**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМООБМЕЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОЇ КРИЗИ**

Розвиток особистості неможливий без самообмеження.

Однак досягти реалізації всіх цих аспектів розвитку неможливо без самообмеження. І, як ми можемо бачити, вдавшись до своєрідної ретроспективи людського життя, то юнацький вік – це, як правило, період максимальної варіативності вибору: вибір освіти, професії, перший досвід стосунків тощо. Й усі ці аспекти ми означуємо поняттям «соціалізація особистості», яка, по суті, зводиться до відкидання неактуальних варіантів життєдіяльності, а отже, фактично, й до поступового зменшення подальшої варіативності вибору. Зрілу людину ми розглядаємо як таку, котра вже визначилася з фахом і ціннісними пріоритетами. Для зрілої людини її свобода – це не вибір, а можливість діяти в рамках уже здійсненого вибору. Тобто, це є та людина, котра вже здійснила вибір, удавшись до самообмеження в морально-етичному та соціальному планах. Літній вік, у свою чергу, являє собою, зазвичай, оцінювання досвіду; і вся активність літньої людини спрямовується на осмислення досвіду та його передачу новим поколінням. Таким чином, самообмеження постає не лише певною практикою, а має для життєдіяльності людини онтологічне значення.

Життєдіяльність людини неможлива без криз – вікових, професійних, світоглядних тощо. І кожен такий кризовий період має визначальне значення для всієї подальшої життєдіяльності: людина або долає кризу, зважуючись на вчинок і набуваючи нового досвіду, котрий за своїм значенням тотожний особистісним новоутворенням, або ж – приймає кризову ситуацію як даність, котра лише погіршується, оскільки на кризу, скажімо, в професійній сфері накладаються подальші вікові кризи. Кризи в особистісному розвиткові мають як ситуативний, так і загальний екзистенціальний характер, оскільки людина завжди стоїть перед викликами, яким вона не здатна протистояти.

Таким чином, у цьому розділі дисертації ми розглянемо ключові концепти, на яких і базуватиметься наше подальше дослідження. Насамперед, ми проаналізуємо концепт кризи як певної психолого-онтологічної даності людського існування. Зокрема, ми покажемо сув’язність криз у тих чи тих сферах життєдіяльності з екзистенціальними кризами.

Як приклад такого взаємозв’язку тривоги та невротичного страху, Р. Мей описує психотерапевтичну історію хлопчика (сина фермера), який переживав панічний страх перед конем. Завдяки терапії страх перед конем минув; однак у хлопчика виник страх перед трактором. Цілком очевидно, що в цьому випадкові має місце прояв не раціонального страху, а страху невротичного: екзистенціальна тривога, яка є первинним невротичним утворенням, дає про себе знати у страхах, тобто пов’язаних не стільки із самими предметами чи явищами, котрі переживаються як загрозливі, а з особливостями першопричини – витоками тривоги. У випадкові, який описаний Р. Меєм, джерелом тривоги була постать батька. Проявлення ж тривоги у вигляді страхів перед конем і трактором є цілком очевидним перенесенням – психологічним захистом, до якого хлопчик удався не тільки з огляду на неможливість реалізації негативних почуттів стосовно батька, а й з огляду на почуття провини, адже негативні почуття щодо власного батька – табу.

Як вибудовуються ці захисти? Дослідник докладно аналізує те, що можна позначити як «батьківський дискурс про смерть». …Померти – це те саме, що піти й не повернутися. Чи всі люди помирають? Усі. Коли? Тоді, коли стають дуже старими… Таке дискурсивне винесення смерті за рамки дитинства та молодості, максимальне віддалення перспективи смерті, фактичне її розмивання – і є захистом проти страху смерті. Смерть витісняється з теперішнього часу й виноситься за рамки вікових періодів, які доступні дитячому сприйняттю [209]. Смерть є, але її немає для дітей, кажуть батьки; смерть є, але й для батьків, які молоді, її теж нема. Її немає в цьому просторі дитинства та молодості, немає в найближчому просторі сприйняття; її немає в теперішньому часі, немає й у осяжному майбутньому. Смерть є десь в іншому просторі й іншому часі. По суті в такий спосіб конструюється образ старості – це і є той інший простір і той інший час, де є смерть. Відтак виникає дискурс про старість тотожний дискурсу про смерть. Типовий образ смерті в дитячій уяві – стара баба з косою. Чи конструктивні такі форми захисту? Вочевидь, так. Чи потрібні вони? Звісно. І поготів – вони об’єктивно необхідні, бо без цих форм захисту тривога смерті перетворюється на дисфорію. Ці форми захисту, разом із захистом проти тривоги сепарації – це прояви батьківської турботи. Важливим є і те, що ці захисти проти смерті, її трансценденція, як висловлюється І. Ялом, тобто винесення смерті до іншого простору та часу, назавжди залишаються складниками людської особистості. Тож і недивним є той факт, що й у зрілому віці люди вдаються до витіснення усвідомлення смерті.

**1.3. Відчуження як негативна форма самообмеження особистості**

Самообмеження, як і всякий феномен, має і позитивні, і негативні прояви. Конструктивне значення самообмеження пов’язане з процесом визначення ціннісних пріоритетів. Життєдіяльність особистості, зокрема й, скажімо, професійна діяльність, потребують конкретизації дальніх і ближніх цілей, корекції термінальних та інструментальних цінностей, тобто всіх тих дій, які уможливлюють самоорганізацію особистості з метою досягнення актуальних для неї цілей. Цілком очевидно, що, оскільки життєдіяльність особистості розгортається в суспільстві та культурі, то процес самоорганізації (включаючи всі його складники) перебуває під зовнішнім впливом. Життя в суспільстві потребує адаптації, котра, за типологією, яка була запропонована Г. О. Баллом, може здійснювались або як «адаптація до системи», або ж – «адаптація в системі» [12]. Таким чином, беручи до уваги соціально-психологічний контекст адаптації, цілком очевидно, що життєдіяльність особистості може набувати рис конфлікту чи конформного пристосування щодо певних норм.

Негативні прояви самообмеження докладно описані в науковій літературі. Поняття «відчуження» та, наприклад, «самозаперечення» усталені в соціальній психології й психології особистості. Однак згадані поняття досі не розглядалися дослідниками у зв’язку зі свідомим самообмеженням, котре є одним із складників процесу самоорганізації життєдіяльності особистості [14]. Зважаючи на значущість негативних аспектів самообмеження, наразі ми проаналізуємо їхні прояви та конотації їхнього трактування.

Насамперед ми звернемось до класичних концепцій відчуження й самовідчуження у рамках «філософії життя», екзистенціалізмі, психоаналізові та неофройдизмі. Особливу увагу у цьому контексті варто приділити концепції Е. Фромма, котрий здійснив спробу поєднати ідеї психоаналізу, марксизму й екзистенціалізму.

«Філософія життя» є протестом проти утилітарного трактування життя, його зведення до раціональних, політичних, за своє суттю, проявів. Життя як рух і становлення протиставляється статичному «буттю». Життя трактується як першооснова буття. Кожний індивід переживає себе включеним до якогось величезного життя, яке безпосередньо стосується його й навіть загрожує йому. І це життя недоступне раціональним методам пізнання.

Раціональна діяльність не сприяє цьому, оскільки вона, підмінюючи активність міркуваннями, паралізує волю до влади. Те ж саме, зазначає філософ, стосується тих цінностей, які обстоюються офіційним християнством і соціально-політичними ідеологіями.

Вагомий внесок у розробку концепції відчуження й самовідчуження зробив М. Гайдеґґер. Його концепція, викладена оригінальною мовою філософії існування, підсилила розуміння відчуження як одного із сутнісних вимірів історії й стимулювала подальшу розробку проблеми. Центральним поняттям філософії М. Гайдеґґера стало буття не в якомусь історично ілюзорному часі, а буття-тут – існування [11].

Розглядаючи питання про те, що означає воля для сучасної людини, чому і як вона прагне позбутися її, Е. Фромм зазначає: соціальна історія людини, починається з того, що вона виросла зі стану єдності із природою, усвідомивши себе як істоту відокремлену від навколишнього світу й від інших людей. Віддалення індивіда від первісних зв'язків Е. Фромм називає «індивідуалізацією». Доки індивід не втратив зв’язок із зовнішнім світом, він – не вільний. Разом із тим, ці зв’язки надають йому відчуття приналежності до чогось, мов би гарантують безпеку. Такого роду зв'язок, що існує до того, як процес індивідуалізації призводить до повного відокремлення індивіда, можна назвати «первинними зв’язками». У міру того як вони рвуться в індивіда виникає прагнення до свободи й незалежності. Але цей процес має два аспекти. Першим аспектом є розвиток особистості, який визначається здебільшого соціальними чинниками. Другий аспект індивідуалізації – наростання самотності, що породжує почуття беззахисності й тривоги. Доки людина була невіддільною частиною світу, поки не усвідомлювала можливостей, наслідків індивідуальних дій, їй не доводилося й боятися. Але, перетворившись на індивіда, особистість залишається наодинці зі світом, що породжує прагнення «відмовитися від своєї індивідуальності, побороти почуття самотності й безпорадності. Задіяти механізми порятунку й утечі».

Отже, особистість в процесі соціалізації й адаптації зазнає певних перетворень, котрі можна пояснити як процеси витиснення зі свідомого життя індивіда певних психічних явищ у сферу несвідомого. З. Фройд наполягав на тому, що в результаті негативного тиску соціальних умов на особистість потреби, які людина не здатна реалізувати, витісняються до сфери «несвідомого». Але «несвідоме» не зникає, а перетворюється на прихований динамічний фактор свідомої життєдіяльності. Таким чином, ірраціональне стає динамічним чинником, тінню особистості.

Згідно з Е. Фроммом, існують різні способи «втечі від свободи»: 1) підпорядкування, що передбачає відмову від власної незалежності й злиття свого «Я» з ким-небудь або із чим-небудь зовнішнім, тобто, життя особистості визначається силами, що лежать поза нею; 2) руйнація, яка виникає саме тоді, коли прагнення до творчості не може бути задоволене; 3) конформізм, коли індивід перестає бути самим собою й засвоює саме той тип особистості, який йому пропонує суспільство, тобто стає таким як усі, втрачає свою особистість.

У рамках психоаналітичної школи тема відчуження одержує нові імпульси й виступає вже переважно як проблема конфлікту культури й особистості. Тут відстоюється ідея про те, що антисоціальні примітивні прояви інстинктів, біологічних потреб людей, які не піддалися сублімації, у результаті тиску соціальних умов витісняються в несвідоме індивідів і залишаються прихованими динамічними факторами життєдіяльності. Це – «тіньова» сторона психіки й поведінки людини, що відіграє істотну роль у появі неврозів. У той же час, «тінь», будучи несвідомою протилежністю того, що індивід затверджує у своїй свідомості, виконує компенсаторну функцію – відтворює відому цілісність особистості тією чи іншою мірою задовольняє прагнення особистості до власної ідентичності.

Таким чином, обґрунтовано, що самообмеження має як позитивні, так і негативні прояви. Позитивні прояви ведуть особистість до здійснення раціонального та вольового вибору певної форми самоактуалізації. Негативні прояви спричиняються невротичними тенденціями в розвиткові особистості та неприйняттям образу власного Я. Доведено, що поняття «самообмеження» відображає важливі й особливі тенденції соціалізації особистості та її життєдіяльності. Відповідно, поняття «самообмеження» має евристичне значення для соціальної психології та психології особистості. Шляхом аналізу теорій «філософії життя», екзистенціалізму та психоаналітичних концепцій, показано, що відчуження трактується як наслідок репресивного впливу культури, що реалізується за посередництва соціальних інститутів. Відчуження може проявлятися в деструкції та конформізмі. Засобом запобігання відчуження є розвиток творчості.

**РОЗДІЛ 2**

**специфіка самообмеження фахівців з соціального забезпечення в умовах професійної кризи**

**2.1. Життєвий шлях особистості: від самообмеження до самоорганізації**

Соціалізація є процесом, який вимагає здійснення свідомого й раціонального вибору. Вибір передбачає відкидання альтернатив і прийняття особистістю відповідальності за ті чи ті вчинки. Таким чином, самообмеження є компонентом здійснення вибору. У свою чергу, самореалізація людини, зокрема й у професійній сфері, вимагає досвіду самоорганізації. Управління часом, розподіл ресурсів, прийняття й делегування обов’язків – всі ці компоненти самоорганізації включають і необхідність самообмеження особистості. Однак, самообмеження може мати й негативні прояви, спричинені як кризою соціалізації, так і деструктивними компонентами образу «Я».

Одним з факторів, що сприяє регулюванню взаємодії з навколишнім середовищем є самообмеження особистості. У цьому сенсі самообмеження проявляється як механізм, за допомогою якого відбувається регулювання поведінки згідно з ціннісними орієнтаціями особистості. Слід наголосити, що самообмеження стосується лише тих явищ, котрі людина бажає і може мати, але вони суперечать її цінностям. Бо якщо немає бажання або змоги це мати, то нема в чому себе обмежувати. Ще одною характерною для самообмеження рисою є те, що воно торкається бажань і потреб, які цілком прийнятні в суспільстві, відповідають його моральним нормам. Тобто можна говорити, що особистість позбавляє себе можливості реалізації в деяких аспектах буття.

Самоорганізація особистості – здатність до інтегральної регуляції природних, психічних та особистісних станів, якостей і властивостей, яка здійснюється за допомогою вольовими й інтелектуальними механізмів; самоорганізація проявляється в мотивах поведінки й реалізується в упорядкованості діяльності. Самоорганізація – це створення індивідуально-оптимальної особистісної й психічної системи; показник особистісної зрілості. Самоорганізація має різні ступені прояву. Вона не властива інфантильним суб'єктам, тобто тим людям, які в процесі індивідуального розвитку не мали умов для повноцінного становлення механізмів саморегуляції. Самоорганізація у них не набула цілеспрямованості, усвідомленості, контрольованості.

Окреслюючи соціальний аспект самоорганізації, роль криз і конфліктів у процесі розвитку особистості можна сформулювати таким чином: самоорганізація – важлива форма протидії зовнішнім, зокрема й соціальним впливам, що спрямовані на відчуження особистості. Самоорганізації властиві системність і адаптивність. Позитивний досвід самоорганізації може бути відтворений за будь-яких умов. А отже, переживши ситуацію успіху, завдяки досвіду самоорганізації, особистість здатна відтворити його в інших проблемних ситуаціях і конфліктах. Самоорганізація є результатом конфліктної взаємодії, в котрій суб’єкт намагається змінити існуючий порядок, узяти на себе відповідальність за наслідки конфлікту, за формування нових форм, необхідних для підвищення якості життя та діяльності [16].

Становлення особистості потребує усвідомлення соціальної організації й персональної самоорганізації як взаємозумовлених складників. Особистість як система, що самоорганізовується, формується шляхом подолання криз і вирішення конфліктів задля творчості та продуктивної діяльності. Самоорганізації властива структурність. Відзначимо, що Т. М. Дрідзе виокремлює п’ять рівнів соціокультурної організації суспільства, кожному з яких відповідає власний тип «суб’єктності»:

– загальносоціальний рівень суб’єктності: усвідомлення великої соціокультурної спільноти («ми-працівники»);

– інституційний рівень суб’єктності: інституційно-професійна свідомість («ми-фахівці»);

– організаційно-управлінський рівень суб’єктності: посадова, представницька свідомість («ми-керівництво»);

– груповий рівень суб’єктності: групова свідомість або усвідомлення умовних соціально-психологічних й соціокультурних груп («ми-молодь»);

– особистісний рівень суб’єктності: індивідуальна свідомість («Я»).

Беручи до уваги той факт, що особистість існує лише в суспільних зв’язках, то всі процеси самоорганізації окремої особистості відбуваються в сфері самоорганізаційних процесів ієрархічно вищих соціальних систем. Ідеться про соціальні системи від мікросередовища особистості до суспільства загалом. Як наголошує дослідник, самоорганізація особистості як системи має два аспекти: підтримування відносної стійкості структури та спричинення появи нових структур. Оскільки, структура особистості містить певні суперечності, які є джерелом розвитку, то її саморух постає саморозвитком – внутрішньо спричиненим процесом закономірної, необоротної, спрямованої зміни, що веде до появи нових якостей. Водночас є й процеси саморегуляції, підтримання стабільності структури особистості завдяки скоординованим реакціям сил, які компенсують вплив мінливих умов зовнішнього середовища.

Самовизначення, проявляючись як акт діяльності, завершує пізнання особистістю власних здатностей і цілей. І, являючи собою практику самоорганізації, реалізується у самообмеженні – відкиданні тих форм соціальної активності, які не мають актуальності з погляду дальніх і ближніх цілей розвитку особистості й при цьому суперечать процесу самоорганізації. Самообмеження особистості означає вибір людиною однієї потреби для актуального задоволення. Особистість обирає певну сферу діяльності, в якій може предметно реалізувати власні сутнісні сили, але водночас несе відповідальність перед собою та суспільством за відмову від багатьох інших варіантів самореалізації [14].

Самоорганізація особистості містить також наступну послідовність взаємопов’язаних процесів: самовповноваження, самопрограмування, самовдосконалення, самоактуалізація, самореалізація. Обравши певну діяльність, людина усвідомлює її кінцеву мету і проектує способи її досягнення. Це і є процес самопрограмування – вироблення ідеального образу свого життя, шляхом свідомого і цілеспрямованого планування власної діяльності. У ході самовповноваження потреба переростає в інтерес, відбувається вибір людиною деякого шляху розвитку і свідоме «призначення» нею себе на певний вид діяльності. Вміння утриматися від дії або діяти в потрібний момент не менш важливе для розвитку особистості, аніж власне загальне усвідомлення особистих здатностей.

Суперечності між ідеальним образом і реальними можливостями людини спричинюють самовдосконалення – діяльність, спрямовану на виправлення усвідомлених недоліків. Це здійснюється за допомогою самотренування і самоосвіти. Самотренування як діяльність із підвищення ефективності діяльності за посередництва повторюваних дій є напруженою працею, кінцева мета якої – якісно виконувати те, що людина хоче зробити. Самоосвіта – діяльність із самостійного підвищення кваліфікації, рівня власної освіченості за рахунок свідомого розширення спектру своїх можливостей. Цей процес передбачає самовиховання – свідоме впорядковування навиків, набуття актуального досвіду. До означеного спектру заходів входить і самонавчання – діяльність із отримання нових знань без допомоги сторонньої особи. Процеси самовдосконалення реалізуються у досвіді, котрий уможливлює актуальний образ особистості, на який вона орієнтується у своєму розвиткові.

Подальшим етапом є самоактуалізація особистості – процес максимальної концентрації для наступної ефективної діяльності, спрямованої на реалізацію певної мети. Від розуміння власних одиничних здібностей і прийняття відповідальності людина в процесі самоактуалізації набуває єдності між власною свідомістю, в якій важливе місце посідає образ Я-в-майбутньому (ідеальний образ) і досвідом діяльності. Таке максимальне злиття свідомості та досвіду є необхідним для самореалізації особистості. Викликають сумніви поширені тлумачення індивідуальної самореалізації як свідомого, цілеспрямованого процесу [18]. Самореалізація особистості завжди свідома тільки в широкому сенсі, що людина наділена свідомістю. Але не кожний акт самореалізації має усвідомлену мету, про що свідчать такі приклади:

– імпульсивне написання віршів чи картин, коли самі творці не здатні зрозуміти, як вони це зробили;

– створення матеріальних об’єктів, образи яких сформувалися у свідомості раптово;

– наукові досягнення, котрі відкрилися їхнім авторам випадково.

Тому в найзагальнішому вигляді процес самореалізації особистості можна визначити як об’єктивацію фундаментальної потреби особистості в самореалізації, механізмом якої є діяльність, а значення для сукупного процесу самоорганізації полягає у включенні особистості до соціокультурних систем.

В усвідомленні мети криється різниця між часто ототожнюваними процесами самореалізації, самовираження та самоствердження. Ми вважаємо, що єдиною метою самореалізації особистості є створення в зовнішньому середовищі об’єктів, які відповідають внутрішньому світу конкретної людини. Самореалізація – це діяльність заради самого процесу упредметнювання. Самовираження означає свідомий процес об’єктивації здатностей особистостей – її здібностей, уявлень, творчих нахилів, – спрямований на досягнення адекватного розуміння їх іншими. Іншу мету має особистість у процесі самоствердження – свідомої об’єктивації, спрямованої на отримання високої оцінки від себе та від інших людей.

Самовираження та самостверджування можуть наступати в результаті процесу самореалізації, можуть заміщувати його, але ані термінологічно, ані змістовно вони не тотожні. На нашу думку, тільки термін «самоздійснення» ідентичний за значенням терміну «самореалізація», наскільки можуть бути ідентичними слова, що походять із різних мов. Завдяки предметній і особистісній рефлексії досягається усвідомлення можливостей для саморозвитку та шляхів його здійснення. Людина набуває можливості проаналізувати власний досвід, а відтак і оцінити ступінь його конструктивності, прогнозуючи потенціал життєдіяльності.

Відтак, звернімося до позитивних і негативних проявів самообмеження, яке проявляється як інструмент (засіб) у процесі самоорганізації. Основним негативним змістом феномена самообмеження може бути значеннєвий (екзистенціальний) вакуум, наслідком якого є неприйняття людиною самої себе. Базові ознаки феномена самообмеження – часткова втрата особистістю почуття усвідомлення власного життя, переживання суб'єктності. Ці ознаки одночасно мають не тільки не тільки змістовий, а й операційний характер, що уможливлює практичне дослідження цього феномена і його взаємозв'язок з «образом Я» особистості.

Явище самообмеження пов'язане з «образом Я» особистості, його оцінково-афективними і меншою мірою – когнітивними складниками. Співвідношення цих феноменів носить взаємодоповнюючий характер. У своєму негативному аспекті самообмеження негативно позначається на самоставленні до існуючого «образу Я».

Самообмеження може носити не тільки негативний, але й позитивний характер, стимулюючи особистісні зміни. Адже цілком очевидно, що особистість є носієм і позитивного, і негативного досвіду. А в соціально-психологічному плані особисті включена до чималої кількості суспільних зв’язків; культура масового споживання, у свою чергу, стимулює виникнення безлічі потреб, причому не всі з них можуть бути актуальними для особистості. І негативний досвід певної діяльності, і усвідомлення вичерпаності тих чи тих соціальних зв’язків, і критичне оцінювання інформаційних повідомлень – усі ці кроки ведуть особистість до необхідності самообмеження. Максимально спрощуючи ситуацію, можна сказати, що самообмеження є практикою, спрямованою на те, щоб не повторювати колишні помилки; не марнувати час на спілкування, яке вже не приносить задоволення; не споживати товари, потреба в яких навіюється тільки рекламою.

У самообмеженні особистості до снаги бачити своєрідний онтологічний вимір. До прикладу, Аристотель писав: з однієї й тієї самої глини можна зробити амфору, а можна – цеглину; зробити амфору – означає не зробити цеглину. Від народження й у ранньому віці вибір за людину роблять її батьки чи вихователі; далі вибір за дитину робить школа: наприклад, які саме навчальні предмети й у якому обсязі дитина повинна засвоїти тощо. Становлення людської особистості нерозривно пов’язано з процесом здійснення вибору. Бути зрілою особистістю – означає бути здатним на персональний, свідомий і відповідальний вибір. Однак вибір завжди пов’язаний із самообмеженням – відкиданням альтернатив. Обрання, скажімо, певної професії накладає на людину певні обмеження, зокрема і морально-етичного характеру. І водночас, потреба в професійній самореалізації завше накладає обмеження на можливості людини присвячувати час хобі, або ж навіть родині. Таким чином, самообмеження, якщо воно здійснюється раціонально, свідомо і слугує реалізації певної значущої мети, пов’язаної з розвитком особистості, зокрема й професійним розвитком, є суто позитивним явищем.

Отже, існують різні типи обмежень, тому значення терміну залежить від контексту. На кожному рівні аналізу обмеження слід розглядати в конкретній ситуації. На основі теоретичного аналізу виділені основні інваріанти вживання поняття «самообмеження», які поєднує ідея втрати розуміння особистістю самої себе. Найбільш продуктивною, з погляду вивчення й розуміння феномена самообмеження, є теорія ідентифікації/відокремлення, у якій самообмеження виступає як результат крайніх форм ідентифікації (злиття) і відокремлення (відчуження). На теоретичному рівні була виявлена можливість позитивного впливу самообмеження на «образ Я» особистості і її розвиток у цілому.

Самообмеження – це феномен, який характеризується відокремленням особистості від власного «Я» або окремих його складових («образу Я», «рефлективного й екзистенціального Я», емоцій, потреб). Найбільш значимою категоріальною ознакою самообмеження виступає втрата змісту як зникнення особистісно значимих зв'язків індивіда із собою і світом. Суттєвою ознакою самообмеження також виступає втрата суверенності, яку ми розглядаємо як форму суб'єктності особистості.

Відчуження – це втрата людиною почуття власної суб'єктивності в спілкуванні зі значущими іншими, втрата ідентичності, а також роз'єднання із самим собою й своїм психічним досвідом. Позиція самовідчуження – це відчуття неповноти, обмеженості, ущербності свого «Я», супроводжуване негативними емоціями.

Соціальна самоорганізація формується упродовж життя під впливом соціального середовища, системи виховання, предметно-практичної та особистісно-рольової діяльності людини. Соціальна самоорганізація передбачає процес самопізнання, самовизначення, саморозвитку та самореалізації. Вона має вирішальний вплив на формування світогляду й морально-етичних переконань, на практичний вияв моральних почуттів. Самоорганізація особистості полягає у цілеспрямованості, активності, обґрунтованості мотивації та плануванні діяльності, самостійності й швидкості прийняття рішень, оцінюванні наслідків праці, почутті обов'язку.

Трудова діяльність вимагає управління часом – визначення пріоритетних завдань, конкретизації етапів діяльності, розподілу часу та ресурсів. Професійна діяльність також неминуче пов’язана з виникнення криз. Такі кризи зумовлюються або стиканням із проблемними ситуаціями, або зі змінами в Я-концепції, зокрема з трансформаціями в образі Я-професіонал. Вихід із кризових ситуацій потребує нових навиків управління часом і нових форм концептуалізації часу.

Незалежно від того як філософія та фізика тлумачать природу часу, для будь-якої людини час – це насамперед дні та роки її життя. Час майбутній – це можливість для діяльності; час минулий – здійснені плани чи ж змарновані надії; час теперішній – та мить, у яку заплановане чи лише сподіване може стати дійсним, або ж розкриється як нездійсненне.

Природні цикли зумовлюють той поділ часу, який фіксується в календарях і відображається на годинниках. Але навіть, якби ми жили в умовах нескінченого сонцестояння, вічної зими чи вічного літа, то все одно мали б уявлення про час. Бо вже саме наше тілесне існування – народження, дорослішання, зрілість і старіння організму – є тим «годинником», котрий точніше, аніж будь-який прилад чи рух небесного тіла, фіксує плинність і скінченність нашого існування. Намагаючись збагнути природу часу, ми, зазвичай, звертаємо увагу на природні цикли. Але природні цикли – це, власне, тільки цикли, а не час, не той лінійний час, який мислиться в рамках нашої культури. У природі немає векторного, неперервного руху, котрий ми іменуємо часом. Цей векторний час вмонтований лише в нашу тілесність і є властивістю нашого мислення.

Культура цілком і повністю визначає уявлення про час. Бо сáме культура конкретизує ті сенси й ті ймовірні цілі, які ми реалізуємо в діяльності. І сáме від детермінованого культурою уявлення про час залежить те, як соціалізовані в ній особи розпоряджаються часом. Вживане нами поняття «культурна визначеність часу» є поняттям загальним, яке охоплює й онтологічні вчення про час, і конституйовані наукою уявлення про час фізичний, і спричинені соціальними процесами переживання часу соціально-політичного, й зумовлену особистісним розвитком рефлексію часу персонального, у цьому контексті, звісно, лежить і релігійне трактування часу, представлене як в автентичній формі одкровення, так і формі секуляризованій.

Звернувшись до сьогодення, ми з усією очевидністю можемо бачити, що коли суспільство опановується новими ідеями, вважаючи їх актуальними та нагальними для здійснення, час ніби прискорюється. Суспільство охоплює своєрідна діяльнісна лихоманка: переладнати весь світ, і неодмінно, як закликав поет, «до останнього ґудзика», – це смисловий лейтмотив і домінантне соціально-психологічне переживання. Суспільство охоплює справжня «нетерплячка»: будь-які кроки здаються замалими, будь-які помисли задрібними. І часу в таких ситуаціях завше обмаль. Корпуси годинникових механізмів, наче замалі для планів і задумів.

Але є й геть інше сприйняття часу. Суспільство сприймає ситуацію ніби раз і назавжди дану. Контури світу визначені, речі на своїх місцях, сенси незмінні. Діяльність набуває чіткої регламентованості. По суті, перебіг життєдіяльності перетворюється на суцільну соціалізацію – від народження людини й до останнього дня її життя. У такі періоди людина приходить у визначений світ і йде зі світу (звісно ж, у визначений для неї час). У романі-дистопії О. Гакслі «Цей новий чудовий світ» зображується саме така ситуація: людина народжується біологічно запрограмованою для виконання певних соціальних функцій; так само, в потрібний для суспільства час, людина й іде з цього світу – з блаженною посмішкою на вустах. Жанр дистонії, до якого вдається О. Гакслі, дає йому можливість ухопити сутнісну характеристику сталого, вилученого з історичного виру суспільства, створення котрого домагається раціонально-утопічне мислення: максимум порядку дорівнює мінімуму свободи, дорівнює цілковитій деградації людської особистості.

З формального погляду, культурне сприйняття часу – це своєрідне обернено пропорційне відношення між соціально визначеними завданнями, які мають бути реалізовані в діяльності, та певною умовно взятою одиницею фізичного часу, скажімо, один рік; що більше завдань цілеуставновлює собі суспільство, то більшим є дефіцит часу. І навпаки, в ситуації, коли всі соціальні віхи зведені й розставлені всі крапки, час ніби розчиняється, оскільки по суті втрачає будь-який сенс: непотрібність діяльності робить непотрібним і час.

Одначе не лише суспільство встановлює цілі діяльності. Ненастанне цілеустановлення є посутньою рисою особистісного розвитку. Стикаючись із об’єктивними перепонами в розвиткові, а також цілком суб’єктивно роблячи для себе актуальними ті чи ті цілі, особистість формує і подієвий зміст свого життя, і власне переживання часу.

Персональні цілі, які ставить собі людина, звісно, завжди опосередковані соціальними цінностями та ціннісними орієнтаціями, як формами інтеріоризації тих-таки соціально визначених цінностей. Однак, це аж ніяк не означає, що людина, перебуваючи в культурному просторі, не здатна на вільний вибір, завдяки якому змінюється й культура – визначені культурою норми та пріоритети або доводяться до абсурду (й завдяки цьому стає очевидною необхідність «переоцінки цінностей»), або ж утворюються нові соціальні практики, які у відносному вимірі постають продуктивнішими.

Отже, як можемо бачити, в рамках організаційної й інженерної психології є рація виокремлення властивостей часу, прийняття до уваги котрих уможливлює «управління часом» [11]. Проте, як на наш погляд, теоретичні викладки зі сфери організаційної психології не завжди можуть беззастережно використовуватись у рамках, наприклад, вікової психології.

Питання про особливості психологічної феноменології часу ставиться й у працях інших авторів. Зокрема, М. Л. Смульсон виокремлює «види психологічного часу», котрі являють сабою форми рецепції: 1) «сприйняття часу», 2) «уявлення про час», 3) «концепція часу». Відповідно, під «сприйняттям часу» варто мати на увазі «психофізіологічний час, безпосереднє відчуття потоку часу, здатність відчувати й точно оцінювати часові відрізки». Це сприйняття безпосереднім чином залежить од психофізіологічних процесів: певні стани спричиняють ефект прискорення часу, інші – уповільнення.

Звернімо увагу на те, що цей прояв часу – здатність людини точно (чи хибно) оцінювати часові інтервали – є тим психологічним феноменом, який найкраще піддається експериментальному аналізу. У цім контексті привернімо увагу до дослідження, здійсненого групою російських авторів. До проведеного ними експерименту були залучені дошкільнята – діти від 2,5 до 6 років, розподілені до відповідних вікових груп. Експериментальне дослідження включало два етапи. Під час першого етапу, діти знаходили аналог звуковому інтервалу серед металевих стрижнів різної довжини: найкоротшому періоду звучання мав відповідати найкоротший стрижень, найдовшому, відповідно, найдовший. Під час другого етапу, дітям була запропонована ускладнена процедура: їм пропонувалося графічно зобразити (накреслити лінію відповідної довжини) тривалість того чи того звукового інтервалу, за тією-таки логікою: щокоротший інтервал, то коротшою мала бути лінія, і навпаки. Показово, що діти (навіть наймолодші) доволі успішно справились із завданням першого етапу дослідження. Однак, виконання завдання другого етапу викликало труднощі, які дослідники пояснюють ти, що процес графічного відтворення часового інтервалу, який потребував певного часу, накладався у свідомості дошкільнят на їхнє уявлення про сам звуковий інтервал. Відзначимо, що для обґрунтування цього пояснення, дослідникам варто було б фіксувати час виконання завдання. Тобто, якщо час, за який дитина виконувала завдання (креслила лінію), відповідав тривалості звукового інтервалу, то, запропоноване дослідниками пояснення можна було б вважати експериментально підтвердженим. Однак, дослідники не вдалися до цієї процедури.

Наразі ж варто акцентувати увагу й на такому теоретичному аспекті: тривалість є часовою характеристикою будь-якого процесу, але тривалість (протяжність) не є характеристико часу як такого. Тобто, вимірюючи час за відповідним еталоном, до снаги описати тривалість процесу, але, беручи за основу процес як еталон, неможливо описати час, якщо, звісно, не акцентувати увагу на тому, що таке «вимірювання» часу є суто умовним.

«Уявлення про час», як зазначає М. Л. Смульсон, – це «його свідома раціональна оцінка (інтерпретація). Дослідження свідчить, що уявлення про час залежить від когнітивних стилів, статевих і вікових особливостей, формується в діяльності (зокрема, професійній) і формує діяльність, отже, є важливим індикатором індивідуального стилю діяльності». Характеризуючи феномен «уявлення про час», необхідно акцентувати увагу саме на раціональності як ключовій ознаці. Тож, поставимо таке питання: наскільки уявлення про час може бути раціональним? Або ж, сформулюємо його по-іншому: наскільки наративне представлення часу може бути несуперечливим і відповідати раціональним принципам, приймаючись за достовірне? Вочевидь, принаймні так здається автору цієї статті, раціональне уявлення про час абсолютно неможливе. І причина цього полягає у тім, що наше уявлення про час, як показав І. Кант, є апріорним. Тобто «час» – це слово, за допомогою якого ми позначаємо властивість процесу, сама перцепція якого зумовлена властивостями нашої свідомості. Тобто, час без людської свідомості не існує. Відповідно, все, що потрапляє до поля людської свідомості набуває часового атрибуту. Таким чином, час – це не властивість речі, не властивість процесу як такого – процесу трансформації речі, – а властивість свідомості, яка сприймає річ: немає свідомості – немає і часу. Чи є час як такий, якщо виключити фактор свідомості? – відповіді на це питання немає і бути не може, оскільки будь-яка відповідь може бути дана тільки за посередництва свідомості. Відповідно, про яке раціональне оцінювання часу може йтися? Вочевидь, що раціональна оцінка часу можлива лише в певних умовних рамках: оцінюватися може не час, а тривалість, наприклад, тривалість написання цієї статті, або ж прочитання цієї статті, або ж – виконання будь-якої іншої функції. Такий, так би мовити, «час», справді, може і вимірюватись, і раціонально використовуватись, і плануватися. Щодо такого часу можливе раціональне уявлення. Однак, про час як такий жодні раціональні судження в принципі – неможливі.

«Концепція часу», своєю чергою, зазначає М. Л. Смульсон, – «усвідомлюється тільки частково. Це особистісний час, внутрішній, частково усвідомлений, частково такий, що складається з підсвідомих установок, "проект" часу, своєрідна внутрішня персональна філософія часу. Включає багато складних когнітивних і поведінкових схем, серед яких "події – рутинність", рефлексивна здатність до побудови трансперспективи (тобто, розвитку явищ і подій у минулому–сучасному–майбутньому), неусвідомлений сценарій долі, свідомий проект життя, персональна стратегія оволодіння часом свого життя та ін. Особистісний час експліцитується через стиль життя, стратегії особистості, які визначають результативність життя в цілому». Розкриваючи концепції часу, М. Л. Смульсон ґрунтується на результатах експериментального дослідження. Зокрема, з метою виявлення форм концептуалізації часу, які властиві суб’єктам, використовувалася методика «Кола часу». Суть цієї методики полягала в тому, що респондентам пропонувалося завдання – зобразити минуле, теперішнє та майбутнє свого життя у вигляді трьох символічних кіл. Зазначимо, що ця методика є достатньо верифікованою.

Таким чином, ми можемо бачити, що час – це складний феномен. По-перше, час як такий не піддається жодному раціональному оцінюванню. Можливі лише певні конвенції часу, прийняті еталони часу, але такі конвенції не тотожні часу як такому. По-друге, час – апріорне уявлення, яке саме є пізнавальним інструментом, однак є непізнаванним за допомогою того чи того інструменту. По-третє, психологічна феноменологія часу є надзвичайно різноманітною. Певна типологія «властивостей часу» може бути актуалізована в організаційній психології. Однак, її екстраполяція на інші сфери психології є не завжди виправданою. У рамках вікової психології продуктивним є експериментальний аналіз форм концептуалізації часу.

У психології ми маємо можливість спостерегти низку напрямків досліджень, у яких розкривається відношення людини до природного часу та власного хронологічного віку. Опредметнюючи це відношення, психологія вводить ряд концептів:

1) хронологічний вік людини (вік тіла) не тотожний віку психологічному (системі актуальних для особистості цінностей і ціннісних орієнтацій);

2) переживання людиною власного віку перебуває в суперечності із соціальними нормами, котрі визначають нормативність життєдіяльності – соціальний статус, соціальні ролі, норми споживання, поведінкові стереотипи і навіть особливості фізичного самопочуття, ув’язуючи всі ці прояви із хронологічним віком;

3) згадана суперечність виразно проявляється у вигляді вікових криз, коли очевидною стає невідповідність попереднього досвіду людини, її навиків діяльності та соціального статусу, тобто всіх тих набутків життєдіяльності, котрі були сформовані у попередній віковий період, із новими вимогами, які ставить перед людиною суспільство, відносячи до її нової вікової групи;

4) переживання людиною свого психологічного віку є різноплановим: у різних сферах життєдіяльності людина відносить себе до різних вікових груп;

5) переживання психологічного віку може набувати «дифузного» (мінливого, миготливого) вигляду, тобто переживання людиною власного психологічного віку навіть в одній і тій самій сфері життєдіяльності може ситуативно змінюватися, варіюючи, залежно від успішності чи не успішності діяльності;

6) у соціальному плані є рація виокремлювати окремі соціально-вікові кластери («вікові когорти»), домінування яких у культурному житті визначає уявлення про культуру загалом (нині, зазвичай, цим кластером є юнацька вікова група).

Отже, в психологічних дослідженням, що присвячені феномену психологічного віку, превалюють згадані концепти. Далі ми розкриємо ці основні погляди на феномен психологічного віку.

Проте в дослідженнях часових уявлень особистості істотну роль відіграють і теоретико-методологічні настановлення. Зокрема, якщо дослідники основну увагу приділяють активності людини в побудові системи Я-уявлень, то акцентується співвідношення реального та зверненого в майбутнє ідеального Я, що трактується як основний чинник формування Я-концепції. Якщо ж домінує ідея соціальної зумовленості уявлень людини про себе, а отже становлення Я-концепції пов'язується з інтеріоризацією соціальних норм, то на перший план виходить чинник досвіду, тобто минуло. Це зокрема: батьківські ідентифікаційні моделі, фіксовані в ранньому дитинстві стани Я, «значущі Інші». Якщо ж процес формування Я-концепції розглядається через призму ідентичності, то основна увага приділяється уявленням людини про своє найближче соціальне майбутнє, прагнення до набуття позитивної соціальної ідентичності. Питання ж про соціальні рамки ідентичності особистості ставиться в іншій площині: дослідники намагаються з'ясувати, наскільки важливою є для людини ідентифікація з людьми її віку (покоління).

Сама ідея включення в аналіз Я-концепції часових складників не нова. Однак дослідження, здійснені в останнє десятиліття, не тільки продовжили та розвинули її, але й зробили однією з центральних. Насамперед, це пов'язано із введенням до активного наукового вжитку поняття «Я-можливе». Нині більшість дослідників Я-концепції дедалі частіше виокремлюють поняття не тільки «реального», «ідеального», «минулого» та «майбутнього» Я, а й поняття «Я-потенційного». В опитувальниках модуси часу Я-концепції розкриватимуться завдяки судженням респондентів про власне Я, зокрема «Я-потенційне»: «я можу бути...» таким-то, якщо актуалізуються такі-то ситуативні й особистісні чинники.

Становить інтерес і трактування проблеми психологічного віку як психологічного явища, суть якого полягає в засвоєнні людиною нормативних для даного віку способів дій, мислення та поведінки. Вагоме значення має те, чи вдоволена людина тими чи тими подіями з її минулого, тими чи тими вчинками, адже в процесі життєдіяльності є тенденція повернення до стереотипних форм діяльності, вироблених у ситуації успіху, й навпаки – уникання проблемних ситуацій, тобто тих, котрі зафіксовані в досвіді як проблемні. Й саме в цьому контексті, пам’ятаючи про власні успіхи та поразки, продуктивні та непродуктивні навики, особистість і визначає пріоритети життєдіяльність – спрямованість власної життєвої активності.

Тут закономірним є й прагнення особистості відповідати тим віковим і соціальними стандартам, котрі встановлені культурою. Це прагнення яскраво проявляється під час вікових криз – очевидної для особистості суперечності між її хронологічним віком і тими очікуваннями, які накладаються на особистість соціумом (людина певного віку, за соціальними нормами, мусить відповідати певним стандартам). Вікові кризи – це точки конфлікту між, з одного боку, досвідом, самовідчуттям особистості, її соціальними досягненнями та, з другого – соціальними вимогами, образом особистості певного віку, котрий вироблений культурою й інтеріоризується в процесі соціалізації. І це той конфлікт, котрий спонукає людину до змін – особистісних новоутворень і соціальних досягнень (якщо, звісно, особистість успішно долає вікову кризу). Простіше кажучи, людина чітко усвідомлює, що оскільки вона набуває певного віку, то мусить набувати й тих соціальних атрибутів, які засвідчують її соціальну нормативність; ідеться про професійний статус, майнові атрибути, що «сигналізують» суспільству й самій особистості про ступінь її успішності/не-успішності, відповідно до соціальних критеріїв (норм, стереотипів).

Відтак, соціалізація у відповідній віковій категорії є необхідною для розвитку особистості. На зміну освоєному періоду, звісно, приходить нова криза – невідповідність статусу та досвіду новим, соціально визначеним нормативам. У цьому сенсі, рефлексія людиною свого віку є фіксацією нею ступеня власної відповідності або ж невідповідності встановленим соціальним стандартам. Ця рефлексія опосередковує також зіставлення сьогочасного соціально статусу та статусу попереднього (Я-сьогочасне зіставляється із Я-колишнім). Водночас Я певного вікового періоду (Я-сьогочасне) прогностично зіставляється із Я-майбутнім. Таким чином, людина завжди готується до переходу в інший віковий період, тобто усвідомлює необхідність реалізації тих завдань, які визначаються для неї культурою. Тобто життєдіяльність людини завше має прогностичний характер, є орієнтованою на майбутнє. І ключовим чинником такої орієнтації на майбутнє є культурна детермінація соціальної активності – професійних досягнень, майнового споживання, родинних змін тощо.

Повсякчас перебуваючи перед нереалізованими завданнями, котрі, мов горизонт, завше віддаляються із кожним пройденим кроком, людина переживає своєрідну тугу за тим віковим періодом, перебуваючи в якому вона почувалася значущою, по суті – соціально адекватною: її статус відповідав нормативному, її навики відповідали наявним завданням. Фактично, спостерігається певна ностальгія. Людина ідеалізує ті періоди життя, в яких почувалася комфортно; відповідно й ідеалізує психологічний вік, у якому вона перебувала, прагнучи повернутися в значущий для неї віковий період (реалізованість психологічного часу усвідомлюється людиною у формі особливого переживання свого «внутрішнього» віку, який може бути названий «психологічним віком особистості»). Минуле постає для неї в більш виграшному світлі, аніж теперішній період її життя.

Й у цій ситуації може виникати феномен конструювання психологічного часу, зокрема, минулого – формування образу уявленого минулого, якого насправді не було. Є очевидна тенденція: що складнішою є соціалізація людини в новому віковому періоді, тим «ідилічнішим» видається людині її минуле; при цьому, образ сконструйованого минулого інколи переноситься й на майбутнє, яке також починає конструюватися в оптимістичних барвах. Таке уявлене майбутнє набуває беззастережно ірраціональних рис. Якщо людина нездатна вказати на раціональні причини, котрі уможливлять реалізацію уявленого майбутнього, то має місце фактичний розрив між рівнем домагань, із яким особистість пов’язує власне майбутнє, й розумінням ближніх цілей життєдіяльності, реалізація котрих і уможливлює досягнення рівня домагань.

Таким чином, можна бачити, що особистість, рефлексуючи власний вік і соціальну ситуацію, завше, мовби нетотожна сама собі. Вона повсякчас опиняється перед необхідністю співвідносити себе, свої можливості, здібності, знання (тощо) з об'єктивними обставинами, умовами й іншими людьми; завжди має потребу ставитися до себе й бачити себе не тільки такою, якою була у минулому або якою бачить себе нині, але й такою, якою може і має бути в майбутньому. Так формується своєрідний диктат майбутнього, який є, значною мірою, зумовленим диктатом культури – уявленим поглядом на людину інших представників соціуму. Таке ставлення до себе, погляд на себе «очима інших», ставлення до свого минулого, теперішнього та майбутнього, порушує тотожність особистості самій собі. Уявити себе одразу в усіх трьох часових вимірах – означає оцінити свою роль у подіях минулих, теперішніх і майбутніх. Але вся справа в тому, що ґенеза будь-якого уявлення про майбутнє має у своїй основі цілепокладання – зовнішню життєву необхідність долати об'єктивні протиріччя, які виникають у процесі вікової соціалізації.

Порушення людиною «тотожності самій собі» зумовлене усім процесом життєдіяльності. Це є розбіжність сформованих потреб, здібностей, умінь, знань (тощо), тобто всієї суб'єктивно пережитої біографії з її ж таки предметним світом, із потребами та здібностями інших людей, що зумовлює усвідомлення необхідності в нових знаннях і вміннях, покликаних вирішити протиріччя нового вікового періоду.

Соціальні та культурно-історичні умови позначаються на соціально-психологічному сприйнятті часу. Особистісне сприйняття часу неможливо відділити од сприйняття часу соціального, та, зрештою, й непотрібно. Людина живе у своїй історичній епосі, з її війнами, кризами, економічними піднесеннями та культурними злетами (хоча останні трапляються значно рідше, аніж війни та кризи). Відповідно сприйняття людиною соціальних і загалом культурних подій істотно відбивається на змісті особистісної рефлексії. Людина мовби синхронізує власне соціальне й особистісне життя із соціальними та культурними епохами, так само як синхронізує власну життєдіяльність із природними циклами.

Таким чином, ми можемо бачити, що соціальний і культурний масштаб оцінювання людиною власного часу життєдіяльності є вельми важливим. Відповідно, оскільки соціальні відносини та культурні процеси завше присутні в життєдіяльності людини, то й усвідомлення їхнього впливу на сприйняття людиною власної життєдіяльності та її конструювання набуває вагомого значення. Фактично таке усвідомлення є уможливленням конструктивності особистісної та соціальної рефлексії. Людина мусить розуміти взаємозв'язок цього усвідомлення з власним минулим і майбутнім, можливість подолання обмеженості індивідуального життя в різних її формах.

Останнє тісно пов'язане з поняттям психологічного часу – відображенням у психічному світі людини системи часових відносин між подіями та її життєвим шляхом. Що ж імплікує психологічний час? Насамперед, це: 1) оцінка послідовності та швидкості перебігу різних подій життя; 2) переживання стислості й розтягнутості, обмеженості та безмежності часу; 3) приналежність подій життя до сьогодення і віддаленість їх у минуле чи майбутнє; 4) усвідомлення віку, уявлення про ймовірну тривалість життя. Психологічний час не прямо відображає хронологію перебігу подій у житті людини, а визначається складною системою взаємозумовлених зв'язків між подіями («причина – наслідок», «мета – засіб»), а також змінами, що відбуваються в психічному просторі людини.

Й у цім контексті особливого значення набуває феномен усвідомлення особистістю власного віку як складника психологічний часу. Поняття «вік» є багатоплановим. Слушно виокремлювати чотири його підвиди: а) хронологічний (умовно кажучи, «паспортний»), б) біологічний (психофізіологічний, функціональний), в) соціальний, г) психологічний. Психологічний вік дуже тісно пов'язаний із поняттям «психологічного часу», зокрема із тим, як людина оцінює свій вік із соціально погляду та з погляду самовідчуття.

Є певна закономірність у тому, як люди певних вікових груп (поколінь) оцінюють свій вік. Так, у процесі експерименту оцінювали свій вік молоді люди (від 20 до 40) і люди старшого віку (від 40 до 60). Виявилося, що чим молодша людина, тим старшою вона собі здається, тобто має місце переоцінювання свого психологічного віку, а також переоцінювання в бік завищення віку представників старшої вікової групи, тобто більш старші особи здаються іще старшими, аніж вони є; скажімо, двадцятилітні жінки сприймають тридцятилітніх жінок як «старих». Однак після 40 років спостерігається зворотна тенденція – люди, зазвичай, сприймають себе молодшими, аніж вони є насправді. І чим старшими вони стають, то більше занижують свій психологічний вік; відповідно – й занижують вікову оцінку осіб молодших за себе (ті їм взагалі здаються «дітьми»).

Психологічний вік має деякі характерні особливості: вимірюється за «внутрішньою шкалою відліку», що властива кожній особистості; певною мірою психологічний вік є зворотним, тобто людина може молодіти і старіти за рахунок збільшення питомої ваги психологічного майбутнього або зменшення психологічного минулого; психологічний вік може не збігатися в різних сферах життєдіяльності людини (наприклад, в особистому житті чи в діловій сфері); зазвичай, перехід від одного психологічного віку до наступного супроводжується психологічними кризами; вікові кризи – це свого роду «поворотні пункти», психологічні переломи на життєвому шляху людини.

Коротко зупинімося на достатньо вивченому в психології феномені вікових криз. Як правило, вікові кризи розгортаються у такі періоди: в дитинстві – 6-7 років; у підлітковому віці – 12-14 років; у юнацькому віці – 18-19 років, 25-26 років. А далі переломи настають кожне десятиліття – 30, 40, 50 і так до 70, а потім через кожні 5 років. Людина ніби підводить підсумки свого життя за десятиліття і будує плани на майбутнє. Психологічна криза у 40-річних оцінюється як криза середини життя. Сила цієї кризи визначається тим, наскільки істотною є розбіжність між цілями, задумами та планами, які були поставлені в молоді роки, й тим, як вони реалізовані. Криза середини життя допомагає людині переосмислити прожиту частину життя і намітити перспективу життя так, щоб залишатися активним і потрібним людям.

Протягом свого життя людина переживає п'ять основних періодів: народження, дозрівання, зрілість, старіння і старість. Кожен віковий період має свої особливості. Водночас, спостерігаються два професійних піки. Перший пік, зазвичай, припадає на вік 30-35 років, коли людина вже є здатною на «революційне» переосмислення предмету власної діяльності. Другий пік пов'язаний з мудрістю, зрілістю людини, що має великий життєвий досвід, – вік 50-60 років; така людина здатна на узагальнення, створення своєї школи, може бути мудрим організатором і керівником.

Особистість розвивається постійно, хоча деякі психофізіологічні функції мають тенденцію до регресу – зір, слух, мимовільна пам'ять і увага, час реакції. Кожному віковому періодові властиві свої психологічні особливості: нестійкість і максималізм молоді; висока працездатність і професіоналізм дорослої людини; підвищена вразливість, інтерес до спілкування, втомлюваність людей старшого віку.

Переходячи від структури психологічного часу до його феноменології, можна припустити, що реалізованість психологічного часу усвідомлюється людиною у формі особливого переживання свого «внутрішнього» віку, який на відміну од хронологічного, біологічного та соціального може бути названий *психологічним віком особистості*. Попри те, що поняття «психологічний вік» нерідко згадується в науковій літературі, однак найчастіше воно асоціюється з віком психічних або психофізіологічних функцій, найбільш яскравим прикладом чого є «інтелектуальний вік», який визначається шляхом зіставлення результатів розв’язку людиною різних тестів із середніми результатами у віковій групі, до якої людина належить.

Важливий складник особистісної картини життєвого шляху – уявлення про взаємозв’язок між часовими характеристиками життя: тим, що вже відбулося; тим, що відбувається, і майбутнім.

Нині практично недослідженим залишається питання про ставлення людини до власного віком. Як об'єктивна хронологічна міра часу життя трансформується в самооцінку віку? У внутрішньому почутті віку вагому роль відіграє переживання часу. Час може здаватися втраченим, і тоді виникає відчуття, ніби «жив менше свого віку». Поряд з відомими вимірами віку є також і особливий аспект, пов'язаний з його суб'єктивною оцінкою. Можна припустити, що людина оцінює себе молодшою або старшою, виходячи з серйозніших підстав, аніж просто бажання бачити себе в тому віці, який здається найбільш привабливим.

Отже, ступінь реалізованості психологічного часу є інтегральним суб'єктивним чинником формування самооцінки віку. Наразі вагоме значення мають уявлення особистості про імовірну тривалість її життя, про кількість прожитих і майбутніх років. Якщо при часовій децентрації змінюється тільки точка споглядання, з якої людина озирає своє життя, займаючи при цьому позицію пасивного спостерігача, то активне творче ставлення до власного життя передбачає інший шлях саморегуляції, який може бути названий *реконструкцією суб'єктивної картини життєвого шляху особистості.*

Зокрема психологічна «старість» може наставати для людини й у відносно молодому віці, коли вона більшість значущих подій відносить до минулого і не бачить у них засіб реалізації майбутніх значущих подій. У цьому разі минуле стає замкнутою, самодостатньою системою, відірваною од майбутнього людини, її життєвої перспективи, а сама людина психологічно збільшує свій вік, передчасно наближаючись до старості, якщо не в біологічному сенсі, то, принаймні, у сенсі самовідчуття.

Загалом, дещо спрощуючи проблему, чи, радше, зводячи її до самої суті, йдеться про те, що особистість, прагнучи до продуктивної та повноцінної життєдіяльності, має конструювати раціональні взаємозв’язки між подіями власного життя, тобто будувати причино-наслідкові структури. Це означає, що планування майбутньої діяльності має ґрунтуватися на раціональному оцінюванні попереднього досвіду. Але передумовою цього акту є усвідомлення цього-таки досвіду, а також його усвідомлення саме в якості потенціалу для подальшого розвитку. Відповідно, саме на цьому ґрунті, вікова децентрація може сприяти актуалізації людської життєдіяльності.

Підводячи підсумок розгляду теоретичних і експериментальних підходів до проблеми психологічного часу, слід ще раз зазначити, що основні лінії дослідження – психологічний вік (часова ідентичність) і психологічний час – не тотожні. Усвідомлення часу свого існування – важливе доповнення до усвідомлення власної ідентичності, й реалізуючись завдяки осмисленню людиною свого психологічним часу у взаємозв'язку з соціальним часом та епохою, породжує певну «концепцію часу», властиву кожній особистості.

**2.2. Методи дослідження концептуалізацій часу: критичний дискурс-аналіз, наративний аналіз**

Уявлення про час – це є базовий онтологічний концепт. І навіть, якщо людина не годна чітко сформулювати те, яким є її уявлення про час, то це ще не означає, що цього уявлення вона немає взагалі. Не здатність понятійно передати розуміння часу зумовлена вкоріненістю часу в усю тканину буття та життєдіяльності; відтак сформулювати судження про будь-що, вилучивши із нього фактор часу, – абсолютно неможливо. Людина, оскільки вона є соціалізованою в культуру, поділяє базові уявлення про час, котрі властиві культурі. Відповідно, уявлення про час набуває характеру «саме собою зрозумілого». Уявлення про час – це та нормативність, яка в принципі не може піддаватися сумніву, оскільки й піддавати її сумніву немає рації. Час – це не предмет спору, конфлікту чи будь-яких відносин. Тільки на певному рівні абстрагування ми починаємо розуміти, що будь-які спори, конфлікти та відносини так чи так мають своїм предметом час. (Звісно, не лише час, але серед іншого й час.) І тільки, коли спір чи конфлікт набуває вкрай принципового характеру, час може стати безпосереднім предметом обговорення. Таким чином, очевидним є надзвичайно фундаментальний характер уявлення про час. І саме через конкретизацію цього уявлення до снаги виявити посутні риси тої чи тої культури, ключові особливості відносин і сутнісні риси особистісної рефлексії.

Дискурс-аналіз у психології.

Наразі ми маємо намір дослідити концептуалізацію часу, яка має місце в провідній групі соціогуманітарних теорій сучасності, – дискурс-теоріях. Дискурс-теорії набули достоту універсального характеру. Вони позиціонуються як придатні для пояснення чи не всіх сфер соціального та приватного життя. Зародившись на стикові філософії, мовознавства та психології, дискурс-теорії нині цілком успішно застосовуються як пізнавальні парадигми та дослідницькі методи не тільки у згаданих науках, а й у соціології, політології, мистецтвознавстві й інших галузях знання. Всепроникність дискурс-теорій зумовила перетворення їх базових принципів і низки висновків на справжнє явище сучасної культури. Бо ті уявлення, котрі первинно були властиві поняттєвому полю лише дискурс-теорій, наразі перетворилися на тривіальності. Постулати дискурс-теорій уже набули характеру очевидностей, висловлених «із погляду здорового глузду». Але судження «з погляду здорового глузду» – це ті судження, проти яких від початку радикально виступили фундатори дискурс-теорій. Дискурс-теорії потрапили в пастку вульгаризації, якої, однак, не оминули й попередні провідні теорії.

У своїй монографії «Дискурс-аналіз: теорії та метод» Л. Філліпс і М. Йорґенсен цілий розділ («Дискурсивна психологія») присвячують дослідженню впливу психології на становлення дискурс-теорій, а також розкриттю практик застосування дискурс-теорій і дискурс-аналізу в психології. Кажучи про становлення дискурс-теорій, зазначимо, що в другій половині ХХ ст. у філософії та соціально-гуманітарних науках відбувся так званий «лінгвістичний поворот». Розвиток лінгвістики, семіотики та герменевтики уможливив вироблення методів аналізу культурних феноменів як відображень мовної діяльності. По суті «лінгвістичний поворот» став продовженням феноменологічної традиції в європейській філософії, яка акцентувала увагу на розгортанні феноменів у культурі. У рамках «лінгвістичного повороту» феномен постав як річ, зумовлена структурою мови. Смислове синтезування понять «феномен» і «мова» й дало поняття «дискурс» – мовне явлення речі. Гуманітарні науки протягом усього ХХ ст. виказували інтерес до феномена мови. Саме в мові почали вбачати джерело найавтентичнішого знання про світ.

Суттєве значення має чинник часово-просторової та когнітивної зумовленості оцінювання реципієнтом дискурсу. Тобто, по суті дискурс-теорії виводять аргументацію, її добір і її оцінювання із об’єктивно-раціональної до посутньо суб’єктивної площини. Саме тому в дискурс-теоріях (насамперед пов’язаних із традиціями постструктуралізму) простежується радикальна відмова від будь-якого есенціалізму. Відповідно, у функціонуванні дискурсів особливе місце належить оцінюванню аргументації – дискурсів у найширшому сенсі. Тобто має значення не лише сам змістовий добір повідомлення, а також форма його подачі (репрезентації, представлення), та чинники, які зумовлюють прийняття/ неприйняття того чи того дискурсу [20]. Тож, дискурс – це «такі форми соціального контролю над мовними смислами, в яких певний підбір тематики, стилю, лексики, порядку мовлення та слухання, пауз, міміки й жестів обмежують свободу адресата у виборі відповіді».

Теорія дискурсу, відзначає Я. Торфінґ, переконала багатьох провідних теоретиків звернути увагу на такі проблеми, як парадигматика знання, формування ідентичності, дискурсивне конструювання норм, цінностей і символів.

У книзі М. Йорґенсен і Л. Філліпс «Дискурс-аналіз: теорія і метод» провадиться порівняльний аналіз трьох теоретико-методологічних підходів до дискурс-аналізу. Цими трьома підходами, які аналізують дискурс із позиції соціального конструкціонізму, є: 1) дискурс-теорія Ернесто Лакло і Шанталь Муфф, 2) критичний дискурс-аналіз (КДА), 3) дискурсивна психологія. Порівняльний аналіз трьох теорій дискурсу автори будують на основі, по-перше, розкриття основних рис соціального конструкціонізму, який постає як метапарадигма, що об'єднує всі три теорії дискурсу; по-друге, виокремлення відмітних особливостей кожної теорії за допомогою методу позиціонування. Кожен підхід, – пишуть автори, – має свої власні філософські та теоретичні передумови, що включають особливе розуміння дискурсу, соціальної практики та критики. Ці передумови впливають на цілі, методи й акценти в емпіричних дослідженнях.

Дискурс-теорії, попри критику ([159]), широко застосовуються з метою пояснення психологічних феноменів, насамперед таких соціально-психологічних явищ як засвоєння тих чи тих соціальних уявлень і норм [24]. Нормативність – це, загалом, одне з ключових понять дискурс-теорій. Причому, нормативність апріорі сприймається як негативно конотований феномен. Вважається, що будь-яка нормативність неминуче передбачає і такий конструкт як не-нормативність, який екстраполюється на Інших. Відповідно, сáме нормативність є одним із джерел соціально-психологічних упереджень і поведінкових практик, спрямованих на маргіналізацію Інших.

Спогади як предмет наративного аналізу.

Методи дискурс-аналізу можуть широко застосовуватись у соціальній психології. У рамках психології особистості актуальнішим є наративний аналіз. Залишімо за дужками всі питання про природу часу, натомість зосередимося тільки на проблемі відношення людини до власного минулого, теперішнього та майбутнього, визначаючи предметом дослідження – наративні форми представлення життєдіяльності. З цією метою ми розкриємо теоретичні основи використання наративних методів дослідження в психології й акцентуємо увагу на проблемних аспекти їх застосування.

Відтак, наративи – спогади про минуле, розповіді про теперішнє та міркування про майбутнє – завжди являють собою текст. У довідникових виданнях «текст» визначається як «сукупність записаних слів, що формують логічну або мистецьку цілісність», «осмислена послідовність словесних знаків, що має якості складності й цілісності, а також властивість не надавати узагальнені висновки з суми значень, що її складають». У семіотиці текст – це будь-яка організована сукупність знаків, що розгортається у часі та просторі, наприклад, дійство як текст. Традиційно під текстом розуміється будь-який записаний твір, а також його частка або уривок.

У герменевтиці використовується метод аналізу текстів, запозичений із екзегетики. У тексті виокремлюються: 1) буквальне значення, 2) історична відповідність, 3) принцип єдиного значення, 4) контекст, 5) лексика, 6) граматика, 7) паралельні посилання. Проблема тексту та його розуміння постала як одна з важливіших у герменевтиці. Текст, відповідно до формулювання Г.-Ґ. Ґадамера, розглядається як «простий проміжний продукт, фаза в події порозуміння, що як така залучає також певну абстракцію» [46, с. 304]. Однак, на думку Г.-Ґ. Ґадамера, лінгвіста не стільки сприяє розумінню справи, про яку йдеться в тексті, скільки власне мови тексту. З герменевтичного погляду, єдине що є найціннішим – це розуміння сказаного у тексті, а функціонування мови – лише передумова цього процесу, адже для Г.-Ґ. Ґадамера текст – це передусім «послідовність знаків, яка фіксує змістову єдність чогось мовленого, – також у тому випадку, коли це мовлене відчужене від мовця і записане кимось іншим».

Дослідники відзначають деякі протиріччя в тлумаченні поняття «текст». У буденній свідомості, а також наукових студіях, «текст» асоціюється з письмовою формою комунікації. Однак основна частина мовної діяльності здійснюється усно. Тож, попри те, що весь понятійний і методологічний апарат сучасної семіотики формувався, маючи предметом письмові тексти, нині варто брати до уваги й масу усних мовних представлень. На цей аспект звертає увагу й Н. В. Чепелєва. Зокрема, конкретизуючи вжиток поняття «текст» у психології, Н. В. Чепелєва зазначає, що це поняття має тлумачитись у широкому семіотичному сенсі – і як текст, представлений у письмових джерелах, і як повідомлення, що породжується клієнтом у процесі, і як текст, який творить людина у внутрішньому діалозі, намагаючись осмислити, зрозуміти себе, свій досвід, власні проблеми. Таким чином, текст виступає засобом інтерпретації не лише навколишньої дійсності, але й іншої людини, а крім того, – одним із провідних засобів саморозуміння. Відтак, Н. В. Чепелєва акцентує увагу на тому, що текст постає моделлю реальної міжособистісної взаємодії учасників комунікативного процесу, діалогу двох суб’єктів стосовно тих чи інших проблем. Самé повідомлення при цьому виступає не просто як автономна система знакових елементів, а як підсистема більш складної системи мовної комунікації. Тобто, в тесті закладені, з одного боку, мета та комунікативний намір автора повідомлення, з іншого – програма роботи реципієнта з ним. Таким чином, ми можемо бачити, що «текст» є базовим предметом наративного аналізу.

До світу неправильних текстів залучаються слабкі, проблемні герої, або найдобріші особистості, що програють у боротьбі з реальністю, а також симпатичні авантюристи, що втікають від закону, сильні й неподоланні злочинці. Світ, що зображений у таких текстах, немає сенсу, бо він непридатний для життя, тому виконання запропонованих норм і правил є безглуздим, а іноді й трагічним. Неправильні тексти зображають наш світ таким, у якому поразка є свідоцтвом моральності, бо доброчесність у ньому гине. У неправильних текстах офіційний світ поданий як несправедливий, а його правила як хибні. Хоча неправильні тексти справляють песимістичне враження, вони наголошують на значущості індивіда і вказують на відносність традиційних групових цінностей.

Показово, що правильні та неправильні тексти однаково популярні й співіснують у межах буденної свідомості, створюючи необхідну амбівалентність, відчуття осмисленості існування. Однак, якщо цілісність порушується, одне з протиріч зникає, виникають складні конфлікти» на рівні особистості, духовні кризи на рівні культури. Водночас, із суто психологічного погляду, правильні та неправильні тексти відображають два окремих погляди на становлення особистості. У правильних текстах головний герой має здійснити фактично тільки один правильний учинок – вибір, який власне й підтверджує його прихильність до добра, людяності, великодушності тощо. І цей правильний учинок (доцільність якого усіляко завуальовується, адже в тексті має залишатися інтрига) визначає подальший, майже магічний, розвиток подій – усі негативні персонажі виявляються покараними та присоромленими. Такий контекст правильного тексту розкриває уявлення про нормативну соціалізацію особистості: їй потрібно зробити вибір на користь добра. Відтак, можна бачити, що базовим предметом оповіді в правильному тексті є тема соціальної *ініціації –* входження особистості до соціуму, в якому вже визначені нормативні уявлення про доцільні та неприйнятні поведінкові форми.

Але зовсім інший психологічний контекст розкривається в неправильних текстах, оскільки текст цього типу виникає в умовах, коли традиційний соціум вже не існує. Відповідно й тема ініціації, яка також звучить у неправильних текстах, набуває геть іншого змісту – ініціація до кримінальних структур, скажімо. Однак, цей сюжет є маргінальним у неправильних текстах, і такі тексти підспудно тяжіють до відновлення позитивної соціальної структурованості через акт заперечення, а отже, переважно, попри розповідь про негативні події, являють собою правильні тексти. Головною ж – є тема входження суб’єкта до соціуму, в якому взагалі немає визначених нормативів. Звідси і тема – самоутвердження особистості: Я проти всіх, Я проти нонсенсу світу. Завдяки такій розстановці акцентів, нормативний центр зміщується з обширу світу до обширу особистості. Тобто, якщо в правильних текстах центром порядку, добра та краси є світ (Батьківщина, родина, соціальна група тощо), то в неправильних – особистість, або ж наявність такого центру взагалі заперечується; якщо в правильних текстах суб’єкт має лише інтуїтивно зробити належний вибір і негайно отримає підтримку світу (як наприклад, згадаймо фільм С. Спілберґа «Врятувати рядового Раяна»), то в неправильних – інтуїтивний чи раціональний вибір добра, або ж інших позитивних цінностей, не гарантує нічого, крім приниження. Прикладом такого неправильного тексту є роман Ф. Фіцджеральда «Величний Ґетсбі».

Відзначимо й іншу типологію текстів, яка запропонована Г.-Ґ. Ґадамером. Конкретизуючи засади герменевтичного розуміння текстів, він розрізняє: з одного боку, письмово зафіксований текст, тобто емінентний (справжній літературний) текст і, з другого – просте повторення, висловленого в розмові. Крім того, як форми комунікативної мовної поведінки виокремлює: а) антитекст, б) псевдотекст, в) передтекст.

Антитекст – мовлення, що опирається текстуванню, оскільки розгортається в певній ситуації, котра й визначає зміст мовлення. Сюди належать різноманітні жарти, те, що ми не сприймаємо всерйоз – іронія. Передавання іронії в письмовій формі потребує не лише відображення змісту мовленого, а й докладного зазначення ситуації. До антитекстів належить також використання цитат у спотвореній формі.

Очевидно, що методи лінгвістичного аналізу можуть застосовуватися з метою дослідження автонаративів, скажімо, спогадів. Але очевидним є і те, що завдання, які стоять перед психологом, зумовлюють необхідність використання й специфічних «маркерів», послуговування котрими уможливлює конструювання психологічної картини – особистості автора наратива. Аналіз наратива, викладеного у вигляді автобіографії, розповіді або історії, може виступати у якості діагностичної процедури в процесі дослідження особистості як у психотерапевтичній ситуації, так і в ситуації психологічного експерименту». Насамперед, за міркуванням Н. В. Чепелєвої, увага має приділятися: характеристиці життєвої ситуації (буденність проблемність, критичність); завершеності/незавешеності життєвої ситуації (ступінь актуальності оповіді щодо контексту життєвих подій); емоційному станові оповідача; характеристиці комунікативної ситуації («адресної спрямованості оповіді», «комунікативних намірів оповідача», ситуативної «керованості/некерованості породження наратива»).

Таким чином, ми можемо бачити: автонаративи, попри те, що на перший погляд вони можуть здаватися невпорядкованими, завше містять певні психологічні структури, котрі можуть бути виявлені в рамках психологічного аналізу. Разом із тим, очевидним є і те, що окремі тексти, наприклад артефакти, або інші тексти, котрі мають ту чи ту цільову функцію, однак не створюються для психологічного аналізу, не можуть досліджуватися без врахування їхнього призначення. Бо одна справа – аналіз автонаратива, створеного в процесі психотерапії, або психологічного експерименту, але геть інша – скажімо, мемуари чи автобіографічна повість. На необхідності врахування цього цільового призначення автонаратива, як ми вже відзначали, наголошує Наталія Чепелєва.

Есей написаний у США 1985 року англійською мовою, що розкриває його цільову аудиторію. Розпочинаючи текст, автор також зазначає, що така «одиниця простору» як «півтори кімнати» може бути незрозумілою читачеві; відтак, далі по тексту він вимушений пояснювати деякі побутові реалії: що таке комунальна квартира і як відбувається обмін житла. Виходячи з того факту, що автор тексту політемігрант, а холодна війна в розпалі, можна було б очікувати побачити в тексті різкі випади проти радянської дійсності та використання стандартних кітчевих образів, які були б прийнятними для американської аудиторії, тішачи її самолюбство. Однак нічого подібного в есеї ми не знаходимо. Бродський принципово цурається кітчу. І це, вочевидь, недвозначно свідчить про його естетичне чуття. Він згадує про політичні репресії та сталінські гоніння проти євреїв, але не будує на цьому образ реальності; тож, критерій «самоочевидності» (докладно описаний Мішелем Фуко) не використовується ним задля тих чи тих репресивних вимог.

Таким чином, ми можемо дійти висновку, що використання методів дослідження автонаративів потребує завваження ряду формальних ознак, які характеризують сам текст, автора тексту і ситуацію мовлення. Дослідження автонаративних артефактів потребує й уваги до їхніх естетичних особливостей: відношень між метафорами, взаємозв’язків між подіями, фактами, речами й естетичними категоріями – формами піднесення або ж заниження рефлексивного й емоційного відношення.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Антонова Н. О. Кризові явища у професійному становленні студентів-психологів та психологів-практиків / Н. О. Антонова // Актуальні проблеми психології. – Т. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія / За ред. С. Д. Максименка. – К. : ІВЦ Держкомстату України, 2007. – Вип. 6. – С. 3–9.
2. Арендт Х. Між минулим і майбутнім / Х. Арендт ; пер. з англ. – К. : Дух і літера, 2002. – 321 с.
3. Ассман А. Простори спогаду. Форми та трансформації культурної пам’яті / А. Ассман ; переклад з нім. – К. : Ніка-Центр, 2012. – 439 с.
4. Балл Г. О. Раціогуманістична орієнтація в методології людинознавства / Г. О. Балл. – К. : Вид-во ПП «СКД», 2017. – 204 с.
5. Беслюбняк О. О. Гуманістичні інваріанти екзистенціалізму: Ж.-П. Сартр та Н. Аббаньяно / О. О. Беслюбняк ; автореф. дис. … канд. філос. н. за спеціальністю 09.00.05 – історія філософії. – Київський національний університет імені Тараса Шевченка. – Київ, 2007. – 18 с.
6. Бохонкова Ю. О. Психологія випереджальної стратегії поведінки особистостості в ситуації життєвих змін [Текст] / Ю. О.Бохонкова,: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. д-ра психол. наук : 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. – К., 2013. – 40 с.
7. Бохонкова Ю. Психологічні особливості сприйняття підлітком стресової ситуації та адаптація до неї / Ю. Бохонкова // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – 2011. – Вип. 16 (2). – С. 225–232.
8. Бочелюк В. Й. Аналіз категорій професійного самовизначення та професійних криз особистості у науковому просторі / В. Й. Бочелюк та ін. // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 1(45). – С. 29–38.
9. Бочелюк В. Й. Психологічні основи розвитку особистості: монографія / В. Й. Бочелюк, М. А. Дергач. – Запоріжжя : Просвіта, 2017. – Т. 3. – 340 с.
10. Бочелюк В. Й. Психологічні особливості розвитку професійно-діяльнісного потенціалу особистості / В. Й. Бочелюк // Науковий вісник Херсонського державного університету. – Серія «Психологічні науки», Вип. 4. – Херсон : Гельветика, 2016. – С. 138–143.
11. Бочелюк В. Й. Психологія спорту / В. Й. Бочелюк, Н.Є. Завацька. – [2-ге вид. перероб. і. доп.]. – Севєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля. 2016. – 280 с.
12. Боярин Л. В. Аналіз феномену індивідуального стилю професійної діяльності (на прикладі фахівців соціальної сфери) / Л. В. Боярин, А. М. Журба // Формування індивідуальних стилів професійної діяльності: соціально-психологічний аспект : монографія / за ред. Н. Є. Завацької. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. – С. 7 – 17.
13. Боярин Л. В. Деякі аспекти феномена субʼєктивного самовизначення особистості та причин його виникнення / Л. В. Боярин та ін. // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. – № 3 (38). – С. 71 – 81.
14. Боярин Л. В. Соціально-психологічні особливості самообмеження особистості: інтернальний та екстернальний виміри / Л. В. Боярин та ін. // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 1(45). – С. 109–118.
15. Боярин Л. В. Теоретичний аналіз вивчення проблеми соціальної адаптації у психологічній літературі / Л. В. Боярин // Теоретичні і прикладні проблеми психології. – № 3 (32). – 2013. – С. 54–59.
16. Бушанський В. В. Естетика політичної влади: поняття, методологія дослідження й історична феноменологія / В. В. Бушанський ; автореф. дис. … д. політ. н. за спеціальністю 23.00.01 – теорія та історія політичної науки. – ІПіЕНД ім. І. Ф. Кураса НАН України, Київ, 2009. – 36 с.
17. Бушанський В. В. Нігілізм і цінності / В. В. Бушанський // Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України. – 2010. – 5 (49). – С. 40–51.
18. Бушанський В. В. Рефлексивна структура ідентичності / В. В. Бушанський // Politikus. – Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського. – 2015. – № 2. – С. 113–117.
19. Гейзінґа Й. Homo ludens / Й. Гейзінґа. – Переклад з англ. – К.: Основи, 1994. – 250 с.
20. 43. Грановська О. Міфологічне уявлення про час / О. Грановська // Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Том VII. – Вип. 39. – Київ ; Ніжин : ПП Лисенко, 2015. – С. 450–459.
21. Грановська О. Психологічний час і вік особистості / О. Грановська // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Том ІХ. – Вип. 7. – Київ ; Ніжин : ПП Лисенко, 2015. – С. 99–104.
22. Журавльова Т. В. Час як феномен людської життєдіяльності / Т. В. Журавльова ; автореф. дис. … к. філос. н. за спеціальністю 09.00.04 – філософська антропологія та філософія культури. – Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, 2003. – 16 с.
23. Завацька Н. Є. Психологія соціальної реадаптації осіб зрілого віку : монографія / Н. Є. Завацька. – Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2009. – 240 с.
24. Завацька Н. Є. Соціально-психологічні аспекти адаптації молоді до умов ринкової економіки : монографія // Н. Є. Завацька, В. Є. Харченко / Під ред. Н. Є. Завацької. – Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2012. – 228 с.
25. Івченко А. О. Тлумачний словник української мови / А. О. Івченко. – Харків : Фоліо, 2004. – 540 с.
26. Історичні пошуки ідентичності: Українсько-німецький колоквіум / Рейнгарт Козеллек (Білефельд), Юта Шеррер (Берлін – Париж), Костянтин Сігов (Київ). – К. : Дух і літера, 2004. – 144 с.
27. Ковальчук З. Я. Вплив генетично-психологічного комунікативно-рефлексивного тренінгу на формування ціннісних характеристик оптимізації педагогічної взаємодії / З. Я. Ковальчук // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна. – 2013. – Вип. 2. – С. 114–124.
28. Козеллек Р. Минуле майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек. – К. : Дух і літера, 2005. – 375 с.
29. Козеллек Р. Часові пласти. Дослідження з теорії історії / Р. Козеллек. – К. : Дух і літера, 2006. – 436 с.
30. Кононенко А. O. Інтегративна психологія як підґрунтя створення моделі самопрезентації особистості / А. О. Кононенко // Вісник Одеського національного університету. Психологія. – 2012. – Т. 17, Вип. 8. – С. 99–104.
31. Костюк Г. С. Развитие и воспитание / Г. С. Костюк // Общие основы педагогики. – М. : Просвещение, 1967. – С. 139–197.
32. Кримський С. Б. Запити філософських сенсів: Монографія / С. Б. Кримський*.* – К. : Видавець ПАРАПАН, 2003. – 239 с.
33. Ледницький Д. Д. Проблема суб’єкта і розвитку «Я» в творчості Ф. Ніцше. / Д. Д. Ледницький ; автореф. дис. … канд. філос. н. за спеціальністю 09.00.05 – історія філософії. – Дніпропетровський національний університет. – Дніпропетровськ, 2001. – 18 с.
34. Москаленко В. В. Соціалізація особистості: монографія / В. В. Москаленко. – К. : Фенікс, 2013. – 540 с.
35. Наративні психотехнології. / Н. В. Чепелєва, М. Л. Смульсон, О. М. Шиловська, С. Ю. Гуцол ; за заг. ред. Чепелєвої Н. В. – К. : Главник, 2007. – 160 с.
36. Особистість як суб’єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / За ред. С. Д. Максименка, С. Б. Бузікової, В. Л. Зливкова. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – 540 с.
37. Павлишин Л. Г. Проблема сенсу життя у філософії Фрідріха Вільгельма Ніцше. / Л. Г. Павлишин ; автореф. дис. … канд. філос. н. за спеціальністю 09.00.05 – історія філософії. – Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2009. – 23 с.
38. Пілецька Л. С. Виявлення найбільш важливих корелятів емпіричного дослідження професійної мобільності особистості / Л. С. Пілецька // Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В. О. Сухомлинського : зб. наук. праць. – Серія : Психологічні науки / За ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. – Миколаїв, 2014. – С. 152–157.
39. Пілецька Л. С. Психологічні критерії професійної мобільності особистості / Л. С. Пілецька // Зб. наук. праць Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. – Серія : філософія, соціологія, психологія. – Івано-Франківськ : Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2014. – Вип. 19. – Ч.1. – С. 152–159.
40. Пілецька Л. С. Феноменологія соціалізації в контексті проблеми професійного становлення майбутніх фахівців / Л. С. Пілецька // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка Національної АПН України / За ред. С. Д. Максименка. – Т. ХІ, Ч.1 – К. : Міленіум, 2009. – С. 435–443.
41. Психологічні закономірності розвитку громадської свідомості та самосвідомості особистості: У 2-х т. Т. 1. / За загальною редакцією М. Й. Боришевського. – К. : Дніпро, 2001, – 244 с.
42. Психологічні закономірності розвитку громадської свідомості та самосвідомості особистості: У 2-х т. Т. 2. / За загальною редакцією М. Й. Боришевського. – К. : Дніпро, 2001, – 308 с.
43. Рассел Б. Історія західної філософії / Б. Рассел ; пер. з англ. Ю. Лісняка, П. Таращука. – К. : Основи, 1995. – 759 с.
44. Свинаренко Р. М. Відображення часової складової в картині світу суб'єкта. / Р. М. Свинаренко ; дис. … к. психол. н. за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна. – Харків, 2008. – 18 с.
45. Солонько Л. А. Проблема особистісного самовизначення людини / Л. А. Солонько // Філософська і соціологічна думка. – 1995. – № 9–10. – С. 50–87.
46. Табачковський В. Г. Феномен відчуження крізь призму перевтілених форм людського світовідношення / В. Г. Табачковський // Відчуження: минувшість і сьогодення. – К. : Наукова думка, 1995. – С. 5–28
47. Турбан В. В. Психологія етичної свідомості: Монографія. / В. В. Турбан. – Ніжин : Видавець ПП Лисенко М. М., 2012. – 372 с.
48. Турбан В. В. Становлення етичної свідомості в онтогенезі / В. В. Турбан ; Автореф. дис. … д. психологічних н. за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ, 2013. – 38 с.
49. Турбан В. В. Концептуалізація часу в професійній діяльності / В. В. Турбан // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Т. ІХ, Вип. 8. – К. ; Ніжин : ПП Лисенко, 2016. – С. 502 – 511.
50. Турбан В. В. Роль самообмеження в процесі самоорганізації особистості / В. В. Турбан // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка. – Т. Х, Вип. 28 – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2016. – С. 891–899.
51. Шевяков О. В. Профілактика та корекція негативних функціональних станів операторів-металургів / О. В. Шевяков, А. І. Тарасенко // Актуальні проблеми психології. – 2015. – Т. 1, Вип. 42. – С. 98–102.
52. Adkins К. Perfectionism and suicidal preoccupation / К. Adkins, W. Parker // Journal of Personality. 1996. – № 3. – P. 536-546.
53. Antony M. Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders / M. Antony, C. Purdon, V. Hutak, R. Swinson // Behaviour Research and Therapy. – 1998. – V. 36. – № 10. – P. 1143–1154.
54. Apl H. Die Gesellschaftstheorie der Frankfurter Schule. Materialien zur Kritischen Theorie von Adorno, Horkheimer und Marcuse / H. Apl. – Frankfurt / M, 1980. – 312 s.
55. Baacke D. Kommunikation und Kompetenz. Grundlegung einer Didaktik der Kommunikation und ihrer Medien / D. Baacke. – München, 1980. – 217 s.
56. Behrens R. Übersetzungen. Studien zu Herbert Marcuse: Konkrete Philosophie, Praxis und Kritische Theorie / R. Behrens. – Mainz, 2000. – 214 s.
57. Brewer M. B. The Social Self: On being the same and different / M. B. Brewer // Personality and Social Psychology Bulletin, 1991. – P. 475–487.
58. Brewer M.B., Schneider S. Social identity and social dilemmas: A double-edged sword / M. B. Brewer, S. Schneider // Social Identity Theory. Constructive and Critical Advances. – N.Y., 1990. – P. 169–185.
59. Brewer M. B., Kramer R. M. Choice behaviour in social dilemmas: effect of social identity, group size and decision framing / M. B. Brewer, R. M. Kramer // Journal of Personality and Social Psychology, 1986. – P. 543–549.
60. Butler J. Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity / J. Butler. – New York: Routledge, 1990. – 272 p.
61. Dijk T. A. van. Introduction: Discourse Analysis as a New Cross-Discipline / T. A. van Dijk. // Handbook of Discourse Analysis. Vol. 1. Disciplines of Discours. Academic Press. 1985.
62. Doise W. Social Representation in Personal Identity / W. Doise // Social Identity (international perspectives) – London-New Delhi, 1998. – P. 13–24.
63. Giddens A. The Constitution of Society: Outline of the Theory of Structuration / A. Giddens // University of California Press, 1986. – P. 402.
64. Gitlin T. From Universality to Difference: Notes of the Fragmentation of the Idea of the Left / T. Gitlin  // Calhoun C. (ed.). Social Theory and the Politics of Identity. – Oxford: Blackwell, 1994. – 320 p.
65. Hekman S. Beyond Identity: Feminism, Identity and Identity Politics / S. Hekman  // Feminist Theory. – 2000. – Vol. 1 (3).
66. Jones J. M. A Temporal Orientation Scale. Focusing Attention on the Past, Present and Future. / J. M. Jones, I. Banicky, M. M. Pomare, T. P. Lasanc. – Delaware, 1999: University of Delaware. – 139 p.
67. Melucci A. Challenging Codes: Collective Action in the Information Age. / A. Melucci – Cambridge, UK: Cambridge University Press, 1996. – 456 p.
68. Meyer T. Inszenierung des Scheins / T. Meyer. – Frankfurt/Main, 1992. – 283 s.
69. Rajchman J. (ed.). The Identity in Question / J. Rajchman (ed.). – New York: Routledge, 1995. – 279 p.
70. Rust H. Geteilte Öffentlichkeit: Alltagskommunikation und Massenpublizistik / H. Rust. // Publizistik. – 1982. – H. 4.
71. Schulz W. Konstruktion von Realität in den Nachrichtenmedien. Analyse der aktuellen Berichterstattung / W. Schulz. – Freiburg, München, 1990.
72. 203. Scott J. W. Multiculturalism and Politics of Identity / J. W. Scott  // Rajchman J (ed.). The Identity in Question. – New York: Routledge, 1995. – 279 p.
73. Seidel G. Political Discourse Analysis / G. Seidel // Handbook of Discourse Analysis. Vol. 4. Discourse Analysis in Society. London: Academic Press, 1985. – P. 43–60.
74. Slembrouck S. What is meant by «discourse analysis»? S. Slembrouck // Stef Slembrouck (1998-2003). – URL : <http://www.umsl.edu/~wilmarthp/mrpc-web-resources/discourse-analysis.pdf>
75. Somers M. R. and Gibson G. D. Reclaiming the Epistemological “Other”: Narrative and the Social Constitution of Identity / M. R. Somers , G. D. Gibson  // Calhoun C. (ed.). Social Theory and the Politics of Identity. – Oxford: Blackwell, 1994. – 320 p.
76. Suddarth B. An investigation of dimensions of perfectionism in college students B. Suddarth // Measurement and Evaluation in Counseling and Development. – 2001. – V. 34. – P. 157–165.
77. Torfing J. Discourse Theory: Achievements, Arguments, and Challengers /J. Torfing. // Discourse Theory in European Politics. Identity, Policy and Governance. Palgrave Macmillan, 2005. – P. 17–33.
78. Turban V. Self-restraint: a concept and a phenomenon / V. Turban // Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools, 2017. – 24(6). – P. 85–88.