості та захисними механізмами.

Термін «Захисний механізм» вживається для позначення будь-якої поведінки, що усуває психологічний дискомфорт. Вперше цей термін був введений у наукову психологію З. Фрейдом [10, c.3]. Прагнучи позбутися від неприємних емоційних станів людина виробляє у себе психологічні захисні механізми; психологічний захист «захищає» сферу свідомості від негативних, травмуючих особистість переживань.

Механізми психологічного захисту – переважно несвідомий спосіб зберегти рівень самооцінки (психологічно захистити своє «Я», а також індивідуальність). *Захисні механізми* – це система процесів і механізмів, спрямованих на збереження одного разу вже досягнутого (або на відновлення втраченого) позитивного стану суб'єкта [13].

Цілі захисного механізму – ближня (зберегти позитивний стан) і далека (утримати такий стан якомога довше). Захисту можуть піддаватися *мотиваційні новоутворення*, наприклад (бажання, переваги, смаки), *когнітивні структури* (світогляд, думки, знання), *поведінкові патерни* (звички, вміння, стиль поведінки або діяльності).

Захисний механізм суперечливий: з одного боку, він сприяє адаптації людини до власного внутрішнього світу, але при цьому, з іншого боку, може

погіршити пристосованість до зовнішнього соціального середовища [25].

Можна інтерпретувати захисні механізми з різних теоретичних позицій; також нерідко зустрічаються відмінності в описі їх феноменологічних проявів. У цілому описується до п’ятдесяти різновидів психологічних захистів. Найбільш часті і визнані у застосуванні вченими у галузі, наступні ***види психологічного захисту***: [10, c.5].

**Сублімація.** В психології поняття «сублімації» вперше систематично почав використовувати З. Фрейд, який розумів його як процес перетворення лібідо в величне прагнення і соціально прийнятну діяльність; сублімація (в буквальному перекладі «сублімація») – енергія несвідомого в соціально прийнятне русло. За З. Фрейдом вибір сублімації як основної адаптивної стратегії свідчить про психічну зрілість і «потужність» особистості [20, c.187]. **Заперечення.** Коли реальна дійсність для людини неприємна, вона заперечує існування неприємностей чи намагається знизити серйозність загрози; тобто нездійсненні бажання, мотиви та наміри, а також факти і дії не визнаються, відкидаються шляхом несвідомого заперечення їх існування (при запереченні реальне явище вважається неіснуючим). В деяких випадках це може нести позитивний момент – людина невиліковно хвора, але, заперечуючи цей факт, знаходить в собі сили продовжити боротися за життя. Однак набагато частіше буває, що заперечення заважає жити і працювати, тому що не визнаючи критики на свою адресу, людина не прагне позбутися від наявних недоліків, які справедливо критикуються. **Витіснення** (придушення, репресія). Під витісненням розуміють придушення або виключення зі свідомості неприємних або неприйнятних подій і явищ, тобто видалення зі свідомості тих моментів, інформації, які викликають тривогу [10]. **Заміщення**. Виражається переорієнтацією з теми, що викликає тривогу і неприємні відчуття на іншу або, рідше, частковим, непрямим задоволенням неприйнятного мотиву будь-яким морально допустимим способом. Типовими ситуаціями прояву заміщення є, наприклад: після конфлікту з начальником на роботі індивідуум обрушує гнів на членів сім'ї, домашніх тварин (тут є і раціоналізація); людина під час важливої, хвилюючої розмови жмакає папірець тощо. Прикладом успішного захисту і успішного заміщення можна вважати сублімацію [10]. **Раціоналізація.** У психологію поняття «раціоналізації» ввів Е. Джонс. В цьому випадку мова йде про спробу раціонально обґрунтувати бажання і вчинки, викликані такою причиною, визнання якої загрожувало б втратою самоповаги. **Проекція** (перенесення, переміщення). Усі люди мають небажані властивості і риси особистості, які вони у себе визнають з небажанням, а іноді і зовсім не визнають. Механізм проекції проявляється в тому, що власні негативні якості, потяги, відносини людина несвідомо приписує іншій особі (проектує на нього), причому, як правило, у перебільшеному вигляді (забезпечені люди поміщають старого батька в будинок інвалідів і обурюються байдужим або поганим ставленням до нього персоналу). Проекція є наслідком роботи витіснення. У зрілих формах проекція служить емпатії [17]. **Соматизація.** Ця форма захисту виражається у виході з важкої ситуації шляхом фіксації на стані свого здоров'я. **Реактивне утворення** (формування реакцій). Мова йде про заміну неприйнятних тенденцій на прямо протилежні (так звана інверсія бажань),коли люди можуть приховувати від самих себе мотив власної поведінки за рахунок його придушення свідомо підтримуваним мотивом протилежного типу: несвідома неприязнь до дитини може виражатися в нарочитій, контролюючій увазі до нього; хлопчики намагаються образити дівчаток, які їм подобаються [20, c. 173]. **Регресія.** Повернення до примітивних, ранніх, пов'язаних з дитинством, форм реагування і типів поведінки; перехід на попередні рівні психічного розвитку і актуалізація успішних в минулому способів реагування [10]. **Інтелектуалізація.** Це своєрідна спроба піти з емоційно загрозливої ситуації шляхом її як би відстороненого обговорення в абстрактних, інтелектуалізованих термінах.  **Ізоляція** (або розщеплення). Суть ізоляції полягає у відділенні однієї частини особистості (неприйнятною і травмуючої індивіда) від іншої частини його ж особистості, яка цілком його влаштовує. В результаті цього індивід обговорює проблеми, відокремлені від решти особистості таким чином, що події не зв'язуються ні з якими почуттями, як ніби вони трапилися з кимось іншим. **Механізм фіксації** означає міцний несвідомий зв’язок з певними особами чи образами, який відтворює один і той же спосіб задоволення і структурно організований за зразком однієї з стадій задоволення. **Компенсація.** Здатність людини позбавлятися від переживань з приводу власних недоліків (здібностей, знань, умінь і навичок) за рахунок розвитку інших якостей [25]. Рідко описуваний в літературі, але добре відомий в житті механізм **відреагування.** Це несвідома емоційна розрядка і звільнення від афекту, пов'язаного зі спогадом про травмувальну подію, внаслідок чого цей спогад не стає патогенним або перестає їм бути.

Отже, здійснивши теоретичний аналіз можемо говорити про те, що психологічні захисні механізми – це природне протистояння людини навколишньому середовищу які несвідомо оберігають особистість від емоційно-негативного перевантаження і визначають дії особистості у залежності від зміщення часового центру у певний модус часу (часова асиметрія), що визначає часову направленість особистості і використання певних видів психологічного захисту для екологічного функціонування у соціокультурному просторі життєдіяльності.

У другому розділі наукової роботи маємо на меті емпірично перевірити та встановити зв'язок між орієнтацією на певний модус часу та визначити наявність чи відсутність асиметрії часової направленості, а також встановити які найчастіше психологічні захисти (зрілої чи незрілої форми утворення) використовують досліджувані сформованої вибірки.

**РОЗДІЛ 2**

**ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ’ЯЗКУ ЧАСОВИХ ДЕЦЕНТРАЦІЙ ІЗ ЗАХИСНИМИ МЕХАНІЗМАМИ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ ПІДПРИЄМНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

**2.1 Характеристика вибірки та методи дослідження**

У другій частині нашої роботи (емпіричному дослідженні) ми поставили за мету дослідити взаємозв’язок часових децентрацій з захисними механізмами особистості майбутніх управлінців. Емпіричну вибірку нашого дослідження склали студенти четвертого курсу Херсонського національного технічного університету, спеціальності «Менеджмент підприємницької діяльності», віком від 19 до 21 років. Загальна кількість досліджуваних склала 33 особи.

Для досягнення поставленої мети були використані наступні психодіагностичні методики:

**Методика вивчення часової перспективи Ф. Зімбардо** [11] направлена на діагностику системи ставлення особистості до часу. А через це – на оцінку ставлення особистості до оточуючої дійсності взагалі, а також до самого себе, свого досвіду та майбутнім перспективам.

**Методика «Сприйняття часу» Є. Головахи та О. Кроніка** [28] направлена на дослідження часової направленості особистості на переживання майбутнього, минулого, теперішнього.

**Методика «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» Дж. Роттера** [12],дозволяє встановити направленість особистості на зовнішні або внутрішні стимули, виявлення локусу контролю екстернальності-інтернальності.

**Опитувальник життєстійкості С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва,   
О. Расказової** [12]**.** Опитувальник дозволяє визначити стислу характеристику особистості, що проявляється як форма активізації потенціалу подолання, здатність долати перешкоди, не відмовляючись від своєї мети.

Для діагностики індивідуальних профілів саморегуляції ми використовували варіант **опитувальника В. Моросанової «Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП-98»** [19]**.** Методика дає можливість виявляти структуру індивідуальних особливостей саморегуляції на основі шести показників, відповідних шкалам опитувальника і що в сукупності характеризують індивідуальний профіль саморегуляції.

Наступний тест, який ми запропонували досліджуваним – **опитувальник на визначення механізмів захисту** [12]. Тест на виявлення захисних механізмів (LSI) Р. Плутчика був створений у співробітництві з Г. Келлерманом та Х. Конте в 1979 році. Цей опитувальник є логічним продовженням оригінальної теорії, розробленої Р. Плутчиком, яка розглядає захисні механізми в контексті еволюційної структури та вважає їх похідними від емоцій. Опитувальник складається з 92 тверджень та 8 шкал. Це витіснення, регресія, заміщення, заперечення, проекція, компенсація, реактивне утворення, раціоналізація.

**2.2. Аналіз результатів дослідження**

З метою вивчення часової направленості осіб юнацького віку було проведено емпіричне дослідження за допомогою *методики «Часові децентрації» Є. Головахи та О. Кроніка*. Аналізуючи отримані результати, нами було встановлено, що більшість досліджуваних осіб (67 %) мають часову направленість на майбутнє, ще 33 % – на теперішнє та нами не було виявлено жодного досліджуваного з часовою орієнтацією на минуле (див. рис. 2.1.). Взагалі часові орієнтації формують певний тип ставлення до життя. Як ми бачимо з отриманих результатів, для більшості студентів четвертого курсу властива часова направленість на майбутнє. Децентрації в майбутнє співвідносяться з випереджаючим відображенням. Передбачення, передчуття і інші характеристики інтуїтивного типу дозволяють створити образ майбутнього. Також орієнтація на майбутнє сприяє адаптації, за рахунок передбачення подій. Отже, для осіб юнацького віку більш властиво інтегрувати самоорганізацію з організацією життя на основі майбутнього перспективного бачення. Майбутнє представляє для них основну цінність, є цікавим, корисним, значущим.

**Рис. 2.1 – Розподіл результатів досліджуваних студентів за часовою орієнтацією.**

Для осіб, що мають часову направленість на теперішнє, характерно сприйняття життя як потоку явищ. Осмислення часового контексту життя та інтеграція самоорганізації з організацією життя відбувається на основі теперішнього при наскрізному баченні минулого та майбутнього. Основну цінність складає теперішнє.

Також слід зазначити, що для досліджуваних студентів 4-го курсу не властива часова направленість на минуле. Тобто, дня них не властиво інтегрувати самоорганізацію з організацією життя на основі минулого пережитого життєвого досвіду.

Орієнтованість осіб юнацького віку в основному на майбутнє й теперішнє та відсутність орієнтації на минуле обумовлено їх віковими особливостями. Саме у підлітковому та ранньому юнацькому віці часова транспектива характеризується неузгодженістю, є недостатньо протяжною. Найбільш значущим в структурі часової направленості спочатку виступає орієнтація на теперішнє (в підлітковому віці). Сьогодення, щодо життєвого шляху особистості, являє собою певний стан, «момент стійкості», період, відмежований від минулого і майбутнього. До кінця періоду ранньої юності теперішня часова направленість змінюється високим рівнем представленості у свідомості думок про своє майбутнє. Саме спрямованість у майбутнє є специфікою юнацького віку, як зазначають Л. Божович, І. Дубровіна, І. Кон) [9]. Переважання часової направленості на майбутнє у студентів четвертого курсу обумовлена актуальними питаннями їх подальшого майбутнього, перспективою завершення навчання, підготовки до початку їх професійної діяльності, професійного становлення. А теперішня направленість студентами сприймається як період навчання в університеті, підготовку до важливих для них питань – здачі сесії, екзаменів, підготовки до захисту диплому.

За результати методики «Часові децентрації» Є. Головахи та О. Кроніка наша емпірична вибірка була розподілена на дві групи досліджуваних за особистісним класом часової орієнтації: особистості, що мають часову направленість на майбутнє; особистості, що орієнтовані на теперішнє. Чисельність вибірок відповідно складає 22 та 11 осіб. Далі ми аналізувати особливості використання механізмів психологічного захисту в групах осіб юнацького віку з різними класами часової орієнтації за допомогою створення профілів середньостатистичних значень. Отримані результати зображено на рис. 2.2. Профіль демонструє, що домінуючим механізмом психологічного захисту, що має найбільше середнє значення (відповідно 8,84 та 8,82) в обох групах досліджуваних, як з майбутньою, так і з теперішньою часовою направленістю, є регресія. Отже, студенти четвертого курсу не залежно від часової направленості на майбутнє чи на теперішнє частіше за все використовують такі механізми захисту, як регресія. Тобто, їм властиво повернення до більш ранньої стадії розвитку, до більш примітивних форм поведінки, мислення, до попередніх способів психічного функціонування. Механізм регресії запускається, коли «Его» не в змозі прийняти реальність такою, якою вона є. Досліджуваних, у яких розвинутий механізм захисту регресія можна охарактеризувати як інфантильних та невротичних особистостей. На нашу думку, це може бути пов’язано з наявністю високого рівня тривоги, що викликана об'єктними зв'язками, чим вища тривога, тим більше примітивна і елементарна буде захисна діяльність, яку використовує юнацьке Его. Також це може бути пов’язано з переживання тривоги із за подій соціального характеру.

**Рис. 2.2 – Профіль вираженості показників механізмів психологічного захисту в групах юнаків з різною часовою орієнтацією.**

На другому місці в обох групах знаходиться «Заміщення» (відповідно середнє значення в групі студентів з орієнтацію на майбутнє – 5,19 та з орієнтацією на теперішнє – 5,59). Отже, для осіб юнацького віку властиво переадресування драйву, емоцій, поведінки з первісного об’єкта на інший, тому що первинна спрямованість чомусь приховується. Первісний об’єкт являється меншою загрозою або є більш доступний, чим той, що викликав негативні емоції. Використовуючи даний механізм захисту, ми можемо припустити, що досліджуваним властиві такі особистісні риси як: імпульсивність, роздратованість, вимогливість до оточуючих грубість, запальність.

Далі за частотою використання на третьому місці у юнаків з часовою орієнтацією на майбутнє знаходиться такий механізм психологічного захисту як реактивне утворення. Таким чином, ми можемо стверджувати, що для них властиво схильність замінювати неприйнятні тенденції, на прямо протилежні. Вони примушують себе переживати почуття, що є протилежними до справжніх. Тобто, даний механізм діагностує сферу мотивації, визначаючи зміну потреб. Перетворює не можливі для реалізації імпульси в такі, що набирають форми потреб протилежного знаку. Розвиток реактивного утворення пов'язаний із засвоєнням людиною «вищих соціальних цінностей». Збільшення частоти використання даного механізму захисту може бути пов’язано зі збільшенням рівня соціалізації юнаків, які підпорядковують свою поведінку частково до суспільних вимог.

А ось для студентів із орієнтацією на теперішнє властиво такий механізм захисту, як витіснення. Тобто, для них характерне мотивоване забування чи ігнорування. Якщо внутрішній стан чи зовнішні обставини не приємні чи здатні призвести студентів з даної категорії часової направленості до збентеження або внутрішнього конфлікту, можливе «відправлення» їх до несвідомого. Це поширюється на весь їх досвід, на афекти, пов’язані з досвідом, на фантазії та бажання, які асоціюються з досвідом.

І на останньому місці серед використовуваних механізмів психологічного захисту у студентів з орієнтацією на майбутнє – це витіснення (середній бал складає 3,3), а у студентів із орієнтацією на теперішнє – раціоналізація (4,09). Отже, для осіб юнацького віку з орієнтацією на майбутнє майже не властиво мотивоване забування чи ігнорування, а особи з орієнтацією на теперішнє не схильні намагатися найти розумне пояснення зробленим вчинкам чи намірам з метою отримати для себе прощення, виправдання.

Отже, аналізуючи отримані результати за опитувальником на визначення механізмів психологічного захисту Р. Плутчика, Г. Келлермана та Х. Конте, нами було встановлено, що незалежно від часової направленості у осіб юнацького віку домінуючими механізмами психологічного захисту є регресія та витіснення. На третьому місці у студентів із орієнтацією на майбутнє знаходиться механізм захисту – реактивне утворення, а у студентів із орієнтацією на теперішнє – витіснення. Найменш використовуваними та майже не властивими механізмами у осіб з часовою направленістю на майбутнє є витіснення, у осіб з направленістю на теперішнє – раціоналізація.

З метою оцінити достовірність відмінностей та виявити статистичні розбіжності вибірок з різною часовою орієнтаціє за рівнем використання механізмів психологічного захисту нами було використано t - критерій Стьюдента для незалежних вимірів. Встановлено достовірність розбіжностей між юнаками з часовою орієнтацією на майбутнє та юнаками з орієнтацією на теперішнє у рівні прояву витіснення (tемп=2,4 > tкр= 2,04, при р≤0,05) та компенсації (tемп=2,1 > tкр= 2,04, при р≤0,05). Отже, для осіб з орієнтацією на теперішнє більш властиво використання таких механізмів захисту як витіснення та компенсація, для них більш характерно видалення зі свідомості думок і почуттів, що заподіюють страждання, та спроби виправити чи якось заповнити власну реальну чи уявну фізичну чи психічну неповноцінність

Далі ми аналізували та інтерпретували отримані результати досліджуваних студентів за *опитувальником В. Моросанової «Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП-98» (*отримані результати зображено на рис. 2.3.*),* нами було встановлено, що для осіб юнацького віку не залежно від їх часової орієнтації характерно середній низький рівень саморегуляції (для досліджуваних з орієнтацією на майбутнє середній бал – 28,82, а для досліджуваних орієнтованих на теперішнє – 28,09), середній рівень планування (відповідно 5,68 та 5,55), моделювання (відповідно 5,36 та 5,45), оцінювання результатів (5,64 та 5,45), гнучкість (5,9 та 5,36), самостійність (середній бал відповідно 5,19 та 5,73).

**Рис. 2.3 – Розподіл результатів досліджуваних з різною часовою направленістю за опитувальником В. Моросанової.**

Отже, для осіб юнацького віку не залежно від часової направленості властиво ситуаційний прояв самостійності, гнучкості поведінки, реакції на зміну умов, в залежності від рівня напруженості та стресовості даної умови, можуть ситуаційно проявляти саморегуляцію, керувати власною поведінкою, а в інших ситуаціях при плануванні та програмуванні власної поведінки зазнають значних труднощів. Також вони схильні ситуаційно помічати свої помилки, мають недостатньо сформовані суб’єктивні критерії успішності, ситуаційно проявляють гнучкість в адаптуванні до нових умов. Мають ситуаційну здатність перебудовувати, вносити корекцію в систему саморегуляції при зміні зовнішніх та внутрішніх умов. Більш властиво ситуативна схильність до планування поставленої мети, в залежності від поставленої цілі та їх рівня зацікавленості. Мають достатній рівень сформованості процесів моделювання, ситуаційно здатні оцінювати внутрішні умови і зовнішні обставини для ефективного досягання мети, однак не завжди можуть їх адекватно усвідомлювати. Більш властиво достатній рівень розвиненості регулятивної автономності, схильні ситуаційно контролювати виконання поставлено мети, аналізувати свої результати діяльності. Однак ситуаційно можуть проявляти й залежність від оцінювання оточуючих й потребувати допомоги зі сторони.

Однак слід зазначити, що нами було встановлено, що для осіб з майбутньою направленістю характерно середній рівень за шкалою «планування» (5,68), а для осіб орієнтованих на теперішнє – низький (середній бал складає 4,91). Тобто, ми можемо стверджувати, що у студентів, орієнтованих на теперішнє, потреба в плануванні розвинена слабо, цілі схильні до частої зміни, поставлена мета рідко буває досягнута, планування мало реалістично. Вони вважають за краще не замислюватися про своє майбутнє, цілі висувають ситуаційно і зазвичай не самостійно, ніж студенти орієнтовані на майбутнє.

З метою вивчення рівня життєстійкості студентів 4-го курсу та його компонентів було проведено емпіричне дослідження за допомогою *тесту «Життєстійкість» С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва, О. Рассказової* (див. рис. 2.4.). Аналізуючи отримані результати, нами встановлено, що незалежно від часової орієнтації особам юнацького віку властиво середній рівень за шкалами «залученість» (для досліджуваних з орієнтацією на майбутнє середній бал – 35,82, а для досліджуваних орієнтованих на теперішнє 36,36), «контроль» (відповідно 26,77 та 24,73), «життєстійкість» (відповідно 85,36 та 85,64) та високий рівень за показником «прийняття ризику» (22,77 та 24,55).

Отже, для студентів 4-го курсу з часовою орієнтацією як на майбутнє, так і на теперішнє, є більш властиво ситуаційний прояв упевненість в тому, що навіть в неприємних і важких ситуаціях, стосунках краще залишатися залученим: бути в курсі подій, у контакті з навколишніми людьми, присвячувати максимум своїх зусиль, часу, уваги тому, що відбувається, брати участь в тому, що відбувається. Також властиво ситуаційна схильність прояву контролю за обставинами, організовувати пошук шляхів впливу на результати стресогенних змін, на противагу впаданню в стан безпорадності та пасивності. Ситуаційно схильні справлятися зі стресами, проявляти психологічну живучість, гнучкість поведінки в подоланні стресів та проявляти мотивацію подолання стресогенних життєвих ситуацій. Однак при цьому для них характерно розглядати життя як спосіб отримання досвіду, готові діяти в умовах, коли відсутні стовідсоткові гарантії успіху, на свій страх і ризик.

**Рис. 2.4 – розподіл результатів досліджуваних** **за методикою «Життєстійкості».**

За *методикою «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» Дж. Роттера,* що досліджує направленість особистості на внутрішні чи зовнішні стимули, було встановлено, що незалежно від часової направленості у осіб юнацького віку переважає локус контролю інтернального типу (для досліджуваних з орієнтацією на майбутнє середній бал – 12,36, а для досліджуваних орієнтованих на теперішнє 12,91). Тобто, не залежно від часової направленості студенти четвертого курсу більш схильні до приписування відповідальності за події, що відбуваються в житті, та результати своєї діяльності власним здібностям та зусиллям. Вони вважають, що успіх залежить від компетентності, цілеспрямованості, рівня здібностей та є закономірним результатом цілеспрямованої діяльності та самодіяльності.

За допомогою *методики вивчення часової перспективи Ф. Зімбардо з* метою діагностики переважання у досліджуваних певної часової орієнтації, нами було встановлено, що у студентів, які орієнтовані на майбутнє, переважає (мають високі результати за даними показниками) орієнтація на минуле позитивне (середній бал складає 3,9) та на майбутнє (3,95), а у студентів з орієнтацією на теперішнє переважає часова направленість на позитивне минуле (3,59). Отже, не залежно від часової направленості студенти четвертого курсу мають позитивне тепле сентиментальне ставлення до власного минулого, що сприяє здоровому радісному відношенню до життя. Студенти з орієнтацією на майбутнє за допомогою даної методики підтвердили свою мотивацію на досягнення майбутніх результатів, можуть відчувати суб’єктивну нестачу часу, проте готові принести в жертву сьогоднішнє задоволення заради успіху у майбутньому.

Також нами було проведено аналіз отриманих результатів за допомогою коефіцієнту рангової кореляції r-Спірмена. Було встановлено взаємозв’язок часової децентрації з такими механізмами психологічного захисту як витіснення (rs = - 0,392, при р<0,05), компенсація (rs = - 0,349, при р<0,05), та орієнтацією на позитивне минуле (rs = 0,345, при р<0,05). Отриманий кореляційний зв'язок свідчить про те, що чим більше студенти четвертого курсу орієнтовані на майбутнє, тим рідше вони використовують такі механізми захисту як витіснення й компенсація та тим вищий ступінь сприйняття власного минулого мають, при якому будь-який досвід є досвідом, що сприяє розвиткові та сьогоденному станові. Чим більше студенти орієнтовані на теперішнє, тим більше вони схильні до мотивованого забування чи ігнорування, витіснення, робити інтенсивні спроби виправляти чи якось заповнювати власну реальну чи уявну фізичну чи психічну неповноцінність, а також неприйняття власного минулого, що викликає біль, розчарування, відразу.

Отже, в ході проведеного емпіричного дослідження було встановлено, що для студентів, орієнтованих на майбутнє, більш властиво мати орієнтацію на позитивне минуле, сприймати його як отримання досвіду, що сприяє їх розвиткові, уникнення таких механізмів захисту як витіснення та компенсація та ситуаційно продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення намічених цілей. А студенти з часовою орієнтацією на теперішнє мають слабо розвинену потребу в плануванні, цілі схильні до частої зміни, більше схильні до використання таких механізмів захисту, як витіснення та компенсація, а також до неприйняття власного минулого, більш негативне ставлення до нього.

У контексті порушеної теми ми визначили, що саморегуляція не залежить від часової направленості особистості і захисних механізмів, проте дослідження саморегуляції та основних її ланок дозволило встановити, що саморегуляція у досліджуваних розвинута на низькому і середньому рівні, тому ми пропонуємо програму підвищення цілепокладання, планування та моделювання для підвищення саморегуляції досліджуваних із низькими показниками, встановлених у констатувальному дослідженні.

Отже, на рекомендації щодо розвитку основних регулятивних ланок буде спрямована авторська програма розвитку системи саморегуляції майбутніх менеджерів як управлінців підприємницької діяльності (Додаток Б).

**ВИСНОВКИ**

Проведене теоретичне та емпіричне дослідження дозволило нам зробити наступні висновки:

1. Вивчивши наукову літературу з проблеми дослідження, нами було проаналізовано диференціацію змісту категорії часу, що таке час, які є його часові модуси, розглянуто поняття темпоральності, темпоральну структуру особистості. Час, як міра людського існування, стає тією призмою, крізь яку особистість бачить світ зацікавлено, плануючи в ньому свої плани, інтереси, цінності, певні цілі тощо. Різні складові психологічного часу особистості такі як, часова орієнтація, часова перспектива, переживання часу тощо, допомогли виокремити поняття темпоральності, як охоплення усіх різновидів значення часу. У широкому розумінні розглядаються певні якості особистості, які можуть змінюватись з часом у процесі розвитку.
2. Проаналізувавши наукову літературу з проблеми дослідження, нами було визначено детермінанти часової децентрації у розрізі захисних механізмів. В процесі становлення особистості, при засвоєнні знать, умінь та навичок особистість використовує захисні механізми, які визначають дії особистості залежно від зміщення часового центру, котрий визначає часову направленість особистості.

У осіб юнацького віку діагностовано лише дві часові направленості на майбутнє та теперішнє. Це феномен, обумовлений віковими особливостями емпіричної вибірки. Саме у підлітковому та юнацькому віці часова транспектива є більш дискретною, а не континуальною. Щоб час став континуальним, необхідно «почекати», не поспішати з реалізацією тих цілей, упевненість в здійсненні яких ще не дозріла. Саме формування і усвідомлення віддалених в минуле і майбутнє актуальних міжподієвих зв'язків, зазначають вчені у галузі, є дієвим механізмом, що компенсує дискретність часу життя як фізичного часу і народжує почуття спадкоємності, без якого втрачається необхідна емоційна основа сенсу індивідуального існування.

1. Найбільш значущим в структурі часової направленості спочатку виступає орієнтація на теперішнє. До кінця періоду ранньої юності теперішня часова направленість змінюється високим рівнем представленості у свідомості думок про своє майбутнє. Також встановлено, що особи юнацького віку, які орієнтовані на майбутнє, мають орієнтацію на позитивне минуле, сприймають його як отримання досвіду, що сприяє їх розвиткові, намагаються уникати механізмів психологічного захисту, як витіснення та компенсація, схильні ситуаційно продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення намічених цілей. А студенти з часовою орієнтацією на теперішнє мають слабо розвинену потребу в плануванні, цілі схильні до частої зміни, домінують такі механізми захисту, як витіснення та компенсація, а також схильні не приймати власного минулого, більш негативне ставитися до нього.

***Перспектива дослідження*** полягає у реалізації розвивальної програми та перевірки її ефективності.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : учеб. пособие / Г. С. Абрамова. – М. : Академитческий Проект ; Екатеринбург : Деловая книга, 2000. – 624 с.
2. Абульханова-Славская К. А. Личностная регуляция времени / К. А. Абульханова-Славская // Психология личности в трудах отечественных психологов. – СПб. : Питер, 2001. – 304 с.
3. Болотова А. К. Развитие самосознания личности : временной аспект / А. К. Болотова // Вопросы психологии. – 2006. – №2. – С. 116-126.
4. Болотова А. К. Психология организации времени : учеб. пособие для вузов / А. К. Болотова. – М. : Аспект Пресс, 2006. – 245 с.
5. Белугина М. А. Структура и динамика формирования жизненной стратегии в юношеском возрасте / М. А. Белугина // Психология. – 2008. – № 4 (57). – С. 109-111.
6. Бабатіна С. І. Факторна структура регулятивно-темпоральних характеристик особистості / С. І. Бабатіна // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. – К. : – 2013. – Том. 11 Вип. 8 – С. 65-73.
7. Головаха Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник – М. : изд-во «Смысл», 2008, – 130 с.
8. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е. И. Головаха. – К. : Наукова думка, 1988. – 143с.
9. Дубровина И. В. Рабочая книга школьного психолога / И. В. Дубровина, М. К. Акимова, Е. М. Борисова. – М. : Просвещение. – 1991. – 303 с.
10. Защитные механизмы личности: методические рекомендации / Сост. проф. В.В. Деларю. – Волгоград: ВолгГАСА, 2004. – 48 с.
11. Зимбардо Ф. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь / Ф. Зимбардо, Дж. Бойд. –СПб. : Речь, 2010. – 352 с.
12. Истратова О. Н. Психодиагностика. Личностные и профессиональные качества / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. – Ростов н/Д. : Феникс, – 2012. – 495 с.
13. Котенева А. В. Психологическая защита с позиций христианской антропологии : автореф. дисс. на соискание учен. степени доктора психол. наук : спец. 19. 00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии». / А. В. Котенева. – М. : – 2010. – 54 с.
14. Ковальов В. І. Темпоральна персонологія як новий напрям в дослідженні психології людини / В. І. Ковальов // Час у дзеркалі науки : І Міжнар. наук. міждисциплінарна конф. (19 березня 2011 року) : матеріал виступів. – К. : ЦУЛ, 2011 – С. 109-112.
15. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. – М., 1996. – C. 418-425.
16. Козловская Т. Н. Обучение студентов навыками планирования времени / Т. Н. Козловская // Психология в вузе. – 2007 – №4. – С.37-46.
17. Ковальова М. В. Взаємозв’язок часових децентрацій з психологічними захисними механізмами / М. В. Ковальова // Теоретичні і прикладні проблеми психології : збірник наукових праць – Сєверодонецьк, 2015. – № 3. – С. 191–198.
18. Лисовский В. Г. Личность студента / В. Г. Лисовский, А. В. Дмитриев. –Л., 1974. – 183 с.
19. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В. И. Моросанова. – М. : Наука, – 2001. – 192 с.
20. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. Понимание структуры личности в клиническом процессе / [пер. с англ. М. Н. Глущенко, М. В. Ромашкевич] / Н. Мак-Вильямс – М. : Независимая фирма «Класс», 2007. – 480 c.
21. Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія № 12. Психологія: зб. наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, – 2005. – № 6 (30). – Ч. ІІ. – 325 с.
22. Панок В. Г. Психологія життєвого шляху особистості : [монографія] / В. Г. Панок, Г. В. Рудь. – К. : Ніка-Центр, 2006. – 280 с.
23. Плохих В. В. Психология временной регуляции деятельности человека : [монография] /В. В. Плохих. – Донецк : ЛАНДОН – XXI, 2011. – 412 с.
24. Пашукова Т. И. Практикум по общей психологии : учеб. пособие / Т. И. Пашукова, А. И. Допира, Г. В. Дьяконов. – М. : Ин-т практ. психологии, 1996 – 99 с.
25. Романова Е. С. Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика / Е. С. Романова, Л. Р. Гребенникова. – Мытищи : «Талант», 1996. – 144 с.
26. Сидоренко Е. Методы математической обработки в психологии / Е. Сидоренко. – СПб.: ООО «Речь», – 2000. – 350 с.
27. Субботина Л. Ю. Психология защитного поведения: [монография] / Л. Ю. Субботина. – Ярославль : Изд-во ЯрГУ, 2006. – 220 с.
28. Хомуленко Т.Б. Психологія темпоральності особистості: віковий аспект. [монографія] / Т. Б. Хомуленко, С. І. Бабатіна – Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2014. – 236 с.
29. Яковенко Л. Б. Формування сучасних уявлень про психологічний час / Л. Б Яковенко // Актуальні проблеми психології. – 2010, Т. 7, вип. № 20., ч.2. – С. 288-291.
30. Яничев П. И. Субъктивные модели пришлого, настоящего и будущого в подростковом и юношеском возрасте / П. И. Яничев // Наш проблемный подросток / под ред. Л. А. Регуш. – СПб. : Союз, 1999. – 416 с.

**ДОДАТКИ**

**ДОДАТОК А**

**Методика «Часові децентрації»**

**Мета:** визначити часову направленість особистості.

**Інструкція:** За допомогою пропонованих шкал постарайтеся оцінити своє переживання часу в даний (теперішній) період Вашого життя. Якщо Ви більшою мірою згодні з твердженням, наведеним на одному із кінців шкали, відзначте Вашу відповідь наступним чином:

Якщо Ви в однаковій мірі згодні з двома твердженнями, помістіть Вашу відмітку в середині шкали:

Проміжні між крайньої та середньої оцінки відповідають більшій або меншій згоді з тим чи іншим твердженням.

**Бланк для відповідей.**

Я живу минулим Я живу майбутнім

Я живу минулим Я живу сьогоденням

Я живу сьогоденням Я живу майбутнім

**Обробка результатів.**

Максимальна оцінка кожної із орієнтацій 14 балів, і вона відповідає наступним питанням:

*Максимально орієнтація на сьогодення*

Я живу минулим Я живу сьогоденням

Я живу сьогоденням Я живу майбутнім

*Максимальна орієнтація на минуле*

Я живу минулим Я жиму майбутнім

Я живу минулим Я живу сьогоденням

*Максимальна орієнтація на майбутнє*

Я живу минулим Я живу майбутнім

Я живу сьогоденням Я живу майбутнім

Мінімальна вираженність кожної орієнтації дорівнює двом балам. Їй відповідають відповіді, протилежні приведеним.

*Джерело: Хомуленко Т.Б., Бабатіна С. І. Психологія темпоральності особистості: віковий аспект. [монографія] / Т. Б. Хомуленко, С. І. Бабатіна – Херсон : ПП Вишемирський В. С.,2014, – С. 234-235.*

**ДОДАТОК Б**

**Рекомендації щодо розвитку регулятивної сфери**

**майбутнього менеджера**

Оскільки для майбутніх менеджерів професійно важливо розвивати регулятивну сферу особистості, а зокрема, регулятивні процеси: (планування, моделювання, програмування), та регуляторно-особистісні властивості (гнучкість, оцінка результатів, самостійність) та для розвитку загального рівня саморегуляції, як основної міри розвиненості індивідуальної саморегуляції особистості. пропонуємо програму основних регуляторних ланок а саме планування та моделювання.

Менеджер – (управлінець), а управління – це процес планування, делегування, організації, мотивації і контролю, головне, що необхідно для успішного фахівця у сфері менеджменту підприємницької діяльності. Так, як для управлінця характерне вирішення різного роду завдань, можемо виокремлювати його як коло *самоменеджменту*, тобто саморозвиток менеджера як особистості і організація його особистої діяльності, мається на увазі цілеспрямоване і послідовне використання перевірених методів роботи у повсякденній практиці.

*До основних цілей самоменеджменту відзначають наступні:*

* максимальне використання менеджером часу і своїх можливостей;
* свідоме управління плином життя;
* подолання зовнішніх обставин як на роботі, так і в особистому житті.

*Загальними функціями управління є:* (див. рис.Б.1)

***1.Постановка цілей;***

Кожен менеджер повинен ставити перед собою цілі, що означає погляд у майбутнє, орієнтацію і концентрацію сил і активності на тому, що має бути досягнуто. Таким чином, мета формулює кінцевий результат. Вона є «підбурювачем» дій, мотивом, що визначає активність.

***2. Планування;***

При плануванні забезпечується раціональне використання найціннішого надбання – часу: або наявний час вжити для плідної діяльності (максимальний критерій), або досягти поставлених цілей з меншою витратою часу (мінімальний критерій). Планування означає підготовку до реалізації цілей і структурування (впорядкування) часу.

***3.Визначення пріоритетів у майбутніх справах (моделювання);***

Менеджер здатен виокремити значимі умови досягнення цілей як в поточній ситуації, так і в перспективному майбутньому, що проявляється в адекватності програм дій плану діяльності,відповідно отриманих результатів прийняття цілей.

***4.Складання розпорядку дня та організація трудового процесу;***

Часто управлінці намагаються виконати відразу занадто великий обсяг роботи або, навпаки, витрачають свій час і сили на окремі, часто несуттєві, але здаються необхідними, справи. У результаті до кінця напруженого робочого дня, хоча зроблено начебто чимало, важливі справи залишаються або незакінченими, або взагалі не зрушуються з місця. Тому так важливо приділяти цьому увагу.

***5.Самоконтроль і коригування цілей.***

Менеджеру в управлінській діяльності важливо уміти коригувати поставлені цілі та контролювати свої мотиви, потреби, відносно поставлених завдань, мати досвід та навички саморегулювання.

Самокон-троль і коригуван-ня цілей.

Постановка цілей

Розпорядок дня та організація трудового процесу

Моделюва-ння

Планува-ння

**Рис. Б.1. – Загальні функції управлінської діяльності**

**Структурна будова розвивальної програми регулятивної сфери майбутнього менеджера**

*Таблиця 2.1*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Назва вправи** | **Мета** | **Завдання** |
| *SMARТ система постановки цілей.* | Навчання навичкам планування. Правильно, чітко та конкретно сформулювати та поставити максимально точно свою ціль, враховуючи всі її обставини. | – Навчитися критично оцінювати саму ціль, конкретизувати її;  – Розвинути вміння формулювати досяжні та реалістичні цілі. |
| *Планування вивільняє час.* | Розширити уявлення студентів управлінців про цінність поняття «час» як можливості людини втілити задумане. | – Розвинути навички управління часом для підвищення ефективності роботи і особистісного зростання;  – розвинути здатність планувати і контролювати свій особистий час;  – навчити ефективним принципам планування і раціонального використання часу. |
| *Відображення цілі* | усвідомлення управлінцями необхідності цілепокладання з урахуванням своїх потреб і мотивів. | – навчити покроковому способу досягнення мети;  – формування установки на самоаналіз. |

Підвищення регуляторних процесів та регулятивних властивостей, буде сприяти ефективному розвитку особистості менеджера та впливати на виконання його професійних обов’язків, а управління ресурсом власного часу дасть можливість набути умінь та навичок самоорганізації, саморегуляції та самоконтролю діяльності в організації професійного часопростору. Організованість та врегульованість особистості є важливою складовою упродовж періоду професійної адаптації та професійної діяльності в цілому, сприяє досягненню високих результатів, адже особистість, яка вміє організувати себе і свій час, завжди знає, як реалізувати свої здібності.