

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З ПЕДАГОГІКИ,
ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему:

*Взаємозв'язок часової перспективи
особистості та цілепокладання на етапі
ранньої та середньої дорослості*

здобувач 4 курсу, групи ПС-17-2зс
спеціальності 053 «Психологія»

Дегліна Т.Д.

Керівник: Гаркуша І.В.,

PhD з соц.ком., доцент

Дніпро
2021 р.

АНОТАЦІЯ

Дегліна Т.Д. «Взаємозв'язок часової перспективи особистості та цілепокладання на етапі ранньої та середньої дорослості»

Кваліфікаційна робота здобувача 4-го курсу, спеціальності «Психологія» (у форматі Бакалавр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедра інноваційних технологій з педагогіки, психології та соціальної роботи) присвячена проблемі теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження взаємозв'язку тимчасової перспективи особистості та цілепокладання на етапі ранньої та середньої дорослості.

У науці існують два підходи при дослідженні часової перспективи: об'єктивний підхід розглядає загальні закони сприйняття часу і суб'єктивний, який орієнтований на дослідження даного поняття в індивідуальному контексті. Більшість дослідників розглядають тимчасову перспективу як сукупність уявлень суб'єкта про своє минуле, сьогодення і майбутнє. При цьому важливо розглядати тимчасову перспективу в сукупності з цілями і планами людини.

Цілепокладання є важливим процесом при здійсненні будь-якої діяльності, так як наповнює дії сенсом. При цьому цілі організовують діяльність і стимулюють її у напрямку до свого досягнення. У більшості досліджень цілепокладання розглядається як здатність особистості до постановки цілей і досягнення бажаного результату.

За результатами експериментального дослідження у роботі встановлено, що серед жінок в період ранньої дорослості відзначаються найбільш високі показники за шкалою «майбутнє», що вказує на їх тимчасову орієнтацію, спрямовану в майбутнє. Серед чоловіків даного вікового етапу найбільш високі результати зареєстровані за шкалою «гедоністичне сьогодення», що вказує на їх прагнення отримувати задоволення в сьогоденні.

Обґрунтовано, що в період середньої дорослості серед жінок спостерігаються більш високі показники за шкалою, що відповідає тимчасовій орієнтації в сьогодення, ніж в ранній дорослості. Також можна відзначити, що серед чоловіків і жінок в період середньої дорослості збільшуються значення за шкалою «негативний минуле».

Визначено, що у чоловіків спостерігаються більш високі показники за шкалою «фаталістичне сьогодення», що вказує на те, що вони більш схильні покладатися на зовнішні обставини, ніж жінки.

Також показано, що ряд особливостей можемо спостерігати щодо здатності до самоврядування: здатність до самоврядування в цілому знаходиться на середньому рівні. Найбільш розвинені в процесі цілепокладання здатності по прийняттю рішень і самоконтролю; за шкалою «прийняття рішень» можна відзначити, що з віком є тенденція до зменшення показників як у жінок, так і у чоловіків. При цьому в ранній дорослості даний показник дещо вищий у чоловіків, а середній дорослості – у жінок; результати за шкалою «самоконтролю» показують, що жінки більш схильні контролювати процес руху

до мети, ніж чоловіки.

Зауважено, що молоде покоління більшою мірою орієнтоване на майбутнє за рахунок процесів цілепокладання, ніж старше покоління, яке звернене до вже dokonаних подій минулого. Крім того, отримані кореляційні зв'язки дозволили розширити і доповнити результати дослідження. Ті люди, які спрямовані в майбутнє, часто схильні аналізувати і прогнозувати свої дії, вибираючи той варіант, який більшою мірою веде до позитивного розвитку подій. Крім того, вони мають позитивний досвід у минулому, що допомагає їм оптимістично дивитися в майбутнє і рухатися до досягнення поставлених цілей.

У період ранньої дорослості людина починає повною мірою усвідомлювати свої бажання і прагнення, що дозволяє їй будувати плани і перспективи на майбутнє; життєві домагання і плани людини узгоджуються з визначеними термінами їх реалізації. У середньому віці тимчасовий акцент зміщується з майбутнього на сьогодні і минуле, тому й пріоритет з постановки цілей на майбутнє переходить на отримання задоволення в сьогоднішні або починає концентруватися на подіях минулого.

Дослідження показало, що люди, орієнтовані на майбутнє, прагнуть досягти успіху в своїй діяльності, вони готові управляти своєю поведінкою заради досягнення поставлених цілей. Крім того, вони аналізують і коректують власну поведінку, виходячи з результатів своїх дій. Також в рамках дослідження було помічено, що ті люди, хто прагне до цілепокладання і планування в своїх діях, частіше оцінюють своє минуле як позитивне. Це дозволяє припускати, що цілеспрямованість, рішучість і схильність до планування дозволяють людині досягати високих результатів, отримувати задоволення від діяльності і задоволення від життя.

Практичне значущість полягає в тому, що отримані результати можуть бути використані у розробці ефективних методів психологічної допомоги в сфері тайм-менеджменту, при розробці рекомендацій психологів щодо проблеми взаємозв'язку часової перспективи та цілепокладання, а також при консультуванні людей молодого та середнього віку; у сфері оптимізації емоційних станів і процесів самореалізації у процесі консультативної, тренінгової та корекційної роботи практичних психологів.

Перелік ключових слів: *часова перспектива, цілепокладання, особистість, рання та середня дорослість, свідомість, планування.*

SUMMARY

Deglina T. D. "Interconnection of the temporal perspective of personality and targeting at the stage of early and middle adulthood"

Qualification work of the 4th year applicant (in bachelor format), specialty «Psychology» (Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine, Department of Innovative Technologies in Pedagogy, Psychology and Social Work) is devoted to the problem of theoretical substantiation and empirical research of interrelation of time perspective of the person and goal-setting at a stage of early and average adulthood.

In science, there are two approaches to the study of time perspective: the objective approach considers the general laws of perception of time and the subjective, which focuses on the study of this concept in an individual context.

Most researchers consider the time perspective as a set of ideas of the subject about his past, present and future. It is important to consider the time perspective in conjunction with human goals and plans.

Goal setting is an important process in carrying out any activity, as it fills actions with meaning. In this case, the goals organize the activity and stimulate it towards its achievement. In most studies, goal setting is seen as the ability of an individual to set goals and achieve the desired result.

According to the results of experimental research in the work it is established that among women in early adulthood the highest indicators are noted on the scale "future", which indicates their temporary orientation towards the future. Among men of this age, the highest results are registered on the scale of "hedonistic present", which indicates their desire to have fun today.

It is substantiated that in the period of middle adulthood among women there are higher indicators on a scale that corresponds to the temporal orientation in the present than in early adulthood. It can also be noted that among men and women during middle adulthood, the values on the scale of "negative past" increase.

It has been determined that men have higher scores on the "fatalistic present" scale, which indicates that they are more likely to rely on external circumstances than women.

It is also shown that a number of features can be observed in relation to the ability to self-government: the ability to self-government in general is at an average level. The most developed in the process of goal-setting ability to make decisions and self-control; on the scale of "decision-making" it can be noted that with age there is a tendency to decrease in both women and men. At the same time, in early adulthood this figure is slightly higher in men, and in middle adulthood - in women; the results on the

scale of "self-control" show that women are more likely to control the process of movement to the goal than men.

It is noted that the younger generation is more future-oriented through goal-setting processes than the older generation, which is focused on past events. In addition, the obtained correlations allowed to expand and supplement the results of the study. Future-minded people often tend to analyze and predict their actions, choosing the option that leads more to positive developments. In addition, they have a positive experience in the past, which helps them to look optimistically into the future and move towards achieving goals.

In early adulthood, a person begins to be fully aware of their desires and aspirations, which allows him to build plans and prospects for the future; life aspirations and plans of the person are coordinated with the certain terms of their realization. In middle age, the temporary emphasis shifts from the future to the present and the past, so the priority from setting goals for the future shifts to enjoying the present or begins to focus on the events of the past.

Research has shown that future-oriented people strive to succeed in their activities, they are ready to manage their behavior in order to achieve goals. In addition, they analyze and correct their own behavior based on the results of their actions. The study also found that people who strive for goal setting and planning in their actions are more likely to rate their past as positive. This suggests that purposefulness, determination and a tendency to plan allow a person to achieve high results, enjoy work and enjoy life.

The practical significance is that the results can be used in the development of effective methods of psychological assistance in the field of time management, in the development of recommendations of psychologists on the relationship between time and goal setting, as well as in counseling young and middle-aged people; in the field of optimization of emotional states and processes of self-realization in the process of consultative, training and correctional work of practical psychologists.

Key words: *time perspective, goal setting, personality, early and middle adulthood, consciousness, planning.*

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ТА ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ В ПСИХОЛОГІЇ	7
1.1. Категорія часу та поняття часової перспективи.....	7
1.2. Поняття ціле покладання в психології.....	15
Висновки до першого розділу	22
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ОСОБИСТОСТІ НА ЕТАПІ РАННЬОЇ ТА СЕРЕДНЬОЇ ДОРОСЛОСТІ	23
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження.....	23
2.2. Результати емпіричного дослідження часової перспективи особистості та ціле покладання на етапі ранньої та середньої дорослості	27
2.3. Статистичний аналіз даних та інтерпретація результатів.....	38
Висновки до другого розділу	44
ВИСНОВКИ	46
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	48
ДОДАТКИ	