

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ
У СПРИЙНЯТТІ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ**

Дана тема є надзвичайно актуальною, адже час – наша найцінніша власність. Час – це і є наше життя, але він, на жаль, чи, на щастя, обмежений. Тому потрібно вміти ефективно та обдуманно користуватись ним. У кожного індивідуальне відчуття часу, а точніше його проміжку, наприклад, – хвилини.

Час летить на багато швидше, ніж раніше. Швидкість всього зросла, та тим не менше, час скоротився – відбувається зворотне тому, чого варто було б очікувати. Наше життя, наші роки, місяці, тижні, дні, години, хвилини і навіть секунди розписані. Сучасні мислителі погоджуються и вважають, що сьогодні основна проблема в швидкості змін. Однак тема змін не нова. Люди і суспільство мали справу з нею ще з моменту зародження свідомості.

Філіпп Зімбардо і Джон Бойд були першими психологами, які зацікавились темою часу. Часова перспектива відображає установки, переконання і цінності, пов'язані з часом. Визначили шість часових перспектив. Часова перспектива позитивного минулого пов'язана з величезною кількістю позитивних моментів. Люди, сильно орієнтовані на позитивне минуле, щасливі, здорові і терплячі. Люди з часовою перспективою негативного минулого менш щасливі, у них слабке здоров'я. Люди, сильно орієнтовані на часову перспективу фаталістичного теперішнього, менш щасливі, у них слабке здоров'я, часто дратуються та проявляють нетерплячість. Люди, сильно орієнтовані на гедоністичне теперішнє щасливі, здорові, відносно терплячі і спокійні. Орієнтовані на часову перспективу майбутнього люди щасливі і здорові, але їх дратує і виводить із себе очікування інших людей. Трансцендентне минуле також є часовою перспективою, яка найбільше пов'язана зі здоров'ям та щастям. Люди орієнтовані на часову перспективу трансцендентного минулого рідше дратуються.

Зважаючи на все вище сказане, оскільки часова перспектива відображає установки, переконання і цінності, пов'язані з часом. Визначення часової перспективи допомагає отримати відповіді на велику кількість питань. Часова перспектива визначає думки, почуття і поведінку та, в кінцевому рахунку, – всі аспекти подальшого життя.

Отже, знаючи свою часову перспективу можна легко визначити свій шлях по життю. А, отже, можна виправляти недоліки, намагатись змінитись в кращу сторону чи навпаки підтримувати та посилювати свої кращі прояви, намагатись якомога ефективніше застосовувати їх.

Науковий керівник – Струневич О.Д., викл.