

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ЧАСОВОГО ПРОСТОРУ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

**С. І. ПУЗИР
С. М. КОНДРАТЮК**

Питання, щодо визначення простору і часу поставали перед людьми дуже давно, з цього приводу виникало багато міркувань ще в давньогрецьких філософів Піфагора, Демокріта, Аристотеля, Птолемея, Фалеса Мілетського. Останній – один із перших, хто пояснив явища природи і побудував модель навколишнього світу з наукової точки зору. Мілета припускав, що Всесвіт є результатом метаморфоз (кількісних, якісних перетворень). На зміну старому приходиться нове життя, яке вимагає бути від особистості: мобільним, гнучким, швидко реагувати на зміни, адаптуватися, перелаштовуватися на новий ритм життя.

Проаналізувавши літературно-наукові джерела з психології, можна зробити висновки, що темою просторового життя особистості вчені всього світу цікавляться з давніх часів, але вона мало досліджена і наукових робіт присвячених вивченню життєвого простору особистості виконано дуже мало. Також привертає увагу те, що немає розроблених наукових програм, підходів які б висвітлювали зв'язок між зовнішнім і внутрішнім життєвим простором особистості. Сучасні дослідники (Т. Титаренко, І. Бех, Ю. Клименко), які вивчають феномен „життєвий простір” особистості висвітлюють дану тему з різних сторін. В дослідженнях можна ознайомитися в основному з теоретичними позиціями, але мають місце інші припущення, щодо просторового життя особистості.

Зміни, які відбуваються в суспільстві тягнуть за собою ряд змін у людському ставленні до зовнішнього світу та до себе самого – як особистості. Сьогодні є актуальним завданням вивчення простору життя особистості та особливості його організації з урахуванням часу.

Мета статті полягає у проведенні аналізу джерел, в яких зроблено теоретичну викладку наукових підходів до вивчення особливостей організації часового простору життя особистості.

Дослідження життєвого простору особистості ведуться дуже давно, ще з ХІХ століття (З. Фрейд, К. Юнг). Проте інтерес до даної теми в останні роки значно зріс, про що свідчать публікації сучасних науковців на дану тематику в галузі психології (І. Бех [1], А. Болотова [2], Ю. Гончаренко [3], Ю. Клименко [4], Т. Титаренко [6; 7]). За результатами дослідження науковців, кожна людина має свою просторову уяву власного життя і власне бачення організації свого простору в часі.

Життєвий простір поєднує в собі внутрішній та зовнішній світи особистості. Внутрішній простір людини проявляється в процесі розвитку самосвідомості особистості. Тобто, уявлення про Світ і про себе в цілому, переживання різних подій, життєвих ситуацій, ставлення до самого себе, саморегуляції, реалізації планів у часі, постановки життєвих цілей – все це є внутрішній світ, іншими словами суб'єктивний світ особистості. Зовнішній простір особистості тісно пов'язаний із внутрішнім світом, її баченням і розумінням подій, що відбуваються відповідно до її активності зовні. Яким існує світ усередині людини, таким і зовні відображається в нас. Таким чином, можна констатувати, що зовнішній і внутрішній простір особистості між собою тісно взаємопов'язані. ХХІ століття характеризується різкими змінами соціальних подій, що вирізняється високою швидкістю та надзвичайно широким спектром комунікацій, як наслідок розширення часового простору та простору життя особистості.

Особливості ставлення людини до часу розглядаються в психології досить давно. Обговорення проблеми організації часу в психології свідчить про її надзвичайну складність і водночас цінність, про недостатній рівень досліджень, про невизначеність, неоднозначність уживаних термінів при її вивченні. Разом з тим, запити теорії та практики вимагають обґрунтованої розробки даної проблеми.

У контексті переживання часу – досліджуються вікові особливості особистості, особливості орієнтації в часі, переживання кризових ситуацій, життєвих подій, роздумів, образів. У психології час визначається в контексті сприйняття та в контексті переживання. Сприйняття організації часу особистістю є відображенням явищ навколишнього середовища, дійсності, послідовності, швидкості. В цілому досліджується природа часу, чинники, що впливають на сприйняття часу та його ефективне застосування з точки зору загальних уявлень про час у людей різних вікових груп.

Відповідаючи самому собі на запитання: „Що я ціную в своєму житті?“, „Чого я хочу досягти?“, „Ким я хочу бути?“ світосприйняття розширюється, а відповідно бажання реалізувати свої плани – зростає.

Простір життя особистості починається з її внутрішнього світу, наскільки людина є духовно розвиненою, вихованою, організованою та пристосованою до життя в суспільстві.

Досліджуючи особистостей у соціологічному житті: як відбувається розподіл справ життя людини власного простору в часі. Іншими словами реалізація задуманого в усвідомлений проміжок життя, використовуючи можливість створити таке життя про яке мріялося з раннього дитинства, організовуючи простір власного життя поетапно досягаючи цілей, крокуючи до своєї мети.

С. Кондратюк [5, с. 80] наголошує, що позитивне мислення характеризується тим, що людина свідомо контролює свої думки і не дає укорінюватися негативним думкам, емоціям, запобігає конкретними діями виникненню негативних емоцій. При цьому вірить у себе, вірить у кінцевий успіх, залишається при будь-яких обставинах оптимістом. Позитивне мислення характерне, як правило, позитивній Я-концепції особистості і певною мірою є звичкою.

Таким чином, позитивне мислення, постановка цілей, а також планування власного життя – це є розмірений життєвий шлях особистості. Та при цьому необхідно враховувати зміни, які відбуваються в суспільстві та житті людини.

Так, Т. Титаренко в своїй роботі „Життєвий світ особистості у межах і за межами буденності” [6, с. 107] поєднує в розвитку особистості гармонійні й дисгармонійні фази, кризи різної глибини і складності, що породжують як позитивні, так і негативні новоутворення. В загальному розвиток особистості – це є результат цілої системи змін: прогресивних і регресивних, кількісних і якісних, зворотних і незворотних, стабільних і хибних, спрямованих і стохастичних. Процес самопізнання та праці над своїм розвитком ніби пробивається, прокладає собі шлях крізь численні зміни просторового життя особистості.

Розвиток людини у результативному виразі є постійним, якісним її перетворенням, пов'язаним із підвищенням рівня внутрішньої організації, структурності, коли зростає здатність самореалізуватися у складніших життєвих ситуаціях. Така особистість, як пише Л. Анциферова, по-іншому сприймає світ: більш структурованим, інтегрованим і змістовним. В особистості розширюються горизонти свідомості, зростає рівень самосвідомості. “Вдосконалюється мистецтво жити тут і зараз” [6].

Хочеться зосередити увагу на періоді кризових змін життя особистості коли на зміну старому приходять нове. Важливо не пропустити момент часу, адже трансформації які відбуваються в її житті, виводять на інший рівень розвитку. Час життя поступово перетворюється на можливе, на цілковито передбачуване майбутнє, без минулого з досвідом теперішнього та гнучким пристосуванням до мінливої реальності. Намагаючись втекти від банальної, позбавленої уяви буденності, людина бачить попереду безліч перспектив, у тому числі і найнеймовірніших, не усвідомлюючи, не відчуваючи зовнішніх перешкод та власних обмежень [6, с. 282].

Т. Титаренко [6], досліджуючи життєвий простір особистості, зробила припущення, що людина свій світ створює сама, свідомо чи навіть несвідомо вона є будівничим свого власного Всесвіту. Особистість живе дійсно у різних часах, наповнюючи своє життя значущими подіями чи перетворюючи на монотонне існування, одноманітності. Особистість має змогу водночас бути дитиною або підлітком, дорослою людиною сповненою життєвою силою чи літньою людиною, при цьому дослухаючись до себе самого одночасно відчуваючи свої сильні і слабкі сторони, вміти пережити горе і радість, саме головне і другорядне в просторі буття, наближаючись до завершення свого життєвого шляху. Життєвий простір особистості складається з її оточення: родини, друзів, приятелів, колег по бізнесу. Бувають такі моменти в житті людини, коли її оточення перенасичене людьми, подіями, а буває навпаки – просторно і затишно. Світи жінки і чоловіка дуже різні, водночас несхожі, недосконалі один без одного, несхожі між собою із-за своїх поглядів і своїх світів. Недаремне говорять, що чоловіки з Марсу, а жінки з планети Венера.

Проходячи життєві уроки випробувань на міцність характеру, сили волі, трапляється так, що власний світ починає руйнуватися із-за нерозуміння ситуації та саме головне в цей життєвий проміжок просторового часу не спасувати, не здатися в полон випробувань, не зійти з обраного шляху, знайти в собі сили, щоб продовжити шлях і перейти на нову сходинку свого розвитку.

Ю. Гончаренко [3, с. 133] у своїх дослідженнях опирається на роботи Х. Томе, який в свою чергу звертає увагу на пристосування людини до критичних, психологічних та будь-яких кризових ситуацій і при цьому передбачає баланс співвідношень когнітивних і мотиваційних систем.

Науковець, зробив припущення, що виникнення проблеми у конкретної особистості прямо залежить від того, де саме вона проводить межу між дійсністю і собою. Коли сфера самоотождення якомога ширша, тим більший вміст світу особистість визнає своїм. З досліджень Ю. Гончаренко можна зробити припущення, що будь-які межі є джерелом конфлікту, тому будь-які питання, які виникають у рамках життєвого простору, мають спрямовуватися на розширення особистісного простору, з усвідомленням єдності з іншими людьми та світом, організовуючи в часі.

Виховання особистості розпочинається в ранньому дитинстві, коли прививаються навички та вміння бути організованим. Перші кроки – це розпорядок дня. Пам'ятаючи про ведення

щоденника з шкільних років, можна сказати, що дана звичка формує в особистості планувати своє життя, дотримуватися навички – виконувати завдання (поставлені задачі). Особливої уваги з погляду розвитку навичок і вмій особистості, щодо організації власного життя, заслуговує етап професійного навчання, адже саме на цьому етапі закладається фундамент майбутнього професійного та життєвого успіху.

Сила звички формується у людини з раннього дитинства, протягом юнацтва, та вже на етапі дорослого життя у загальному вигляді. Саме сила звички вироблена роками: займатися спортом, бути пунктуальним в плані призначення зустрічі, виконання завдання та інше, формує відповідальність у особистості та вміння організовувати власний простір так, щоб заняття улюбленою справою приносило лише задоволення.

Протягом життя звички лишаються сталими, але деякі підвласні змінам. Як змінюється світ навколо особистості так і вона має бути готова прийняти зміни у своє життя.

Особливості самоорганізації життя особистості найбільш яскраво проявляються в організації вільного часу, коли людина має самостійно обирати власні уподобання та певним чином планувати їх реалізацію. Саме особливості організації вільного часу людини, її загальне ставлення до свого життя виступає своєрідним атрибутом потенційної спроможності цілеспрямовано досягати поставленої мети. Вкрай важливим для особистості стає завдання визначити та усвідомити власні особливості та вміння, щодо організації власного часу, а у разі виявлення їх низького рівня впровадити відповідну корекцію дій, що має сприяти розвитку конкурентоздатності особистості.

Конкуренція, яка виникає між особистостями в соціальному середовищі – це явище, що дає можливість оцінити власні здібності, можливості взяти краще в конкурентів, учителів і рухатися в напрямку розвитку, як духовному так і кар'єрному. Стати успішним у справі, яку обрав для вивчення та вдосконалення власних навичок. Щоб бути успішним необхідно навчитися керувати та організовувати: час, емоції, вміти розставляти пріоритети, що є важливим у момент часу на даному етапі життя, а що є другорядним.

Важливою психологічною категорією особливості організації часового простору життя особистості є тісний зв'язок людини з навколишнім середовищем, що визначається як спосіб життєдіяльності особистості в рамках часу життя. Організація часу є особистісним утворенням, що зумовлює ставлення до часу як ціннісної категорії. Науковці виокремлюють наступні види організації часу особистості: планування кожної справи і визначення оптимальних часових меж; контроль витрати часу; чергування навчання, праці та відпочинку; організація часу відповідно за першочерговістю та важливістю справ. Такі навички забезпечують продуктивність, своєчасність суспільного та особистісного життя. Цінність організації часового простору особистості виражається в умінні оптимально організувати умови, як краще задовільнити основні життєві потреби, плани спрямовані на їх реалізацію. Справжня цінність особистості виникає тоді, коли вона може сама організувати свій життєвий простір, плануючи своє життя на досягнення поставлених цілей, завдань, власного самовираження.

Перспективою дослідження виступають особистості, які обмежують межі власного простору, інша категорія – особистості, що пізнали вищу ступінь особистісного розвитку і пізнаючи себе не обмежуються досягнутим, продовжують пошук нового, кращого, ефективного.

Список використаних джерел:

1. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку/ І. Д. Бех, – К.: Академвидав, 2012. – 256 с.
2. Болотова А. Психология организации времени / А. Болотов. – М.: Аспект Пресс, 2006. – 260 с.
3. Гончаренко Ю. В. Вивчення життєвого простору особистості: філософсько-психологічний аспект / Ю. В. Гончаренко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2016. – Вип. 1(1). – С. 130-134. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhpr_2016_1%281%29__24
4. Клименко Ю. О. Самоорганізація часу життя як особливе утворення особистості / Ю. О. Клименко // Психологія і особистість. – 2015. – № 2(2). – С. 113-123. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Psios_2015_2%282%29__11
5. Кондратюк С. Позитивне мислення як передумова досягнення успіху в навчальній діяльності [Електронний ресурс] / С. Кондратюк // Проблеми гуманітарних наук. Психологія. – 2014. – Вип. 33. – С. 71-82. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pgn_ps_2014_33_9
6. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.
7. Титаренко Т. М. Життєві завдання як практики самоконститування особистості / Т. М. Титаренко. – Соціальна психологія. – 2008. – № 6. – С. 3-11.