

ЧАСОВА ПЕРСПЕКТИВА ЯК КОМПОНЕНТ СТРАТЕГІЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Людмила Ширяєва

кандидат психологічних наук, професор,
старший науковий співробітник лабораторії кіберпсихології Інституту психології
імені Г.С.Костюка
01033, Україна, м. Київ, вул. Панківська, 2.
shln_2010@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0002-4797-7340>

Богдан Прядко

аспірант кафедри соціальної психології
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м.Київ, вул. Пирогова, 9.
20a.b.priadko@std.npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-6954-5856>

Анотація

У статті розкрито результати теоретичного та практичного вивчення життєвих шляхів і часових аспектів планування життя студентською молоддю, що відбувається під час формування їхньої особистої життєвої позиції. В Україні наразі через військовий стан життя студентів зазнає особливих викликів. За таких умов вивчення компонентів стратегій життєдіяльності стає надзвичайно важливим та актуальним. Розглянуто ключові наукові концепції дослідження особистісних життєвих стратегій у контексті актуальних наукових розробок. Життєві стратегії особистості визначаються як спосіб, яким людина проєктує власне життя, узгоджуючи індивідуальні цілі з суспільними, а також враховуючи реальні можливості. Цей процес базується на соціальній спрямованості, визначенні пріоритетних цінностей, ставленні до себе та оточуючих, адаптуючись до соціальних норм та культурних реалій. Оскільки процес соціалізації та розвитку особистості триває з дитинства через підлітковий та юнацький вік, сприйняття часових відрізків життя, а також майбутніх особистісних і кар'єрних очікувань стає фундаментальним для формування вектора власного життєвого шляху. Задля виявлення емпіричних даних було використано тест «Кола часу» Т. Коттла. У дослідженні взяли участь 112 студентів університету. За результатами дослідження, студенти демонструють цілісне бачення власного життєвого шляху, усвідомлюючи причинно-наслідкові зв'язки між життєвими подіями. Водночас, спостерігається ілюзорність у сприйнятті майбутніх перспектив, яка не підкріплена конкретними діями на даний момент. Також виявлено певне занепокоєння щодо майбутніх подій, пов'язаних з професійним та особистісним зростанням. Проте, отримані дані вказують на недостатній рівень розвитку просторово-часової орієнтації серед студентської молоді. Це свідчить про необхідність розробки та імплементації психолого-педагогічних програм, спрямованих на формування у студентів готовності до викликів дорослого життя.

Ключові слова: життєва позиція, стратегії життєдіяльності, часова перспектива, юнацький вік, студентська молодь.

Вступ

В умовах сучасного суспільного поступу спостерігаються масштабні трансформації в людській свідомості, змінюються пріоритети цінностей та смислів, відбувається переосмислення світоглядних установок стосовно формування власної життєвої траєкторії. Фундаментом самостійного життєтворення, на думку науковців, є здатність особистості до визначення життєвих орієнтирів. Результати теоретико-методологічного аналізу наукових праць свідчать, що до пріоритетних життєвих цілей дослідники зараховують формування власної життєвої позиції. Попри це, значна частина молоді наразі перебуває у стані невизначеності щодо власних цінностей та професійної самореалізації, що, у свою чергу, зумовлює зростання актуальності пошуку шляхів та розробки методик, спрямованих на підготовку молодих людей до постановки життєвих завдань та ухвалення зважених, стратегічно важливих рішень щодо конструювання власного життєвого шляху.

На сьогоднішній день, психологи, як українські, так і закордонні, розуміють часову перспективу як індивідуальне сприйняття власного майбутнього, організоване вздовж часової шкали. Ця перспектива відіграє ключову роль у керуванні поведінкою зрілої людини, особливо це стосується процесу визначення та досягнення життєвих цілей. Додатково, в новітніх наукових розробках психологи зазначають, що люди з гармонійною часовою перспективою частіше відчують позитивні емоції: щастя, життєву насолоду, оптимізм, надію тощо. Сама ж сфокусованість на майбутньому може зменшувати відчуття безсилля та зневіри.

Метою статті є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження специфіки часових характеристик життєвого планування сучасної молоді.

Завдання дослідження: 1) теоретично обґрунтувати важливість вивчення специфіки життєвого планування молоді; 2) проаналізувати результати емпіричного дослідження часових характеристик життєвого планування студентів ЗВО.

Методи дослідження

Для здійснення теоретичного аналізу стратегій життєдіяльності молоді та вивчення особливостей їх часової перспективи було використано ряд теоретичних методів: аналіз, синтез, систематизація та узагальнення даних. Відповідно до мети дослідження була застосована методика Т. Коттла «Кола часу». Вона допомагає зрозуміти, як людина ставиться до свого минулого, теперішнього та майбутнього, яка з цих сфер є для неї найважливішою та як вони взаємодіють між собою.

Результати та дискусії

Багато дослідників, представляючи як вітчизняні, так і зарубіжні наукові школи, присвятили свої праці вивченню життєвої стратегії. Це поняття розглядається як комплекс життєвих планів та програм, які людина формує, виходячи з власного самосприйняття, уявлень про минуле та майбутнє, відповідно до своїх життєвих прагнень, цілей та прогнозів.

Ми трактуємо життєву стратегію як спосіб, у який особистість конструює своє життя, спираючись на індивідуальні цілі. Ці цілі, у свою чергу, формуються під впливом суспільних завдань і вимог, а також з урахуванням реальних можливостей для їх досягнення. Життєва стратегія закріплює певну позицію людини у житті та окреслює основний напрямок її подальшого шляху, проектуючи майбутній життєвий маршрут. Отже, усвідомлене творення власного життя особистістю неможливе без розробки нею власної життєвої стратегії.

Згідно з твердженнями О.М. Шиловської та О.В. Зазимко, вибір життєвої стратегії, спрямованої на досягнення життєвих цілей, може бути обумовлений попереднім досвідом та рівнем готовності особи долати перешкоди. Наприклад, ті, хто переживав екстремальні ситуації, можуть мати запас знань або навичок, які допомагають їм свідомо організовувати свої вчинки. Переважно, такі особи оцінюють потенційні ризики та розробляють плани дій більш обґрунтовано. Розвинені навички аналізу ситуації також позитивно впливають на усвідомлення вибору. Особистість, котра вміє аналізувати зовнішні обставини, здатна приймати рішення, базуючись на фактичних даних, доступній інформації та накопиченому досвіді (Шиловська & Зазимко, 2025).

На думку Т. Ларіної, конструювання життєвих завдань безпосередньо пов'язане з життєстійкістю особистості. Вона розглядає саме життєстійкість як ключову соціально-психологічну передумову для ефективного моделювання власного життя. Це зумовлено тим, що саме життєстійкість дозволяє людині визначити особистий шлях досягнення балансу у житті (Ларіна, 2010).

Ми вважаємо, що головним фактором, що формує основу процесу життєтворчості особистості, є мотивація. Саме вона забезпечує стабільність і позитивні зміни, допомагає узгодити потреби й мотиви індивіда, а також їх гармонійне поєднання відповідно до генеральної життєвої стратегії та загального плану на життя.

Розглядаючи взаємозв'язок між тим, що людина потребує, і тим, чого вона прагне, О.І. Власова дійшла висновку, що мета – це уявлення про бажане майбутнє. Це майбутнє, в якому поєднуються як прагнення й потреби людей, так і їхнє бачення того, що взагалі можливо реалізувати (Власова, 2005).

Згідно з міркуваннями Л. Іванцев та Н. Іванцев, наявність життєвої стратегії та прагнення дотримуватися її дають змогу людині здобути вміння конструювати власне життя. Це вміння передбачає не лише те, що людина вчиться розуміти у своєму внутрішньому світі, виявляє перешкоди, які необхідно подолати на шляху до втілення життєвих планів, визначає свої можливості, нові прагнення та потенційні цілі, а й усвідомлення залежності від зовнішніх обставин. Життєва стратегія допомагає зрозуміти, що життєві плани мусять періодично коригуватися, адаптуючись до нових обставин, що виникають під час життєвого шляху, під час вибудовування власного життєвого шляху (Іванцев & Іванцев, 2019).

К.Л. Мілютіна зазначає, що переконання та життєві настанови можуть формуватися за чотирма основоположними принципами: прагнення до новизни, прагнення до стабільності, прагнення до самовдосконалення або прагнення до самоствердження. Життєва позиція, яка базується на принципі відкритості до нового досвіду, отримуватиме успішний розвиток, якщо соціальне середовище є динамічним та надає безліч можливостей для здобуття свіжого досвіду. Натомість, стратегія, що орієнтована на збереження стабільності особистості та навколишнього світу, найефективніше реалізується в умовах стабільної соціально-економічної ситуації. Стратегія, яка ґрунтується на принципах перетворення себе, фокусує життєву енергію особистості не на взаємодії із зовнішнім світом, а на власну внутрішню діяльність та розвиток (Мілютіна, 2013).

На думку С. Бабатіної, умови для втілення життєвої перспективи полягають у здатності особистості до цілеспрямованої саморегуляції. Це означає формулювання цілей, розуміння шляхів і методів їх досягнення, готовність до виконання запланованих дій та реалізації власних задумів, а також існування системи особистих критеріїв для моніторингу

та оцінки отриманих результатів (Бабатіна, 2015). Таким чином, часова перспектива безпосередньо залежить від рівня саморегуляції особистості.

Часова перспектива – це один з ключових ментальних механізмів, котрий дозволяє нам розуміти довкілля, осмислювати його та діяти в ньому. Саме воно формує те, як наше бачення минулих подій, сьогодення та майбутніх планів впливає на різноманітні аспекти людських вчинків (Zimbardo, 2002). Максимальна ефективність особистості досягається завдяки гармонійному ставленню до часу, коли людина здатна легко переключати увагу між спогадами, поточними справами та планами на майбутнє, відповідно до конкретних потреб та обставин (Zimbardo & Boyd, 1999).

Ф. Зімбардо та Дж. Бойд запропонували концепцію п'яти часових перспектив, які окреслюють, як людина сприймає минуле, сьогодення та майбутнє. До них належать: гедоністичне сьогодення, фаталістичне сьогодення, позитивне минуле, негативне минуле та майбутнє. Ці темпоральні орієнтації мають міцний зв'язок з індивідуальними рисами особистості і функціонують як система когнітивного відліку, що впливає на те, як людина реагує на різноманітні ситуації та як формуються її поведінкові моделі з плином часу (Zimbardo & Boyd, 1999). Отже, часову перспективу можна розуміти як психологічну рису, яка структурує індивідуальний та суспільний досвід. Вона розподіляє цей досвід між часовими рамками, надаючи нашому сприйняттю життєвих подій певного порядку, послідовності та значущості.

Перспектива гедоністичного сьогодення відзначається бажанням отримувати задоволення від теперішнього моменту, фокусуючись на насолоді, насичених враженнях та прагненні до нового. Особи з такою життєвою позицією надають перевагу життю "тут і зараз", цінуючи позитивні переживання та часто вдаючись до пошуку пригод. Вони не завжди зважають на можливі наслідки власних вчинків, уникаючи оцінки "плюсів" та "мінусів" або ж планування майбутнього. Натомість, фаталістична теперішня перспектива ґрунтується на вірі в те, що доля людини зумовлена чинниками, які знаходяться поза її контролем – наприклад, вищими силами або суспільними умовами. Позитивне сприйняття минулого виявляється в теплому й приязному ставленні до минулих подій, яке забарвлене ностальгією та бажанням підтримувати міцні стосунки з близькими – родиною й друзями. Особи, котрі мають таку часову орієнтацію, зазвичай вирізняються підвищеною самооцінкою та загальним почуттям задоволення життям. На противагу цьому, негативне минуле часове бачення характеризується схильністю концентрувати свою увагу на неприємних спогадах або невдалих переживаннях з минулого. Часто така спрямованість проявляється у внутрішніх роздумах щодо ймовірності зміни певних рішень чи вчинків, здійснених у минулому. Особистості, що дивляться в майбутнє, незмінно оцінюють можливі результати своїх виборів та вчинків, розмірковуючи про те, що може статися. Їх увага сконцентрована на реалізації планів та здобутті відзнак, які чекають попереду, часто жертвуючи миттєвими втіхами, відтерміновуючи винагороду та оминаючи спокуси, що забирають час марно. Їхнє світосприйняття часто має абстрактний характер, адже вони надають перевагу уявній досконалості майбутнього над реаліями сьогодення. Проте, гармонійний погляд на часові рамки вважається оптимальним і більш здоровим. Він відзначається низьким рівнем зосередженості на фаталістичному теперішньому та негативному минулому, помірним – на гедоністичному теперішньому, і високим – на майбутньому та позитивному минулому. Люди з таким поглядом вміють легко змінювати фокус між минулим, сьогоденням та майбутнім (Zimbardo & Boyd, 1999).

Сприйняття людиною власного життя, а саме її минулого, сьогодення та майбутнього, тісно пов'язане з часовою перспективою. Як зазначає Ж. Нюттен, існують певні часові орієнтації щодо різних відрізків часової шкали. Ці орієнтації характеризуються емоційним забарвленням, яке, у свою чергу, суттєво впливає на те, як індивід сприймає своє життя та які стосунки до нього формує (Nuttin, 1985).

Крім того, на нашу думку, під час проектування власного життя слід брати до уваги ймовірні, попередні, припустимі аспекти. Адже для людини завжди краще мати хоч якийсь життєвий план, аніж не мати його зовсім. Якщо цей план виявиться недосконалим, його можна буде вдосконалювати, орієнтуючись на набутий рівень розуміння життя. Наявність такого плану спрощує процес проектування, оскільки дає змогу, оновлюючи його, спиратися на вже існуюче і постійно вдосконалювати його. Також процес життєвого програмування, будучи за своєю суттю динамічним, корелює зі стадіями та етапами життєвого шляху, які людина переживає, і які відзначаються специфічними рівнями її соціальної, психологічної та духовної зрілості.

Вивчення особливостей формування життєвої позиції людини в залежності від віку виявило, що найсприятливішим періодом для цього є, як правило, юність (17–25 років), що цілком відповідає віку студентів. Час навчання у закладах вищої освіти для студентів позначений високою творчою активністю та прагненням до максимальної самореалізації. Саме цей етап є ключовим у формуванні особистості, адже в цей час закладаються основи системи цінностей та визначаються основні вектори майбутньої самореалізації на наступних етапах життя. Таким чином, на нашу думку, вміння орієнтуватися в часі та просторі відіграє суттєву роль у розбудові власної життєвої позиції.

Виходячи з даних, представлених Л.В. Помиткіною та Н.А. Назаренко, нині лише 28,4 % студентів демонструють активну, конструктивну життєву позицію. Решта ж, здебільшого, керуються сьогоденням, пасивно спостерігають за життям, не прагнучі до саморозвитку та самореалізації, аби принести користь собі, оточенню та суспільству загалом. Це означає, що майже 70 % студентства значною мірою підпадатимуть під вплив чужої думки, зокрема, мережі Інтернет та інших подібних джерел. Таким чином, процес формування стратегічних життєвих рішень, вибору власної позиції та побудови майбутнього наразі є не цілком адекватним (Помиткіна & Назаренко, 2019).

Узагальнення наведених теоретичних положень склало передумови до емпіричного дослідження часових особливостей життєвого планування сучасних українських студентів. У дослідженні взяли участь 112 студентів Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка.

Дослідження проводилось за допомогою тесту «Кола часу» Т. Коттла. Тестування передбачало виконання такого завдання: «Візуалізуйте своє життя від народження до кінця – минуле, сьогодення та майбутнє – зобразивши його на аркуші паперу у вигляді трьох кіл: символізуючи минуле, теперішнє та майбутнє (Панок & Рудь, 2006). Ці кола могли бути різного розміру, розташовані як окремо, так і з перетинами». Інтерпретація створених зображень проводилася шляхом класифікації умовних позначень, що відповідають комбінаціям кіл, беручи до уваги їх величину та взаємне положення. Опрацювання отриманих за методикою даних здійснювалося на спеціальних бланках, де кожному графічному малюнку надавалося унікальне кодове позначення у формі літери К з індивідуальним коефіцієнтом.

Серед студентів, залежно від масштабу та взаємного розташування у горизонтальній площині кругових відображень ключових аспектів життя, найчастіше (74,1%) спостерігається поєднання з'єднаних кіл, діаметр яких зростає в напрямку майбутнього. Об'єднання та злиття цих кіл свідчить про цілісне сприйняття власного життя, зважаючи на взаємозв'язки (причинно-цільові) між життєвими подіями. У контексті лише взаємного розташування кіл, студенти переважно (60,7%) демонструють комбінації, де колові графічні умовні позначення основних часових модусів представлені як з'єднані між собою. Прагнення графічно представити основні часові модуси – минуле, сьогодення та майбутнє – як взаємопов'язані, зумовлене цілісним, реалістичним осмисленням індивідом свого життя, з урахуванням його логіки, визначеної причинно-цільовими зв'язками.

На другому місці (35,7%) за виразністю серед студентів розташувалися комбінації кіл, де майбутній модус відділений від минулого та теперішнього, які пов'язані між собою. Це вказує на наявність певних побоювань щодо подій, що настануть, а також на бажання відкласти прийняття рішень, що стосуються професійного та особистісного розвитку, на пізніший термін. Іншими словами, можна говорити про своєрідний страх перед майбутнім у студентів-випускників, зумовлений невизначеністю та потенційним ризиком неспіху або провалу в реалізації їхніх планів та задумів.

Якщо розглядати кількісні показники, то переважають варіанти, де розміри кіл зростають у напрямку майбутнього. Така домінація часових модусів пояснюється тим, що студенти стають більш цілеспрямованими, розвивають практичність, цілісність світогляду, реалістично оцінюють ситуацію та сприймають власний життєвий шлях як логічно обґрунтований процес буття.

Дослідження, проведене за допомогою тесту Т. Коттла, висвітлює різноманіття уявлень про час. Спостерігалися як кола минулого, теперішнього та майбутнього, що перепліталися, накладалися або повністю вміщувалися одне в одне, так і відірвані, "атомарні" картини життя, де часові відрізки існували окремо. Оптимальним для особистісного розвитку в юності вважається стан, коли минуле та майбутнє зберігають певну послідовність, а якісні зміни, що відбуваються, прокладають шлях до нових горизонтів.

Висновки

Згідно з результатами проведеного аналізу, було визначено наступні тимчасові аспекти формування життєвих планів у студентів закладів вищої освіти під час становлення їхньої життєвої позиції: відносно більш цілісне уявлення про власний життєвий шлях, що враховує причинно-цільові зв'язки між окремими подіями; оптимістичний, хоч і дещо утопічний, погляд на власні життєві горизонти, який наразі не підкріплюється конкретними кроками; занепокоєння щодо майбутніх подій, які стосуються професійної та особистісної самореалізації.

Ґрунтуючись на критеріях, що визначають формування життєвої стратегії (охоплення часової перспективи, її спрямованість, а також ступінь структурованості запланованого життєвого шляху), у студентів вдалося виділити чотири потенційні моделі життєвого планування: типову, інфантильну, регресивну та гармонійну. Дослідження показало, що найпоширенішою серед студентів (60,7%) є типова життєва стратегія. Її ознаками є часова перспектива помірної тривалості, що здебільшого зосереджена на сьогоденні. Хоча чітка структурованість життєвих подій відсутня, це компенсується позитивним емоційним

сприйняттям подій, між якими простежується значна кількість логічних, причинно-наслідкових зв'язків.

Отже, аналіз даних щодо сприйняття плину життя, а також розуміння взаємозв'язку ключових подій протягом власного життєвого шляху виявив, що серед усіх досліджуваних студентів жоден не продемонстрував гармонійну життєву стратегію. Така стратегія свідчила б про чітку сформовану власну життєву позицію, готовність молоді до самостійного життя, прийняття відповідальних рішень та усвідомленого формування власного успішного шляху. Причина відсутності даної стратегії, на нашу думку, може полягати в тому, що студенти, маючи високі життєві цілі, позитивне бачення майбутнього, прагнення до самореалізації, водночас поки що не мають достатньо сформованих ресурсів, досвіду чи конкретних планів щодо їх досягнення. Саме така невідповідність може стати на заваді формуванню гармонійної стратегії. Результати емпіричного дослідження, які вказують на недостатній рівень сформованості у студентів здатності до просторово-часової орієнтації, вимагають впровадження відповідних заходів (наприклад тренінгів розвитку) та використання спеціальних методик щодо поглибленого вивчення стратегій життєдіяльності сучасної молоді. Ці заходи мають бути спрямовані на формування у студентів готовності до дорослого життя шляхом опанування ними гармонійного стратегічного планування власного життєвого шляху. Саме в студентські роки важливо надавати підтримку в розвитку здатності відчувати часові перспективи, що є основою для формування власної життєвої позиції.

Література

1. Бабатіна, С.І. (2015). Особливості формування життєвої стратегії в юнацькому віці: теоретичний аналіз питання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*, 2(1), 120-126.
Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2015_2\(1\)_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2015_2(1)_4)
2. Власова, О.І. (2005). *Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку*. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет»,
3. Іванцев, Л., & Іванцев, Н. (2019). Стратегія життя особистості та можливості її побудови як предмет теоретико-методологічного аналізу. *Збірник наукових праць: психологія*, 24, 48-58. <https://doi.org/10.15330/psp.24.48-58>
4. Ларіна, Т.О. (2010). Модель постановки життєвих завдань життєстійкої молоді. *Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика*, 2(6), 151-160.
5. Мілютіна, К.О. (2013). *Психологія зміни життєвої стратегії особистості*. (Дис. д-ра психол. Наук). Київ.
6. Панок, В.Г., & Рудь, Г.В. (2006). *Психологія життєвого шляху особистості*. Київ : Ніка-Центр.
7. Помиткіна, Л.В., & Назаренко, Н.А. (2019). Вплив мережевого суспільства на прийняття рішень особистості з вибору власної життєвої позиції. В Л. В. Помиткіна (Ред.), *Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій в умовах мережевого суспільства* (с. 66–80). Київ : ТОВ «Альфа-ПК».
8. Шиловська, О.М., & Зазимко, О.В. (2025). Стратегії вирішення життєвих завдань у складних життєвих обставинах. *Журнал сучасної психології*, 2, 33-47. <https://doi.org/10.26661/2786-7471/2025-2-4>
9. Cottle, T.J. (1976). *Perceiving time: a psychological study with men and women*. New York : Willey.

10. Nuttin, J., & Lens, W. (1985). *Future time perspective and motivation: theory and research method*. Leuven : Leuven University Press.
11. Zimbardo, P.G. (2002). Just think about it: Time to take our time. *Psychology Today*, 62.
12. Zimbardo, P.G., & Boyd, J.N. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288.

References

1. Babatina, S.I. (2015). Osoblyvosti formuvannya zhyttyevoyi stratehiyi v yunats'komu vitsi: teoretychnyy analiz pytannya [Peculiarities of life strategy formation in adolescence: theoretical analysis of the issue]. *Naukovyy visnyk Khersons'koho derzhavnoho universytetu. Seriya: Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological Sciences*, 2 (1), 120126. [in Ukrainian]. Retrieved from [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2015_2\(1\)_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2015_2(1)_4)
2. Vlasova, O.I. (2005). *Psykholohiya sotsial'nykh zdibnostey: struktura, dynamika, chynnyky rozvytku [Psychology of social abilities: structure, dynamics, development factors]*. Kyiv : Vydavnycho-polihrafichnyy tsentr «Kyivs'kyi universytet». [in Ukrainian].
3. Ivantsev, L., & Ivantsev, N. (2019). Stratehiya zhyttya osobystosti ta mozhlyvosti yiyi pobudovy yak predmet teoretyko-metodolohichnoho analizu [The strategy of a person's life and the possibilities of its construction as a subject of theoretical and methodological analysis.]. *Zbirnyk naukovykh prats': psykholohiya – Collection of scientific papers: psychology*, 24, 48-58 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.15330/psp.24.48-58>
4. Larina, T.O. (2010). Model' postanovky zhyttyevykh zavdan' zhyttestiykoyi molodi [Model of setting life tasks of resilient youth.]. *Aktual'ni problemy psykholohiyi: Psykholohichna hermenevtyka – Current issues in psychology: Psychological hermeneutics*, 2(6), 151-160 [in Ukrainian].
5. Milyutina K.O. (2013). Psykholohiyi zminy zhyttyevoyi stratehiyi osobystosti [Psychology of changing the life strategy of an individual]. *Doctor's thesis*. Kyiv. [in Ukrainian].
6. Panok, V.H., & Rud, H.V. (2006). *Psykholohiya zhyttyevoho shlyakhu osobystosti [Psychology of the Life Path of an Individual]*. Kyiv : Nika-Tsentr. [in Ukrainian].
7. Pomytkina, L.V., & Nazarenko, N.A. (2019). Vplyv merezhevoho suspil'stva na pryynyattya rishen' osobystosti z vyboru vlasnoyi zhyttyevoyi pozytsiyi. In Pomytkina L.V. (Ed.), *Indyvidual'nist' u psykholohichnykh vymirakh spil'not ta profesiy v umovakh merezhevoho suspil'stva [The influence of the network society on the decision-making of an individual in choosing his own life position. Individuality in the psychological dimensions of communities and professions in the conditions of the network society]* (pp. 66-70). Kyiv : TOV «Alfa-Pik» [in Ukrainian].
8. Shylovs'ka, O.M., & Zazymko, O.V. (2025). Stratehiyi vyrishennya zhyttyevykh zavdan' u skladnykh zhyttyevykh obstavynakh [Strategies for solving life tasks in difficult life circumstances]. *Zhurnal suchasnoyi psykholohiyi - Journal of Modern Psychology*, 2, 33-47 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.26661/2786-7471/2025-2-4>
9. Cottle, T.J. (1976). *Perceiving time: a psychological study with men and women*. New York : Willey.
10. Nuttin, J., & Lens, W. (1985). *Future time perspective and motivation: theory and research method*. Leuven : Leuven University Press.

11. Zimbardo, P.G. (2002). Just think about it: Time to take our time. *Psychology Today*, 62.
12. Zimbardo, P.G., & Boyd, J.N. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288.

TIME PERSPECTIVE AS A COMPONENT OF THE LIFE ACTIVITY STRATEGY OF CONTEMPORARY YOUTH

Liudmyla Shyriaieva

Ph.D. in Psychology, Professor,

Senior Researcher in the Laboratory of Cyberpsychology

G.S. Kostiuk Institute of Psychology

2, Pankivska Str., Kyiv, Ukraine, 01033

shln_2010@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0002-4797-7340>

Bohdan Priadko

Postgraduate Student at the Department of Social Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

20a.b.priadko@std.npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-6954-5856>

Abstract

The article reveals the results of the theoretical and practical study of life paths and temporal aspects of life planning among student youth, which occur during the formation of their personal life position. In Ukraine, the life of students is currently experiencing special challenges due to the state of war. Under such conditions, the study of the components of life strategies becomes extremely important and relevant. The article examines key scientific concepts of the study of personal life strategies in the context of current scientific research. The life strategies of an individual are defined as the way in which a person projects their own life, aligning individual goals with social ones, as well as taking into account real opportunities. This process is based on social orientation, determination of priority values, attitude towards oneself and others, adapting to social norms and cultural realities. Since the process of socialization and personality development continues from childhood through adolescence and young adulthood, the perception of time segments of life, as well as future personal and career expectations, becomes fundamental for the formation of the vector of one's own life path. T. Cottle's Circle of Time test was used to identify empirical data. 112 university students participated in the study. According to the results of the study, students demonstrate a holistic vision of their own life path, realizing the cause-and-effect relationships between life events. At the same time, there is an illusory perception of future prospects, which is not supported by concrete actions at the moment. A certain concern was also revealed regarding future events related to professional and personal growth. However, the data obtained indicate an insufficient level of development of spatial and temporal orientation among student youth. This signifies the need to develop and implement psychological and pedagogical programs aimed at forming students' readiness for the challenges of adult life.

Key words: life position, life strategies, time perspective, youth, student youth.

Подано 19.05.2026

Рекомендовано до друку 25.05.2026