

УДК 159.923.5

DOI <http://doi.org/10.15421/102105>

ОСОБЛИВОСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ПРЕДСТАВНИКІВ МАЛОГО І СЕРЕДНЬОГО БІЗНЕСУ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19 TIME PERSPECTIVE FEATURES AMONG SMALL AND MEDIUM-SIZED BUSINESS OWNERS UNDER THE COVID-19 PANDEMIC

Диса О.В.

к.психол.н., доц., завідувач кафедри педагогічної та вікової психології, Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
elenadysa1@gmail.com

Опихайло О.Б.

к.психол.н., доцент кафедри педагогічної та вікової психології, Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
olya.obh@gmail.com

Часова перспектива особистості є важливою характеристикою та детермінантою формування і розвитку особистості, необхідною частиною світогляду людини, що відіграє значну роль в побудові життєвого сенсу, в досягненні успіху та самореалізації. Вона завжди пов'язана з планами особистості, цінностями та життєвими орієнтаціями.

У межах організації та проведення емпіричного дослідження часову перспективу розглянуто як систему уявлень індивіда про минуле та особистісну спрямованість запланованих і прогнозованих важливих подій свого майбутнього життя. Для повноцінного особистісного розвитку часова перспектива має цілісний характер, де минуле, теперішнє і майбутнє взаємопов'язані.

Досліджено часову перспективу представників малого і середнього бізнесу, які зазнали обмежень, пов'язаних із пандемією. Обґрунтовано вплив кризової ситуації на строк планування та емоційне сприйняття підприємцями власного майбутнього. Представники малого та середнього бізнесу, які перебувають в умовах кризи, пов'язаної з втратою роботи, не планують свого майбутнього на довгострокову перспективу, а переживання часу власного життя в них значно відрізняється від осіб, які мають стабільну роботу. У деяких осіб планування на майбутнє взагалі блокується, що може бути ознакою життєвої кризи, яку тяжко переживають. В осіб, які мають стабільну роботу, кількісні та якісні показники майбутньої власної перспективи набагато кращі.

Визначено психологічні детермінанти, які зумовлюють оптимальне планування майбутнього та його позитивне сприйняття в умовах кризи: достатньо високий рівень розвитку рефлексивності,

здатність людини брати відповідальність за процес власного життя, впевненість у результативності власного життя та здатність контролювати події. Окреслено перспективи подальших досліджень.

Ключові слова: часова перспектива, планування майбутнього, криза, втрата роботи, психологічні детермінанти, процес життя, часова орієнтація.

One of the most important personality characteristics is time perspective. It determines personal growth and development. It is also a necessary part of the worldview which plays a significant role in building meaning of life, achieving success and self-realization. Time perspective is always related to personal plans, values and life orientations.

This article presents the conceptualization of time perspective as the system of individual's ideas concerning the past and personal orientation of the planned and predicted important events of the future life. Time perspective is the holistic phenomenon where the past, the present and the future are interconnected.

The empirical study examines time perspective features among small and medium-sized business owners under the COVID-19 pandemic. The impact of the crisis situation on the planning period and emotional perception of the future of businessmen is substantiated. Small and medium-sized enterprise owners in a job crisis are not planning for the long term; their time perspective is very different from businessmen with a permanent job. For some people, planning for the future is blocked, which can be a sign of a life crisis that is difficult to go through. Those who have a steady job have much better quantitative and qualitative indicators of their future prospects.

Psychological characteristics that determine optimal planning for the future and its positive perception in a crisis are identified: a high level of reflexivity, the ability to take responsibility for own life, confidence in effectiveness of own life and the ability to control events.

The prospects of further research are also provided, highlighting the potential associated to the study of the impact of past events on the process of experiencing life crises by the individual and psychological mechanisms that allow us to reinterpret our own past and achieve personal well-being.

Keywords: time perspective, planning for the future, crisis, job crisis, psychological determinants, processes of life, time orientation.

Постановка проблеми. Кожна людина так чи інакше планує своє майбутнє. Хтось робить це на короткий термін, наприклад, на декілька місяців, хтось на декілька років, а хтось, може, й на десятиліття. На процес планування, постановки цілей у житті та бажання знаходити засоби для досягнення запланованого впливають багато чинників. По-перше, безумовно, це залежить від особистісних характеристик. Адже всі люди різні: хтось більш амбіційний та практичний, орієнтований на досягнення успіху, а хтось звик покладатися на випадок та «плисти за течією життя». Проте, окрім особистісних характеристик, важливу роль також відіграють і соціально-економічні чинники: оскільки людина постійно перебуває в соціумі, то всі зміни, які відбуваються в ньому, впливають на особистість.

У сучасному суспільстві коронавірусна інфекція стала актуальною проблемою XXI ст., а введення певних протиепідемічних обмежень призвело до масового скорочення робочих місць. Внаслідок цього все більше людей переживають кризу, пов'язану з втратою роботи. Безумовно, кожна людина переживає втрату роботи індивідуально, своєрідно, але сам процес переживання кризи, пов'язаної з втратою роботи, є надзвичайно важливим та «болючим» питанням у цей час.

Періодичне запровадження «локдаунів» особливо тяжко вплинуло на представників малого та середнього бізнесу. Закриття ресторанів, кав'ярень, закладів громадського харчування, невеликих крамниць змусило багатьох підприємців призупинити роботу бізнесу, звільнити персонал, що значно погіршило їх фінансовий стан. Частина представників малого та середнього бізнесу опинилася у кризовому становищі, практично на межі втрати роботи. Такі обставини, безумовно, вплинули на їх психологічний стан та змінили часову перспективу власного життя. Підприємці, які перебували під загрозою можливої втрати роботи, складно уявляли власне майбутнє, відчували труднощі у плануванні та прогнозуванні подальшої професійної діяльності.

Як відомо, конструювання майбутнього є цілісним процесом, що об'єднує індивідуальну і соціальну сфери особистості (Miller R.B., Brickman S.J., 2004; Simons J., 2004). Образи майбутнього, які виникають, «приміряються», постійно порівнюються з актуальним станом і на цій основі робиться вибір та приймається рішення про зміни в поведінці. Порівняння образу майбутнього з образом реального світу – складний когнітивний процес, в якому задіяні потребно-мотиваційна сфера, емоційний стан, ціннісні орієнтації та інші особистісні структури. Порушення таких важливих сфер життєдіяльності означає, що порушується здатність людини до конструювання перспектив власного майбутнього. Внаслідок цього особа важче й довше переживає професійну кризу, пов'язану з втратою роботи.

Сьогодні можна говорити про те, що ситуація можливої втрати роботи значно впливає на зміну часової перспективи осіб, які опинилися під цією загрозою. Адже часова перспектива відіграє вирішальну роль в осмисленні минулого досвіду, у визначенні цілей і побудові планів, у регуляції діяльності і життя загалом. Тому дослідження проблем часової перспективи та визначення психологічних чинників, які дають можливість оптимально

планувати власне майбутнє в умовах кризи, є важливими для продуктивної соціалізації особистості, адаптації до змін у житті, надання якісної психологічної допомоги особам, які опинилися у складних життєвих обставинах.

Метою цієї роботи є вивчення особливостей часової перспективи представників малого та середнього бізнесу в умовах пандемії COVID-19 та визначення психологічних детермінант, які допомагають людині оптимально планувати та позитивно сприймати своє майбутнє навіть в умовах кризи.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Часова перспектива особистості активно досліджується в сучасній психологічній науці. Вона є важливою характеристикою та детермінантою формування і розвитку особистості, необхідною частиною світогляду людини, що відіграє значну роль у побудові життєвого сенсу, в досягненні успіху та самореалізації; вона завжди пов'язана з планами особистості, цінностями та життєвими орієнтаціями.

Цілісне, об'єктивне сприймання й осмислення власного життєвого шляху, зокрема адекватне ставлення до майбутнього, вважається одним із найважливіших критеріїв розвитку особистості, її соціальної та психологічної зрілості. Побудова перспективи майбутнього життя – важлива наукова проблема, яка досліджується вітчизняними (К. Абульханова-Славська, Г. Балл, Є. Головаха, Л. Карамушка, І. Кон, О. Кронік, С. Моляко, В. Моргун, В. Москаленко, В. Панок, В. Рибалка, Л. Сохань, Т. Титаренко, Б. Цуканов, З. Шабарова, Ю. Швалб та ін.) та зарубіжними (К. Левін, Ж. Нюттен, П. Парк, Л. Франк, Дж. Фрезер, П. Фресс, Ф. Хунд, О. Шульце, та ін.) дослідниками.

Наукові розвідки стосовно професійної кризи, пов'язаної з можливою втратою роботи, здійснювали К. Аксенченко, Г. Бойко, І. Булах, Є. Варбан, Ж. Вірна, В. Заїка, К. Мілютіна, О. Кокун, О. Гринів, А. Колобкова, О. Саннікова та ін.

Поняття «часова перспектива» було введено у психологію К. Левіном. Його учень Л. Франк запропонував вивчати часову перспективу як самостійний предмет психологічного дослідження і вважав її динамічною базовою властивістю людського існування, яка включає психологічне минуле та психологічне майбутнє на певний момент.

У руслі мотиваційного підходу уявлення про часову перспективу розвивали Ж. Нюттен, В. Ленс, Т. Гісме, З. Залескі та ін. В якості одиниці аналізу пропонується узагальнююча характеристика – часова інтеграція, яка відображає сприйняття людиною зв'язків між діями сьогодення і подіями минулого або майбутнього (Nyutten Zh., 2004).

Цікавим у плані узагальненого розгляду часової перспективи є підхід Ф. Зімбардо і Дж. Бойда (Harber K.D., Zimbardo P.G., Boyd J.N., 2003; Keough K.A., Zimbardo P.G., Boyd J.N., 1999; Boyd J.N., Zimbardo P.G., 2005). У цьому підході найбільш повно розроблено категорію часової орієнтації, яка розуміється як оціночний компонент роздумів людини про минуле, теперішнє, майбутнє. Збалансована часова орієнтація властива людям, що

перебувають у стабільній життєвій ситуації. Стреси, хвороби, життєві кризи часто призводять до того, що особи замикаються в теперішньому або живуть спогадами про «прекрасне» минуле.

Розробники причинно-цільової концепції психологічного часу Е. Головаха та О. Кронік у якості проблеми дослідження визначили особливості відображення й оцінювання людиною свого життя. Основним предметом вивчення є події минулого, теперішнього і майбутнього в їх взаємозв'язку (Holovakha E.Y., Kronik A.A., 1984; Kronik A.A., 1994; 2008).

Розглядаючи питання про часовий аспект людського існування, К. Абульханова-Славська виділила психологічну, особистісну і власне життєву перспективи як три різних явища. Особистісна перспектива трактується як здатність людини на будь-якому віковому етапі свідомо, подумки передбачити майбутнє, а також готовність до нього в теперішньому й установка на його досягнення (Abulkhanova K.A., Berezina T.N., 2001).

Спираючись на аналіз та узагальнення отриманих у світовій і вітчизняній психології часу даних, український професор Б. Цуканов досліджував проблему часової організації індивіда й особистості. З точки зору вченого, у кожного індивіда є власна одиниця часу. Вона виконує санкцію кроку, яким вимірюється пережита тривалість, визначає квантову структуру часових параметрів рухів, їх темп і ритм. Власна одиниця часу є вродженою й однозначно визначає належність індивіда до своєї типологічної групи темпераменту. Залежно від належності до типологічної групи у кожного індивіда формується власна оцінка швидкоплинності пережитого часу й індивідуально визначений тип орієнтації в майбутнє, теперішнє і минуле. Власна одиниця часу індивіда пов'язана з ритмом серцевої діяльності і перебуває в кратному відношенні до тривалості дихального циклу (Tsukanov B.I. 2000; Tsukanov B.Y., 2002).

Отже, на основі аналізу наукової літератури встановлено, що у психології немає однозначного визначення часової перспективи особистості, а також підходу щодо її вивчення. Це зумовлено тим, що поняття розробляється різними авторами незалежно один від одного, в різних проблемних контекстах. Часова перспектива як передумова продуктивної соціалізації повинна розглядатися як узагальнене бачення людиною подій власного життя, уявлення їх у певній часовій віднесеності і послідовності й вивчатися в сукупності когнітивного, емоційного та регулятивного компонентів. При цьому в якості параметрів вивчення часової перспективи виступають часові рамки окремих періодів життя (минуле, теперішнє, майбутнє), зміст і структура часових уявлень, ставлення до минулого, сьогодення та майбутнього, взаємозв'язки між подіями і періодами життя.

У межах організації та проведення емпіричного дослідження часову перспективу ми розглядаємо як систему уявлень індивіда про минуле й особистісну спрямованість запланованих і прогнозованих важливих подій свого майбутнього життя. Часова перспектива включає спогади про важливі події минулого життя, життєві цілі, плани та планування майбутнього. Для

повноцінного особистісного розвитку часова перспектива має цілісний характер, де минуле, теперішнє і майбутнє взаємопов'язані.

Наукові праці як зарубіжних, так і вітчизняних дослідників щодо проблем дослідження часової перспективи, професійних криз, пов'язаних із можливою втратою роботи та безробіттям, стали методологічною основою емпіричного дослідження з питань вивчення особливостей часової перспективи представників малого та середнього бізнесу в умовах пандемії та визначення психологічних детермінант, які допомагають людині оптимально планувати та позитивно сприймати своє майбутнє навіть в умовах кризи.

У дослідженні застосовано такі психодіагностичні методики: «Лінії життя» (О. Кронік, Б. Левін, А. Пажинтов); «Шкала переживання часу» (Є. Головаха, О. Кронік); опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю», розроблений на основі шкали Дж. Роттера (Є. Бажин, Є. Голинкін, Л. Еткінд); «Смисложиттєві орієнтації» (Д. Леонтьєв); «Діагностика рівня розвитку рефлексивності» (А. Карпов). Обробку результатів здійснено за допомогою математико-статистичних методів – коефіцієнта кореляції Пірсона та U-критерію Манна-Уїтні.

На першому етапі дослідження було проведено анкетування для збору відомостей щодо психоемоційного стану представників малого і середнього бізнесу, які перебували у складних умовах під час локдауну, який було введено керівництвом країни з метою запобігання поширенню COVID-19. Результати анкетування показали, що більшість підприємців (83 %) пов'язують свої переживання з професійною діяльністю (зокрема, з проблемами, викликаними припиненням роботи їхнього бізнесу), 98 % працівників бояться втратити роботу, 64 % вважають себе реалізованими у професії. Такі результати підтвердили, що серед підприємців існують психологічні проблеми, пов'язані з переживанням кризової ситуації.

Для подальшої роботи було сформовано вибірку досліджуваних із двох груп. Перша група – це представники малого і середнього бізнесу кількістю 30 осіб віком від 27 до 44 років. З них 4 (13 %) жінок та 26 (87 %) чоловіків. Друга група – це особи, які мають стабільну роботу, – працівники районних державних адміністрацій, військового комісаріату, викладачі навчальних закладів кількістю 30 осіб віком від 27 до 45 років. З них 5 (16 %) жінок та 25 (84 %) чоловіків. Саме така вікова категорія нами була обрана тому, що люди цього віку найбільш продуктивні у професійному плані.

Ідея дослідження полягала у зіставленні уявлень про своє майбутнє (кількісні та якісні показники) між двома групами осіб – тих, хто стабільно працює, і тих, хто перебуває у стані можливої втрати роботи. Але головним завданням дослідження було визначення чинників, які дають можливість особистості якісно та оптимально конструювати своє майбутнє, незважаючи на кризові умови.

Для вивчення часової перспективи досліджуваних було застосовано дві методики: «Лінії життя» (О. Кронік, Б. Левін, А. Пажинтов) та «Шкала переживання часу» (Є. Головаха та О. Кронік). Ці методики дають змогу

визначити, як особистість сприймає своє життя, який період та які події для неї мають найбільше значення, як сприймається майбутнє і на який строк воно планується. За результатами діагностики були отримані показники щодо уявлення про своє майбутнє досліджуваними.

Строки планування власного майбутнього у групі підприємців розподілилися так (рис. 1).



Рис. 1. Строки планування майбутнього у групі підприємців

Отже, 30 % планували майбутнє на строк до 1 року, 60 % – від 1 до 1,5 року, 10 % – на 2 роки. Аналіз результатів свідчить, що строк планування в цій групі у більшості досліджуваних не перевищує 1,5 року. Середній показник – 1 рік і 1 місяць.

У групі тих, хто стабільно працюють, 7 % планували майбутнє на строк до 1 року, 18 % – від 1 до 1,5 року, 60 % – від 2 до 3 років, 15 % – на 4 і більше (рис. 2). Середній показник – 2 роки і 9 місяців. Такі показники свідчать про благополучний стан особистості і показують, що наявність стабільної роботи позитивно впливає на її розвиток.

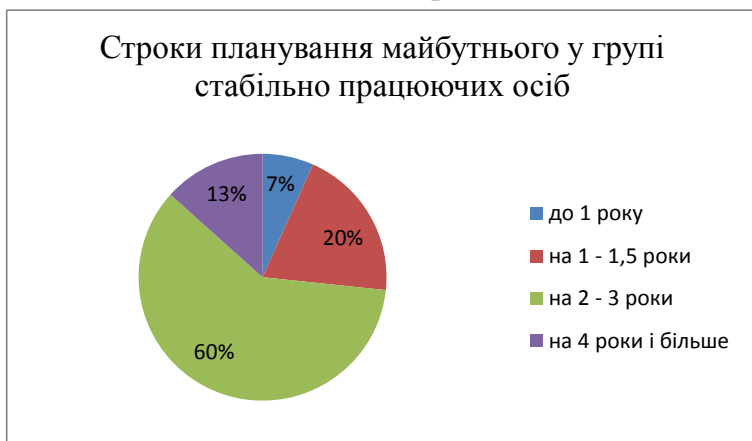


Рис. 2. Строки планування майбутнього у групі осіб, що стабільно працюють

Також за методикою «Лінія життя» проаналізовано результати стосовно сфер планування майбутнього. За цими даними у групі

досліджуваних, які мають стабільну роботу, часові перспективи чоловіків більшою мірою стосуються сімейної сфери (45 %), кар'єри (36 %), відпочинку, матеріальних проблем (18 %) тощо. Жінки в майбутньому планують відпочинок (36 %), сімейні події (30 %), кар'єрне зростання (11%) та ін.

Серед досліджуваних, що перебувають у ситуації можливої втрати роботи, у сфері планування жінок домінують події сімейного життя (66 %), кар'єрне зростання (29 %), відпочинок (3 %); у чоловіків – переважно сімейна сфера (49 %) і професійна (51 %).

Для визначення емоційного сприйняття досліджуваними свого майбутнього застосовано методику «Шкала переживання часу». Ця методика дає уявлення про те, як особистість оцінює власне майбутнє через полярні прикметники і визначає рівень сприйняття власного майбутнього.

Результати діагностики дали можливість виявити розбіжності в строках планування та рівнях емоційного сприйняття власного майбутнього між двома групами. У таблиці 1 наведено дані обчислювання результатів за критерієм U-Манна Уїтні.

Таблиця 1

**Розбіжності в уявленні про своє майбутнє між групами
досліджуваних**

<i>Групи досліджуваних</i> <i>Показники методик</i>	<i>Підприємці</i>	<i>Стабільно працюючі</i>	<i>Показник U- критерію Манна-Уїтні</i>
Середній строк планування майбутнього	1 рік, 2 місяця	2 роки, 6 місяців	288**
Середня оцінка за шкалами переживання часу	3,8	5,2	253,5**

*Примітка: ** – статистично значущі розбіжності на рівні $p < 0,01$*

Порівняння показників, отриманих за методикою «Лінії життя», дали можливість переконатися в тому, що в групі досліджуваних, які мають стабільну роботу, строки планування значно перевищували строки планування підприємців, які перебували в умовах кризи, пов'язаної з можливою втратою роботи. Також процес переживання професійної кризи, пов'язаної з можливою втратою роботи, впливає на емоційне забарвлення перспектив власного майбутнього. Отримані за методикою «Шкала переживання часу» дані вказують на те, що в групі досліджуваних, які мають стабільну роботу, перспективи майбутнього та заплановані в ньому події змальовані позитивно. Досліджувані цієї групи при описі подій власного майбутнього здебільшого використовують такі прикметники як «приємне», «різноманітне», «насичене» та «організоване». Що ж до групи досліджуваних, до якої входили підприємці, то при описі власного майбутнього вони використовують менш позитивні прикметники.

Отримані результати свідчать про те, що люди, які перебувають в умовах кризи, пов'язаної з можливою втратою роботи, не планують своє майбутнє більше ніж на півтора року вперед. Хоча особи, які мають стабільну роботу, також не планують свого майбутнього на довгострокову часову перспективу – в середньому від двох до п'яти років. На нашу думку, це може бути пов'язано з нестабільними та мінливими процесами перетворення в суспільстві.

Для визначення зв'язку між уявленням про своє майбутнє і показниками застосованих психодіагностичних методик здійснено кореляційний аналіз за коефіцієнтом кореляції *r*-Пірсона (табл. 2).

Таблиця 2

Значення коефіцієнтів кореляції *r*-Пірсона між уявленням про своє майбутнє та показниками методик

<i>Показники методик</i>	<i>Строк планування майбутнього</i>	<i>Оцінювання власного майбутнього</i>
Рівень розвитку рефлексивності	0,684**	0,641**
СЖО (результативність життя)	0,763**	0,701**
СЖО (локус-контролю Я)	0,676**	0,329*
УСК (інтернальності в галузі досягнень)	0,712**	0,632**
УСК (інтернальність у галузі виробничих відносин)	0,497**	0,237
УСК (загальний рівень)	0,660**	0,329*

Примітка. ** – статистично значущі кореляції на рівні $p < 0,01$;

* – статистично значущі кореляції на рівні $p < 0,05$

Кореляційний аналіз дав можливість встановити статистично значущі зв'язки між змінними і виділити показники, які детермінують оптимальне планування свого майбутнього та його позитивне сприйняття:

– достатній рівень розвитку рефлексивності, тобто здатності до мисленнєвого процесу, який спрямований на самопізнання, аналіз своїх емоцій та почуттів, станів, здібностей та поведінки;

– смисложиттєва орієнтація – результативність життя або задоволеність самореалізацією, що свідчить про те, наскільки продуктивно й осмислено була прожита частина життя;

– смисложиттєва орієнтація – локус контролю – Я, що відповідає уявленню про себе як про сильну особистість, яка має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя відповідності до своїх цілей і уявлень про його сенс;

– загальний показник інтернальності, тобто суб'єктивний контроль над будь-якими важливими життєвими ситуаціями;

– показник інтернальності в галузі досягнень, що свідчить про суб'єктивний контроль над емоційно позитивними подіями та здатність з успіхом досягати намічених цілей у майбутньому;

– показник інтернальності в галузі виробничих відносин, що означає розвинене почуття контролю у виробничих відносинах.

Отже, психологічними детермінантами оптимального планування свого майбутнього та його позитивного сприйняття можна вважати достатньо високий рівень розвитку рефлексивності, здатність людини брати відповідальність за процес власного життя, впевненість у результативності власного життя та здатність контролювати події. Отримані результати підтверджують положення про те, що рефлексивні механізми дають змогу особистості усвідомлювати й контролювати свої психічні стани та поведінку в складних життєвих ситуаціях, розуміти тимчасовість труднощів та ефективно долати кризові події [8].

Висновки. Результати емпіричного дослідження свідчать про те, що в ситуації нестабільності людина по-іншому переживає час власного життя, переосмислює минуле, сьогодення і майбутнє, іноді втрачає відчуття часу і, відповідно, цілі власного буття, що може бути одним із симптомів життєвої кризи. Представники малого та середнього бізнесу, які перебувають в умовах кризи, пов'язаної з втратою роботи, не планують свого майбутнього на довгострокову перспективу і переживання часу власного життя в них значно відрізняється від осіб, які мають стабільну роботу. У деяких осіб планування на майбутнє взагалі блокується, що може бути ознакою життєвої кризи, яка тяжко переживається. В осіб, які мають стабільну роботу, кількісні та якісні показники майбутньої власної перспективи набагато кращі.

Існують психологічні детермінанти, які дають особистості можливість оптимально планувати своє майбутнє. Рівень розвитку рефлексивності та здатність людини брати відповідальність за процес власного життя є тими особистісними чинниками, які дають змогу оптимально планувати власне майбутнє та позитивно його оцінювати навіть в умовах професійної кризи, пов'язаної з можливою втратою роботи.

Перспективи подальших досліджень полягають у дослідженні проблеми впливу минулих подій на процес переживання життєвих криз особистістю та вивченні психологічних механізмів, які дають можливість переосмислювати власне минуле і досягати внутрішнього благополуччя.

Бібліографічні посилання

- Abulkhanova, K. A., Berezina, T. N. (2001). Vremya lichnosti i vremya zhizni [Personality time and time of life]. Sankt-Peterburg: Aleteiya [in Russian].
- Holovakha, E. Y., Kronik, A. A. (1984). Psikhologicheskoe vremya lichnosti [Psychological personality time]. Kiev: Naukova dumka [in Russian].
- Kronik, A. A. (1994). Subyektivnaya kartina zhiznennogo puti kak predmet psikhologicheskogo issledovaniya [Subjective picture of life path as a subject of psychological research]. Doctor's thesis. Moskva [in Russian].
- Kronik, A. A. (2008). Kauzometriya: Metody samopoznaniya, psikhodiahnostiki i psikhoterapii v psikhologii zhiznennogo puti [Causometry: methods of self knowledge, psychodiagnostics and psychotherapy in life path psychology]. Moskva: Smysl [in Russian].
- Nyutten, Zh. (2004). Motivatsiya, deystvie i perspektiva budushcheho [Motivation, action and future time perspective]. Moskva: Smysl [in Russian].

- Tsukanov, B. I. (2000). *Vremya v psikhike cheloveka* [Time in the human psyche]. Odessa: Astroprint [in Russian].
- Tsukanov, B. Y. (2002). Evolyutsiynе vidlunnya indyvidualnykh vidminnostei [Evolutionary echo of individual differences]. *Psychology and society Психологія і суспільство*, № 2, p.126–148 [in Ukrainian].
- Dysa, O. (2018). Mechanizmy refleksyjne pryezycia i pokonania sytuacii kryzysowych w zyciu jednostki. *European humanities studies: state and society / Europejskie studia humanistyczne: państwo i społeczeństwo*, issue 1 (1), (Poland-Ukraine), p. 67–77.
- Miller, R.B., Brickman, S. J. (2004). A Model of future-oriented motivation and self-regulation. *Educational Psychology Review*, vol. 16, № 1. p. 9–33.
- Simons, J. (2004). Placing motivation and future time perspective theory in a temporal perspective. *Educational Psychology Review*, vol. 16, № 2. p. 121–139.
- Harber, K. D., Zimbardo, P. G., Boyd, J. N. (2003), Participant self-selection biases as a function of individual differences in time perspective. *Basic and Applied Social Psychology*, vol. 25 (3), p. 255–264.
- Keough, K. A., Zimbardo, P. G., Boyd, J. N. (1999). Who's smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use. *Basic and applied social psychology*, vol. 21 (2), p. 149–164.
- Boyd, J. N., Zimbardo, P. G. (2005). Time perspective, heath, and risk taking. *Understanding Behavior in the Context of Time*, p. 85–108.