

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЧЕРНІГІВСЬКИЙ КОЛЕГІУМ»
ІМЕНІ Т. Г. ШЕВЧЕНКА
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ
ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Кафедра загальної, вікової та соціальної психології імені М.А.Скока

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
освітнього ступеня «бакалавр»

на тему:

ОБРАЗ Я-МАЙБУТНЬОГО СУЧАСНОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ
(НА ПРИКЛАДІ ПІДЛІТКІВ ЧЕРНІГОВА ТА ЛЬВОВА)

Виконала: студентка IV курсу, 41 групи
напряму підготовки 053 Психологія
Возна Софія Сергіївна

Науковий керівник:
канд. психол. наук, доцент
Дроздова Марина Анатоліївна
Захищено з оцінкою _____

Голова ЕК _____

Чернігів - 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНА Я-МАЙБУТНЬОГО У СВІДОМОСТІ ПРЕДСТАВНИКІВ МОЛОДІ	
1.1. Аналіз феномена «образ Я-майбутнього»	5
1.2. Психологічні особливості Я-образу майбутнього серед молоді.....	13
Висновки до першого розділу.....	17
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КРОС-КУЛЬТУРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОБРАЗУ Я-МАЙБУТНЬОГО ВІТЧИЗНЯНИХ ПІДЛІТКІВ	
2.1. Методика та процедура дослідження.....	19
2.2. Отримані результати та їхній аналіз.....	21
2.3. Практичне впровадження результатів.....	46
Висновки до другого розділу.....	57
ВИСНОВКИ	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	61
ДОДАТКИ	64

ВСТУП

Актуальність дослідження. В сучасних умовах війни, яка охопила Україну, психологічний стан молодого покоління зазнає значних змін. Підлітки, які ще тільки формують свої життєві орієнтири, змушені адаптуватися до реальності, що супроводжується нестабільністю, невизначеністю та стресовими ситуаціями. Війна впливає на їхні уявлення про майбутнє, змінюючи життєві пріоритети, професійні плани та особистісні очікування. Дослідження образу Я-майбутнього в підлітковому віці є надзвичайно важливим, оскільки цей період характеризується активним пошуком себе, побудовою життєвих стратегій та формуванням ціннісних орієнтацій. У кризових умовах цей процес може ускладнюватися, що, у свою чергу, впливає на впевненість у собі, рівень тривожності та мотивацію до самореалізації.

Підлітки – це покоління, яке перебуває на перехресті змін: технологічних, соціальних, політичних і економічних. Вони ростуть у світі, який переживає постійну динаміку та трансформацію, де зміни відбуваються швидко і часто непередбачувано. У період глобалізації, швидкого розвитку технологій, змін клімату, економічних криз та політичних нестабільностей, підлітки все частіше стикаються з невизначеністю і тривогою щодо свого майбутнього. Це може бути пов'язано з труднощами у виборі кар'єри, питаннями ідентичності та належності до суспільства, а також зі зростаючим впливом медіа та соціальних мереж на їхні уявлення про світ. Окрім того, війна та інші глобальні кризи значно змінюють сприйняття майбутнього серед підлітків, змушуючи їх адаптуватися до нових реалій, шукати сенс в умовах нестабільності та втрат, а також змінювати свої пріоритети і цінності.

Отже, актуальність даного дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння того, як молодь в умовах війни сприймає своє майбутнє та які особливості притаманні різним регіональним групам.

Об'єкт дослідження – образ Я-майбутнього.

Предмет дослідження: крос-культурні особливості образу Я-майбутнього у підлітків Чернігова та Львова.

Мета дослідження: виявити крос-культурну специфіку образу Я-майбутнього у підлітків Західного та Північного регіонів України.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз образу Я-майбутнього та його формування у підлітковому віці.
2. Організувати та провести емпіричне дослідження крос-культурних особливостей образу Я-майбутнього серед підлітків.
3. Проведення статистичного та якісного аналізу результатів.
4. Практичне впровадження результатів у вигляді розробки лекції для шкільних учителів.

Теоретико-методологічна основа дослідження: концептуальні положення науковців щодо образу Я-майбутнього загалом (А. Бандура, І. Добриніна, Дж. Келлі, Дж. Нуттін, Л. Фестінгер, К. Юнг та інші) та образу Я-майбутнього молоді зокрема (В. Даценко, Ф. Зімбардо, Дж. Марсія, С. Омелянюк, І. Остапенко, С. Хілько та інші).

Методи дослідження: використано комплекс теоретичних (аналіз, узагальнення, класифікація), емпіричних (опитування, суб'єктивне шкалювання) та математико-статистичних (первинна математико-статистична обробка результатів) методів.

Структура роботи зумовлена логікою дослідження і складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (32 найменування) та додатків. Розділ I містить теоретико-методологічний аналіз феномена «образ Я-майбутнього» та психологічних особливостей і чинників формування образу Я-образу майбутнього серед молоді. У другому розділі міститься опис процедури емпіричного дослідження, отримані результати та їхній аналіз. Висновки підсумовують результати дослідження та роблять узагальнення щодо крос-культурних особливостей образу Я-майбутнього підлітків в умовах війни. Загальний обсяг роботи складає 64 сторінки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНА Я-МАЙБУТНЬОГО У СВІДОМОСТІ ПРЕДСТАВНИКІВ МОЛОДІ

1.1. Аналіз феномена «образ Я-майбутнього»

Феномен «образ Я-майбутнього» є важливим аспектом самосвідомості людини, що відображає її уявлення про власне майбутнє, можливі перспективи розвитку та життєві цілі. В психології цей концепт розглядається у тісному зв'язку з такими поняттями, як «часова перспектива», «життєва перспектива», «орієнтація на майбутнє» та «планування життєвого шляху». Аналізуючи різні підходи до розуміння «образу Я-майбутнього», можна виокремити його значення для особистісного розвитку, мотивації та саморегуляції.

Категорія образу майбутнього в цілому являє собою модель, яка ґрунтується на суб'єктивному досвіді особистості та надалі опосередковує сприйняття цього досвіду. К. Юнг розглядав образ майбутнього швидше, як процес, ніж як результат, та представляв його як інтуїтивний момент, що дозволяє розпізнавати можливості в даний, конкретний момент часу (Юнг, 1997). А у філософській традиції образ майбутнього розглядається як категорія, що спочатку не пізнається, яка залежить від минулого і від майбутнього (К. Ясперс) і, по суті, є набором гештальтів, які переживаються у певний час (О. Шпранглер). У рамках психології пізнання образ майбутнього залежить від здатності до прогнозування, а отже, для його вивчення необхідно розуміти особливості процесів пізнання та мислення, а також структуру особистісних особливостей людини, які також впливають формування образу майбутнього [28].

Щодо поняття «образ Я-майбутнього», важливо підкреслити, що воно не тотожне поняттям «образу Я» (self-image) чи «образу майбутнього» (future image). Образ «Я» як характеристика самосвідомості здебільшого відображає поточні уявлення про себе, тоді як образ майбутнього може стосуватися

будь-яких аспектів майбутнього світу, суспільства, подій. Натомість образ Я-майбутнього є персоналізованим, зосередженим саме на власній особистості в майбутньому часовому контексті. [17; 10].

Щодо образу Я-майбутнього, у сучасній психології існує кілька основних підходів:

- Когнітивний підхід – розглядає «possible selves» як когнітивні конструкції, що інтегрують уявлення про власне майбутнє, мають властивості структури, змісту та доступності.
- Мотиваційний підхід – акцентує на тому, що образ Я-майбутнього виступає мотивуючим чинником поведінки, зумовлюючи напрямки та інтенсивність зусиль.
- Наративний підхід – підкреслює роль особистих історій і самоідентифікаційних наративів у формуванні бачення свого майбутнього «Я» [11].

У рамках когнітивного підходу існує уявлення про те, що «образ Я-майбутнього» формується через когнітивні схеми, установки та особистісні очікування. А. Бандура в рамках емоційно-когнітивної теорії відзначає таку якість, як «позитивна самоефективна думка», яка є необхідною умовою для продуктивної активності людини, а також для створення образу майбутнього. Орієнтуючись на цей критерій, А. Бандура ділить людей на тих, хто довіряє собі, які можуть не лише передбачати своє майбутнє, але і створювати його, і тих, хто не довіряє, які можуть тільки передбачати, але не орієнтовані на творення [25].

Також важливим є внесок когнітивно-дисонансної теорії Л. Фестінгера, яка стверджує, що люди прагнуть уникати суперечностей між існуючими уявленнями про себе та новою інформацією. Це впливає на адаптацію ідеалів та цілей, що формують «Я-майбутнє». Наприклад, якщо особистісні переконання не узгоджуються з реальними досягненнями, людина може змінити свої цілі або способи досягнення цих цілей, щоб зберегти когнітивну гармонію [18].

Автор концепції особистісних конструктів Дж. Келлі вказує, що людина, як правило, вибудовує своє життя відповідно до планів на майбутнє. При цьому адекватність у прогнозуванні майбутніх подій залежить від використання особистісних конструктів, регулюючих взаємозв'язків образу майбутнього з дійсністю [29].

Соціально-культурний підхід розглядає формування «образу Я-майбутнього» як процес, що залежить від впливу соціального середовища, культурних норм та цінностей. Соціально-рольова теорія також пояснює, як очікування суспільства та різні соціальні ролі (студент, працівник, сімейна людина) впливають на формування перспективних уявлень. Також важливим є фактор соціальної підтримки, що сприяє створенню стійких та позитивних уявлень про майбутнє [28].

У межах гуманістичної парадигми образ «Я-майбутнє» трактується як ідеалізований варіант себе, до якого людина прагне в процесі самореалізації. Теорія самоактуалізації, запропонована А. Маслоу, та концепція «Я-ідеального» К. Роджерса підкреслюють, що образ майбутнього є не лише когнітивним планом, а й носієм глибоких ціннісних орієнтацій. Цей підхід розглядає образ «Я-майбутнє» як смислову константу особистісного зростання, що визначає напрям розвитку та виконує функцію внутрішнього мотиваційного ресурсу [11].

Феноменологічний підхід акцентує увагу на суб'єктивному досвіді переживання майбутнього. У цьому контексті образ «Я-майбутнє» не розглядається як об'єктивно структурований конструкт, а як відкритий і динамічний процес, що змінюється відповідно до життєвих подій, екзистенційного вибору й особистісного смислу. Важливою є уява про майбутнє не як фіксований результат, а як постійний пошук і переосмислення себе [28].

Соціально-контекстуальний підхід підкреслює роль соціального середовища, культури та комунікації у формуванні образу «Я-майбутнє». Відповідно до цього підходу, уявлення про себе в майбутньому є

відображенням соціальних очікувань, норм і цінностей, прийнятих у суспільстві. Особистість часто проектує на себе моделі поведінки, статусні ролі та життєві сценарії, які визнаються значущими в конкретному культурному контексті. Отже, образ «Я-майбутнє» формується у взаємодії між індивідом та соціумом, з урахуванням наявних можливостей, соціальних обмежень та очікувань інших [10].

Окремий напрям у дослідженнях становить екзистенційно-філософський підхід, який розглядає образ «Я-майбутнє» як прояв фундаментальної потреби особистості у пошуку сенсу буття. Ідея майбутнього тут тісно пов'язана з відповідальністю, свободою вибору та цілісністю людського існування. У межах цього підходу майбутнє не є наперед заданим, а постає як відкритий простір самотворення. Образ себе в майбутньому розглядається як внутрішній проєкт особистості, що вимагає усвідомленого вибору, прийняття невизначеності та ціннісної автентичності [9].

Феномен образу Я-майбутнього є однією з ключових категорій у психології самосвідомості та особистісного розвитку. Під цим поняттям розуміють інтегративну уяву особистості про саму себе в майбутньому, яка включає уявлення про власні можливості, риси, соціальні ролі, цілі та очікування щодо життєвого шляху.

За визначенням Дж. Нуттіна, образ Я-майбутнього є складовою мотиваційної сфери особистості, що відображає її прагнення та ідеали і виступає джерелом активності, спрямованої на досягнення бажаних станів. Подібно визначає це поняття й Х. Маркус, яка вводить термін «possible selves» – можливі «Я», тобто когнітивні репрезентації того, ким людина може стати, ким хоче стати або боїться стати у майбутньому. Отже, образ Я-майбутнього включає ідеальні, очікувані, можливі й навіть негативні варіанти власної особистості, що утворюють багатогранну картину майбутнього «Я» [31].

Згідно з концепцією Х. Маркуса і П. Нуріуса, «possible selves»

виконують регуляторну функцію, адже вони стимулюють поведінку, орієнтовану на досягнення позитивних і уникнення негативних варіантів майбутнього «Я». Ці уявлення слугують мостом між нинішнім «Я» та майбутнім, формуючи мотиваційні й емоційні установки особистості [31].

Дослідження образу Я-майбутнього також відрізняється від підходів, що вивчають лише плани чи цілі, адже воно включає емоційно забарвлені когнітивні схеми, що можуть бути як чіткими, так і дифузними, як реалістичними, так і фантазійними.

Розглядаючи Я-образ майбутнього слід виокремити його основні складові:

- Когнітивний компонент – знання і уявлення молодого людини про себе, свої здібності, можливості та обмеження. Він включає самооцінку, рефлексію щодо минулого досвіду та аналіз перспектив розвитку.
- Емоційний компонент – почуття, які супроводжують уявлення про майбутнє: від оптимізму і впевненості до тривожності і невизначеності.

Мотиваційний компонент – прагнення реалізувати власні життєві плани, мотивація до дії, готовність долати труднощі [21].

Картина майбутнього розкривається як цілісний, єдиний образ, що складається у певному соціумі у певний час. Він має когнітивну та емоційну складові. Когнітивною основою образу майбутнього є життєвий досвід, ціннісні орієнтації, знання про навколишній світ, логічне та системне мислення, технології соціальної взаємодії. Емоційний компонент існує у феноменах бажаної нами реальності як уявні конструкції устремлінь, тобто як мрія [5].

Більшість дослідників сходяться на тому, що структура образу Я-майбутнього є багатовимірною і включає такі елементи:

1. Образ бажаного Я (ideal self) – уявлення про те, якою людиною хоче стати.
2. Образ очікуваного Я (expected self) – те, ким, на думку людини, вона, ймовірно, стане.

3. Образ негативного Я (feared self) – варіанти, ким людина не хоче бути або боїться стати.

4. Тимчасові горизонти – часові рамки, в яких людина проектує своє майбутнє (ближче або віддалене).

5. Конкретність/абстрактність – ступінь деталізації та конкретизації уявлень [16].

Одним зі споріднених понять з образом Я-майбутнього є часова перспектива, яку Ф. Зімбардо описує як суб'єктивне сприйняття минулого, теперішнього та майбутнього. Високий рівень орієнтації на майбутнє корелює з проактивною поведінкою, прагненням досягати цілей та формуванням детальних життєвих планів. Зімбардо також виділяє різні типи часових орієнтацій: позитивна орієнтація на минуле, нейтральна або негативна оцінка теперішнього та майбутнього, що впливає на стилі поведінки та рівень задоволеності життям [32].

Тимчасова перспектива майбутнього визначається як конструкт, який використовується людиною для організації свого досвіду, вона є одним фактором, що мають найбільший вплив на розвиток у юнацькому віці, з урахуванням її ключової ролі для дій людини в даний час [30].

Життєва перспектива включає очікувані сценарії розвитку особистості, кар'єрні та сімейні плани, а також можливі виклики та труднощі. Дослідники відзначають, що гнучкість життєвої перспективи впливає на психологічну стійкість та адаптацію до змін. Особи з позитивною життєвою перспективою частіше демонструють оптимізм, впевненість у своїх силах та готовність до подолання життєвих труднощів [2].

Орієнтація на майбутнє визначає рівень залученості людини до планування та прогнозування власного життя. Дослідження показують, що особи з високою орієнтацією на майбутнє частіше мають стійку мотивацію до навчання та професійного розвитку. Вони здатні формулювати чіткі цілі, розробляти стратегії для їх досягнення та адаптуватися до змін у середовищі [30].

Формування позитивного «Я-майбутнього» сприяє особистісному зростанню, підвищенню самооцінки та розвитку внутрішньої мотивації. Негативні чи нечіткі уявлення про майбутнє можуть призводити до зниження життєвої активності, невпевненості та тривожності. Важливо зазначити, що здатність людини до рефлексії та критичного мислення допомагає коригувати уявлення про майбутнє, що в свою чергу сприяє психологічному благополуччю [9].

Майбутнє є психологічним конструктом, яке формується внаслідок внутрішньої роботи особистості. Воно забезпечує безперервність її власної історії, підтримує цілісність «Я» та визначає перспективи життєвого шляху. Людина сама є творцем свого майбутнього, інтегруючи отримані знання та досвід у відповідності до власних ціннісних орієнтирів і цілей. Майбутнє завжди залишається відкритим до змін, адже його зміст не є остаточно визначеним, а охоплює широкий спектр можливостей [10].

Образ особистого майбутнього формується в результаті внутрішньої діяльності людини та повністю залежить від неї. Тому цілком обґрунтовано можна вважати, що прагнення впливати на власне майбутнє є одним із ключових механізмів індивідуальної активності, що визначає життєві орієнтири та вчинки [24].

Отже, людина самостійно конструює своє майбутнє, сприймаючи його як «поле можливостей». Вона конкретизує його через власний вибір, обдумані рішення та дії в теперішньому часі. Образ майбутнього, по суті, є проекцією теперішнього у перспективі. Оскільки кожна особистість є унікальною, то й бачення майбутнього набуває індивідуального характеру [14].

Лише наявність у людини особистого образу майбутнього не гарантує успішної реалізації її життєвого шляху. Для цього необхідно чітко визначити цілі, розробити стратегію та сформувавати план дій, який буде відповідати реальним прагненням. Важливими чинниками є також здатність обирати відповідні засоби досягнення мети та послідовно втілювати їх у життя [7].

У науковій літературі виокремлюється кілька варіантів суб'єктивного сприйняття майбутнього:

- Фаталістичне майбутнє – пасивне та відірване від реальності, не узгоджується з власними потребами людини, а його уявлення формується під впливом батьківських і соціальних очікувань.
- Позитивне майбутнє – пов'язане з плануванням та враховує не лише очікування оточення, але й особисті потреби людини.
- Анти-майбутнє – базується на наслідуванні негативних життєвих сценаріїв дитинства, коли головним мотивом є задоволення чужих очікувань.
- Реальне майбутнє – відображає справжні потреби особистості, її переживання та взаємодію з іншими людьми [13].

Сучасна психологія все активніше спрямовує свій фокус на дослідження майбутнього, адже, за визначенням І. Поповича, сьогодні відбувається парадигмальний поворот у науці, яка спрямовується від вивчення того, що існує, до вивчення того, що виникає. Учений зазначає, що в останнє десятиріччя бурхливими темпами розвивається психологія конструювання майбутнього – одна з наймолодших галузей соціальної психології, і неабиякої актуальності набуває феномен темпоральності [21].

«Образ Я-майбутнього» є ключовим елементом особистісного розвитку, що впливає на мотивацію, самооцінку та життєві стратегії. Його дослідження дозволяє краще зрозуміти механізми саморегуляції та вплив соціальних факторів на формування уявлень про майбутнє. Розуміння різних підходів до аналізу цього феномену допомагає створити цілісну картину процесів, що визначають життєвий шлях особистості [6].

Отже, образ майбутнього є складним, мультимодальним конструктом, що формується конфігурацією багатьох індивідуально-психологічних, психофізіологічних та соціальних факторів, серед яких важливе місце займають толерантність до невизначеності, а також сприйняття тимчасової перспективи як основного показника адаптивності, гнучкості особистості та здібності до прогнозування. Феномен «Я-образ майбутнього» є системою

уявлень особистості про себе у перспективі, включаючи очікування, цінності, професійні та особисті орієнтири, які формують бачення свого розвитку. Формування позитивного і реалістичного Я-образу майбутнього сприяє професійному зростанню, конструктивній взаємодії та підвищенню якості прийняття рішень.

1.2. Психологічні особливості Я-образу майбутнього серед молоді

Феномен «образ Я-майбутнього» є складним психологічним конструктом, що охоплює уявлення індивіда про самого себе в майбутньому. Це уявлення формується під впливом особистісних особливостей, соціального оточення, життєвого досвіду та культурних чинників [26]. Аналіз цього феномена дозволяє зрозуміти, як молоді люди планують своє життя, які цілі ставлять перед собою та як вони уявляють свій розвиток у майбутньому.

Я-образ майбутнього серед молоді характеризується високою варіативністю та динамікою. Молоді люди, перебуваючи на етапі формування особистості, активно шукають своє місце в світі, визначають життєві цілі та плани. На формування цього образу впливають як внутрішні фактори (рівень самооцінки, емоційна стійкість, мотивація), так і зовнішні (вплив родини, друзів, освітнього середовища) [27].

На початкових етапах підліткового віку Я-образ майбутнього часто формується під впливом ідеалів і моделей поведінки, які молодь бачить у своєму найближчому оточенні. У цей період важливою є роль батьків, які задають базові орієнтири щодо цінностей і життєвих цілей [19]. Вони можуть як підтримувати, так і обмежувати молодь у формуванні амбіцій, залежно від власних очікувань і життєвих переконань. Наприклад, якщо батьки схильні до консервативного бачення кар'єрного шляху, це може стримувати прагнення підлітка до інноваційних або творчих професій [3].

У середньому підлітковому віці до цього додається вплив однолітків, що сприяє розширенню життєвих перспектив і формуванню більш самостійного бачення майбутнього. Молодь починає порівнювати себе з іншими, що може як стимулювати досягнення, так і викликати відчуття неповноцінності. Наприклад, успіхи друзів у навчанні або спорті можуть стати мотивацією для саморозвитку або, навпаки, спричинити відчуття тривоги щодо власного майбутнього [12].

Крім того, на цьому етапі важливу роль відіграють вчителі та наставники. Їх підтримка, визнання досягнень і конструктивна критика можуть значно вплинути на формування впевненості в собі та визначення життєвих орієнтирів. Наприклад, участь у конкурсах, олімпіадах чи гуртках допомагає молоді побачити свої сильні сторони і потенціал для розвитку в певній сфері [15].

У старшому підлітковому віці і на початку молодості Я-образ майбутнього стає більш конкретним і структурованим. Молоді люди починають активно планувати свої кроки до досягнення бажаних цілей, зокрема вибір професії, місця навчання, планування кар'єри. В цей період велике значення має здатність до саморефлексії та аналізу власних можливостей і обмежень [22].

Ф. Зімбардо є одним із провідних дослідників у галузі часової перспективи, що безпосередньо пов'язана з образом Я-майбутнього. Він створив інструмент – Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI), за допомогою якого оцінював схильність людини орієнтуватися на минуле, теперішнє або майбутнє. У молодіжних вибірках (старшокласники, студенти) Зімбардо виявив, що більшість молодих людей демонструють майбутньо-орієнтовану перспективу, що проявляється в постановці цілей, плануванні, розрахунку ризиків. Проте ця орієнтація часто поєднується з елементами гедоністичного теперішнього – бажанням отримувати задоволення «тут і зараз». Зімбардо підкреслював, що збалансована часова перспектива (поєднання досвіду минулого, реалій теперішнього та планів на майбутнє) є

найбільш адаптивною. Особливість молоді полягає в оптимістичних очікуваннях від майбутнього, іноді нереалістичних, а також у гнучкості планів [2].

Український дослідник В. Даценко ґрунтовно вивчав проблему образу Я-майбутнього, зокрема у підлітків і молоді. Він застосовував авторські методики (опитувальники, проєктивні методи) для дослідження когнітивних, емоційних та мотиваційних компонентів Я-образу. У роботах Даценка показано, що у старшокласників та студентів образ Я-майбутнього має фрагментарний, недостатньо структурований характер: молодь часто бачить лише окремі риси чи досягнення, а не цілісний життєвий сценарій. При цьому він підкреслював, що образ Я-майбутнього виконує важливу регулятивну функцію – орієнтує на досягнення, допомагає долати труднощі, сприяє формуванню смисложиттєвих орієнтацій. Даценко також наголошував на ролі соціального середовища (родини, однолітків, ЗМІ) у формуванні цього образу, а також на важливості розвитку рефлексивності як умови його поглиблення й деталізації [8].

Американський психолог Дж. Марсія розвинув теорію ідентичності Е. Еріксона, запропонувавши свою класифікацію статусів ідентичності, яка має безпосереднє відношення до образу Я-майбутнього. Він проводив дослідження на вибірках старшокласників і студентів, використовуючи напівструктуровані інтерв'ю для вивчення рівня визначеності в таких сферах, як професія, світогляд, релігія, міжособистісні стосунки. Марсія виділив чотири статуси ідентичності:

- Досягнення ідентичності (identity achievement) – молодь вже пройшла кризу вибору й прийняла важливі рішення щодо свого майбутнього;
- Мораторій (moratorium) – активний пошук себе, експериментування з ролями, відсутність остаточного визначення;
- Передчасна ідентичність (foreclosure) – прийняття готових рішень, нав'язаних родиною чи суспільством, без власного осмислення;
- Дифузія ідентичності (identity diffusion) – відсутність чіткого

уявлення про себе й майбутнє, апатія щодо життєвих цілей [17].

Науковцем було встановлено, що найбільш деталізований і реалістичний образ Я-майбутнього характерний для молоді зі статусом досягнутої ідентичності, тоді як для групи мораторію – багатоваріантність, а для дифузії – нечіткість і нестабільність. Його підхід допомагає розуміти, чому в одних молодих людей образ Я-майбутнього є цілісним і мотивувальним, а в інших – розмитим і тривожним [17].

Молодь часто стикається з викликами, що вимагають адаптації Я-образу майбутнього. Зміни в особистому житті, навчанні або соціальному середовищі можуть спричинити необхідність перегляду своїх життєвих планів. Гнучкість мислення та здатність адаптуватися до нових умов є важливими характеристиками, що сприяють позитивному розвитку Я-образу майбутнього [4].

Психологічна підтримка з боку дорослих, наставників і психологів допомагає молоді ефективно справлятися з труднощами та підтримувати мотивацію на шляху до досягнення своїх цілей. Зокрема, важливо навчити молодь навичкам управління стресом і конструктивного вирішення проблем, що сприяє збереженню позитивного бачення майбутнього навіть у складних ситуаціях [23].

Гендер також може впливати на формування Я-образу майбутнього. Дослідження показують, що дівчата частіше орієнтовані на міжособистісні відносини та сімейні цінності в своїх уявленнях про майбутнє, тоді як юнаки більше зосереджуються на професійній реалізації та досягненнях. Проте ці відмінності можуть варіюватися в залежності від культурного контексту та індивідуальних особливостей [20].

У сучасному світі глобалізаційні процеси суттєво впливають на формування Я-образу майбутнього. Доступ до інформації, можливість подорожувати та спілкуватися з представниками інших культур розширює горизонти молоді, формуючи уявлення про більш різноманітні сценарії розвитку. Це може як сприяти, так і ускладнювати процес прийняття рішень

щодо майбутнього, оскільки зростає кількість можливих варіантів і шляхів розвитку [1].

Формування адекватного та позитивного образу майбутнього має критичне значення для особистісного зростання та успішної самореалізації молоді. Воно визначає рівень активності у побудові власного життя, допомагає долати труднощі, приймати обґрунтовані рішення та відповідально ставитися до своїх дій.

Молодь зі сформованим Я-образом майбутнього більш схильна:

- До активного навчання та розвитку;
- До усвідомленого вибору професії та кар'єри;
- До ефективного планування свого життя;
- До відповідального ставлення до власного добробуту та самореалізації [27].

Отже, Я-образ майбутнього у молоді є багатофакторним і залежить від поєднання особистісних характеристик, соціальних впливів і життєвого досвіду. Розуміння цих аспектів дозволяє ефективніше підтримувати молодь у їхньому прагненні досягти гармонійного та успішного майбутнього.

Розуміння психологічних особливостей Я-образу майбутнього серед молоді дозволяє визначити шляхи його формування та корекції. Підтримка соціального оточення, розвиток саморефлексії та позитивної самооцінки, а також створення сприятливих умов для самореалізації допоможуть молодій людині знайти свій життєвий шлях і впевнено рухатися до своїх цілей.

Висновки до першого розділу

Теоретико-методологічний аналіз поняття «образ Я-майбутнього» дозволив визначити, що цей феномен є важливим аспектом самосвідомості людини, який відображає її уявлення про власне майбутнє, можливі перспективи розвитку та життєві цілі. Аналіз різних наукових підходів

дозволив виокремити основні компоненти образу Я-майбутнього: когнітивний, емоційний та мотиваційний.

На формування образу Я-майбутнього впливають особливості соціального середовища, культурних норм та цінностей. Важливу роль відіграють батьки, однолітки, вчителі, медіа та соціальні мережі. Вплив цих факторів може бути як позитивним, так і негативним, залежно від умов та обставин.

Також було визначено, що формування позитивного образу Я-майбутнього сприяє особистісному зростанню, підвищенню самооцінки та розвитку внутрішньої мотивації. Негативні чи нечіткі уявлення про майбутнє можуть призводити до зниження життєвої активності, невпевненості та тривожності.

Образ Я-майбутнього є складним, мультимодальним конструктом, що формується конфігурацією багатьох індивідуально-психологічних, психофізіологічних та соціальних факторів. Його дослідження дозволяє краще зрозуміти механізми саморегуляції та вплив соціальних факторів на формування уявлень про майбутнє.

Образ Я-майбутнього – це система уявлень людини про саму себе в перспективі, що включає очікування, цілі, соціальні й професійні прагнення. Особливої психологічної значущості цей феномен набуває в підлітковому та молодіжному віці, коли відбувається активне формування ідентичності, професійного самовизначення та життєвої стратегії. У молоді цей образ часто є емоційно насиченим, амбітним, але може містити суперечності між бажаним і реальним, що впливає на поведінку в міжособистісній взаємодії.

Отже, теоретико-методологічний аналіз феномена образу Я-майбутнього дозволив окреслити його ключові характеристики та значення у свідомості молоді. На основі цих теоретичних засад у другому розділі представлено результати емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення крос-культурних особливостей образу Я-майбутнього у вітчизняних підлітків.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КРОС-КУЛЬТУРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОБРАЗУ Я-МАЙБУТНЬОГО ВІТЧИЗНЯНИХ ПІДЛІТКІВ

2.1. Методика та процедура дослідження

Емпіричне дослідження крос-культурних особливостей образу Я-майбутнього у підлітків проводилося серед двох груп підлітків із двох регіонів України: м. Чернігів та м. Львів. У кожній групі було відібрано по 30 осіб віком 13-15 років, при цьому розподіл вибірки за статтю був майже рівномірний (див. таблицю 2.1.)

Таблиця 2.1.

Статеві-віковий розподіл респондентів

Категорія	Чернігів (n=30)	Львів (n=30)
Вік (середній)	13,9 років	14,2 років
Дівчата (%)	53% (16 осіб)	57% (17 осіб)
Хлопці (%)	47% (14 осіб)	43% (13 осіб)

Вибір Чернігова та Львова для дослідження не є випадковим, оскільки ці міста мають різний соціально-культурний контекст та різний рівень безпосереднього впливу війни. Порівняльний аналіз уявлень про власне майбутнє підлітків із цих двох регіонів дозволяє виявити крос-культурні відмінності у футурологічних оцінках та уявленнях.

Для збору емпіричних даних використовувалася авторська анкета «Образ майбутнього» (Додаток А), яка спрямована на дослідження уявлень молоді про власне майбутнє через 10-15 років. Вона анонімна, і респонденти мали можливість вільно висловити свої думки; правильних чи неправильних відповідей тут не передбачалося. Досліджуваних просили надати інформацію щодо демографічних даних: статі, віку, міста проживання. За допомогою методу суб'єктивного шкалювання респондентам пропонувалося оцінити за

7-бальною шкалою (де 1 – повна згода з лівою характеристикою, 7 – з правою), яким їм уявляється уявлення про власне майбутнє через 10-15 років. Запропоновані дескриптори стосувалися оцінок рівня прогнозованості та безпечності майбутнього, матеріальної забезпеченості, здоров'я, відчуття щастя, наявності гарної освіти, роботи, сім'ї, дітей, багатьох друзів; оцінки рівня складності майбутнього, відчуття спокою, міри схожості з майбутнім інших, частоти роздумів про майбутнє, рівня реалістичності планів і мрій щодо власного майбутнього тощо.

Також респонденти мали завершити два незакінчені речення (в інструкції до завдання пропонувалося дати один або кілька варіантів відповіді):

«У майбутньому я хочу мати...»

«У майбутньому я себе бачу...»

Опитування проводилося онлайн за допомогою Google Форми (https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe-Odun8wmliv7BD_PdnHUEZ5RCCBHbnjW6ApwLLR_l3lUrpA/viewform?usp=dialog) із забезпеченням анонімності респондентів. Перед початком анкетування учасники отримували інструкцію щодо заповнення анкет. Усі зібрані відповіді автоматично зберігалися в електронному форматі, що дозволило ефективно обробити дані та узагальнити результати дослідження.

Для залучення учасників було застосовано метод «сніжної кулі», відповідно до якого респонденти після проходження опитування поширювали посилання на анкету серед своїх знайомих, що дозволило охопити ширшу вибірку підлітків з міст Чернігова та Львова. Такий підхід сприяв формуванню більш варіативного та репрезентативного масиву емпіричних даних.

До отриманих результатів застосовувалася процедура первинної математико-статистичної обробки даних (обчислення середніх статистичних показників і стандартних відхилень).

2.2. Отримані результати та їхній аналіз

Аналіз отриманих даних дозволяє виявити характерні особливості образу власного майбутнього у представників різних культурних середовищ. Проаналізуємо отримані результати (Рис. 2.1.– 2.17).

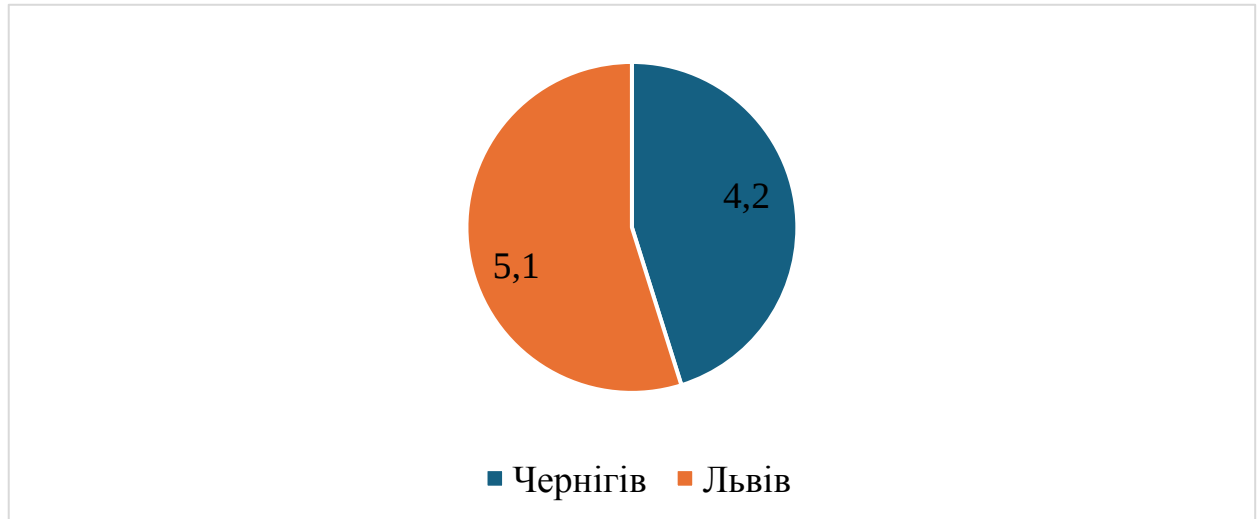


Рис. 2.1. Середні показники прогнозованості власного майбутнього

Рівень прогнозованості майбутнього учасниками дослідження представлено на Рис. 2.1., середній бал підлітків з м. Чернігів – 4,2 (середній рівень прогнозованості майбутнього), тоді як у підлітків з м. Львів – 5,1 (майбутнє більш прогнозоване). Львівські підлітки, згідно з результатами дослідження, демонструють дещо чіткіше уявлення про власне майбутнє, що може проявлятися у більш визначених планах, професійних орієнтаціях чи життєвих цілях. Це припущення підтверджується вищим середнім балом за шкалою прогнозованості майбутнього ($5,1 \pm 0,9$).

Натомість підлітки з Чернігова мають нижчий середній показник ($4,2 \pm 1,0$), що може свідчити про суб'єктивне відчуття більшої непередбачуваності й невизначеності щодо власного майбутнього. Такий розрив можна пояснити не лише загальними соціально-економічними та культурними відмінностями між регіонами, а насамперед різницею в безпековій ситуації під час війни. Львів, як відносно безпечніший регіон, дає підліткам більше можливостей для планування, збереження навчального процесу, участі у позашкільних

активностях. У Чернігові, який зазнав обстрілів та окупації на початку війни, підлітки тривалий час перебували в умовах небезпеки, що негативно вплинуло на їхню здатність бачити своє майбутнє стабільним та прогнозованим. Ця різниця також відображає вплив пережитого стресу, втрат, тимчасового переміщення, що формують уявлення про майбутнє як менш контрольоване й залежне від зовнішніх обставин.

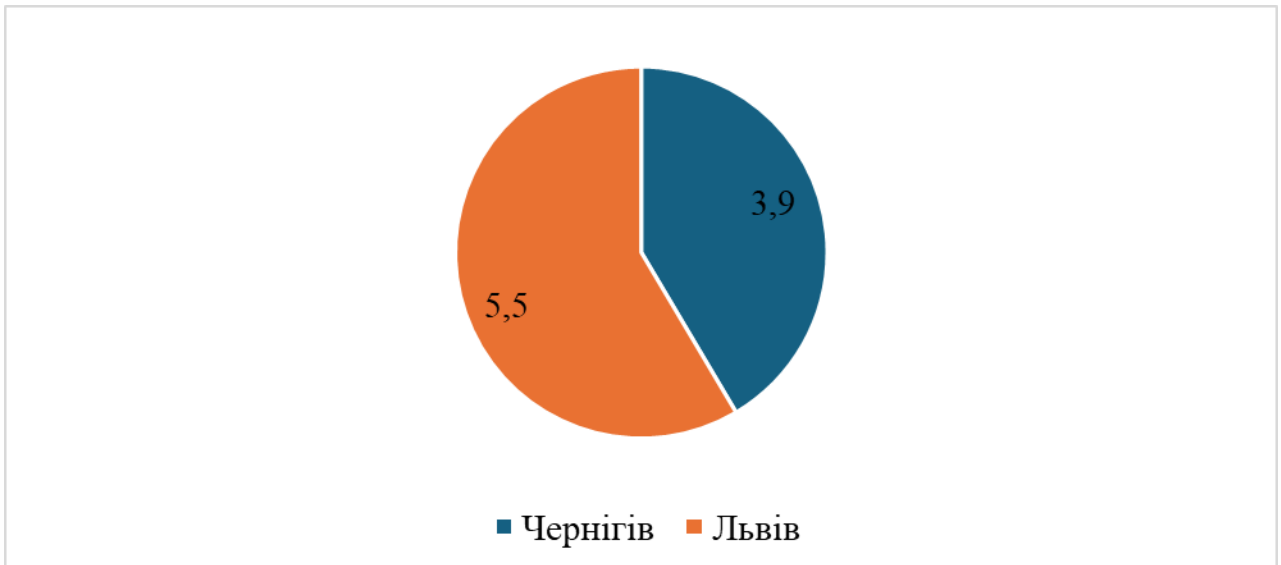


Рис. 2.2. Безпека власного майбутнього в уявленні підлітків

Відчуття безпеки майбутнього суттєво відрізняється між підлітками з різних регіонів: чернігівські підлітки демонструють середній рівень безпеки майбутнього ($3,9 \pm 1,1$), що супроводжується уявленнями про ризики та нестабільність, тоді як львівські підлітки оцінюють своє майбутнє як більш захищене ($5,5 \pm 0,9$). Ця різниця пояснюється передусім відмінностями у контексті життєвого досвіду підлітків під час війни. Львів протягом більшої частини повномасштабного вторгнення залишався відносно безпечним регіоном, не зазнавши значних руйнувань та бойових дій. Це дозволило зберегти інфраструктуру освіти, позашкільних установ, культурних заходів, що створює відчуття «нормальності» навіть в умовах воєнного стану. Підлітки, які продовжують навчання офлайн, беруть участь у гуртках, спортивних секціях, мають більше соціальних контактів та підтримки, відчують контрольованість і передбачуваність життя, що транслюється і на уявлення про майбутнє як більш безпечне й стабільне.

Натомість Чернігів був безпосередньо охоплений бойовими діями, обстрілами, що травматизувало мешканців міста. Підлітки стали свідками руйнувань, евакуацій, тривалого перебування в укриттях, що сприяло формуванню образу світу як небезпечного, непередбачуваного, а майбутнього – як такого, що залежить від зовнішніх обставин, а не власних зусиль. Ці фактори обмежують можливість довгострокового планування, породжують тривогу щодо завтрашнього дня, що й відображається у нижчих оцінках безпеки власного майбутнього. Отже, відмінності у сприйнятті безпеки майбутнього зумовлені як об'єктивними факторами – рівнем військової загрози, безпековою ситуацією в регіоні, доступністю освітніх і соціальних можливостей, – так і суб'єктивними переживаннями, пов'язаними з досвідом війни, впливом родини, соціального оточення. Львівські підлітки мають більше підстав сприймати своє майбутнє як безпечне завдяки стабільнішому середовищу, що підтримує відновлення почуття безпеки навіть у кризових умовах.

У групі чернігівських підлітків середній бал уявлення про матеріальне забезпечення у майбутньому (Рис. 2.3.) становить $4,5 \pm 1,0$ (з 7 можливих балів), що свідчить про помірний оптимізм: підлітки мають певний рівень впевненості у своїх фінансових перспективах, проте відчують і невизначеність. У Львові цей показник складає $5,7 \pm 0,8$ (з 7), що свідчить про вищий рівень упевненості у майбутньому матеріальному становищі.

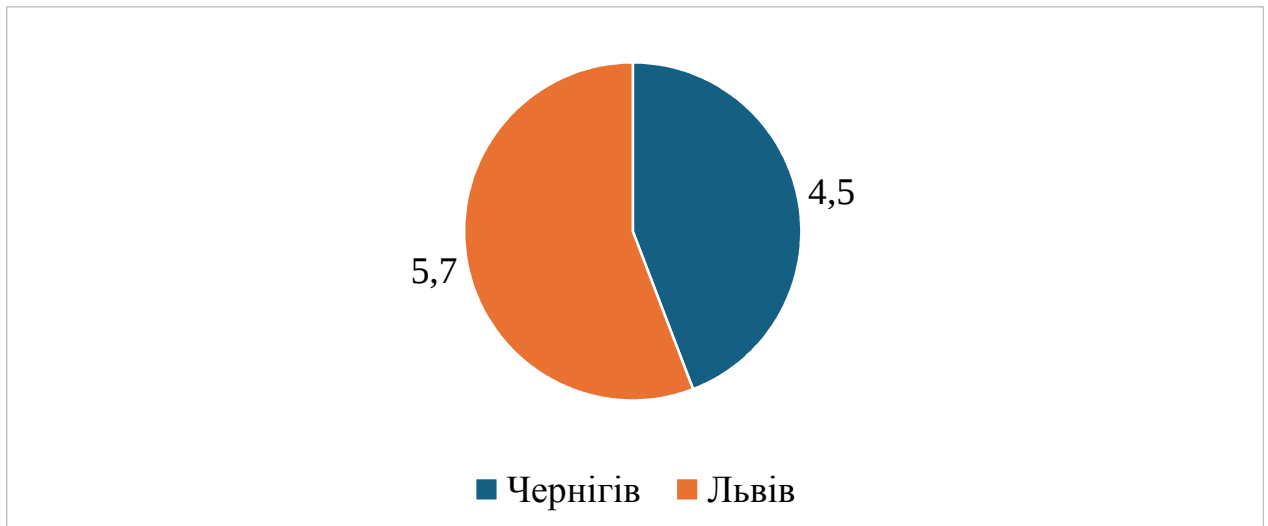


Рис. 2.3. Уявлення про власне матеріальне забезпечення у майбутньому

Цю відмінність можна пояснити кількома чинниками. По-перше, Львів є одним із економічно більш розвинених центрів західної України, з ширшими можливостями для працевлаштування, розвитку бізнесу, підприємництва, а також з більш розвиненою інфраструктурою сфери послуг та освіти. У місті діє велика кількість закладів вищої освіти, куди прагнуть вступити не лише місцеві, а й молодь з інших регіонів, що підвищує у підлітків відчуття перспективності здобуття освіти й подальшого працевлаштування.

По-друге, у Львові під час війни спостерігався притік внутрішньо переміщених осіб і розвиток волонтерських, соціальних та економічних ініціатив, що створило нові робочі місця, відкрилися підприємства малого й середнього бізнесу. Це формує уявлення про місто як територію можливостей навіть у кризовий час, а отже, підлітки мають більше підстав вірити у фінансову стабільність свого майбутнього.

Натомість Чернігів, який зазнав значних руйнувань на початку війни, все ще відновлює економічну інфраструктуру. Підлітки бачать обмежені можливості на локальному рівні: менше вакансій, часткову втрату підприємств, труднощі з відновленням бізнесу. Це формує обережніший, менш впевнений погляд на фінансові перспективи, оскільки майбутнє

асоціюється з необхідністю адаптації до нестабільних економічних умов.

Отже, більш оптимістичні уявлення львівських підлітків про матеріальне забезпечення у майбутньому зумовлені об'єктивною економічною ситуацією міста, більшою кількістю освітніх, кар'єрних, бізнесових можливостей, а також меншою мірою руйнувань і швидшим відновленням соціально-економічного середовища порівняно з Черніговом.

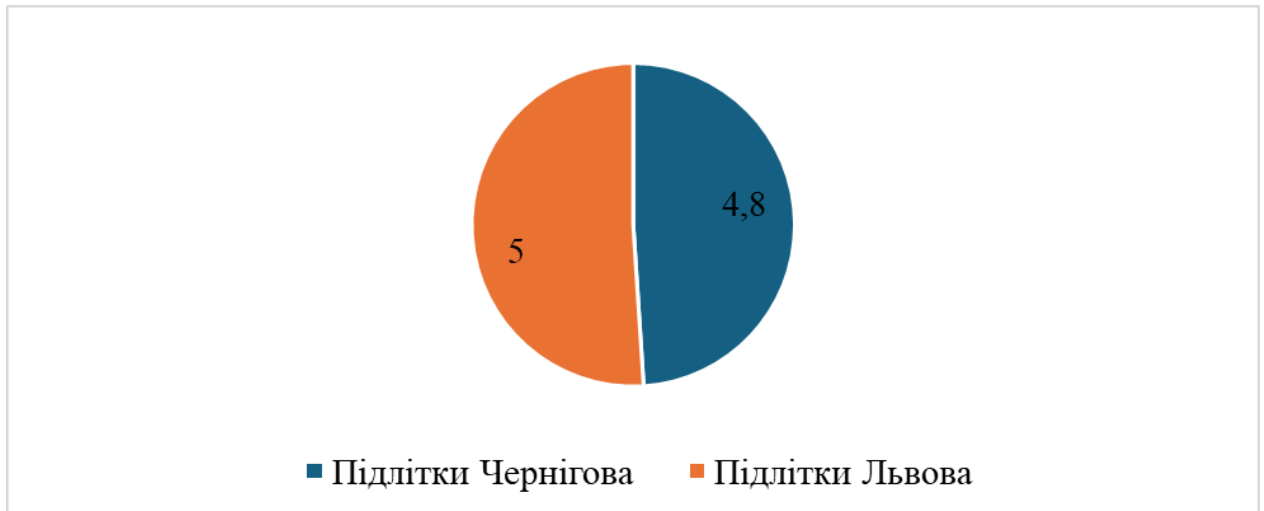


Рис. 2.4. Оцінка стану власного здоров'я в майбутньому

Уявлення щодо очікуваного здоров'я у майбутньому є дещо вищою у львівських підлітків ($5,0 \pm 0,9$) порівняно з чернігівськими ($4,8 \pm 0,8$).

Обидві групи оцінюють своє майбутнє здоров'я на рівні «вище середнього», що свідчить про загалом оптимістичне бачення власного фізичного стану через 10-15 років. Незначна різниця між показниками не дає підстав говорити про суттєві регіональні відмінності, тому головним акцентом є схожість у сприйнятті.

Такий позитивний погляд на майбутнє здоров'я можна пояснити кількома чинниками. По-перше, це пов'язано з віком опитаних: підлітки розглядають своє майбутнє у відносно близькій перспективі (10-15 років), коли люди зазвичай залишаються фізично активними та здоровими. У цьому віці важко уявити серйозні проблеми зі здоров'ям, особливо за відсутності хронічних хвороб на момент опитування.

По-друге, уявлення про майбутнє здоров'я значною мірою формуються під впливом особистого досвіду. Оскільки більшість підлітків у нормі не

мають значного досвіду зіткнення з важкими захворюваннями чи обмеженнями, а тому їхня «нормальність» проєктується і на майбутнє.

По-третє, оптимістична оцінка майбутнього здоров'я може відображати загальний рівень надії та впевненості у власних силах, що є характерним для підліткового віку. Навіть попри війну, підлітки, особливо ті, хто не має безпосереднього досвіду травматичних подій, можуть зберігати віру у власну здатність долати труднощі.

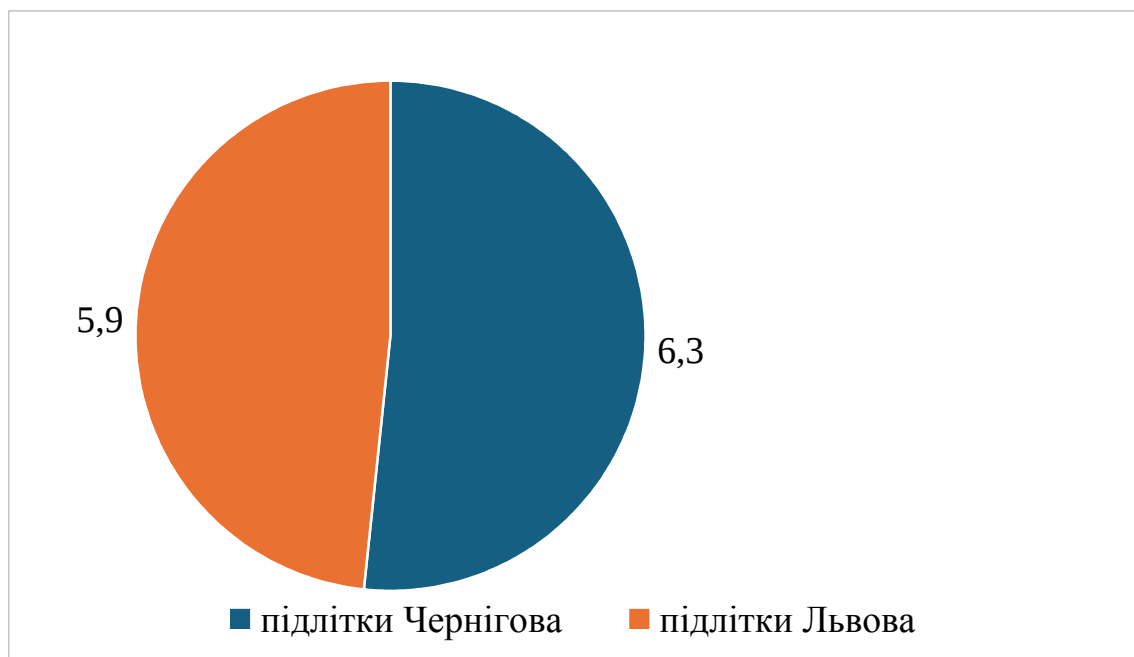


Рис. 2.5. Оцінка міри відчуття щастя в майбутньому

Чернігівські підлітки уявляють своє «Я-майбутнє» дещо щасливішим (середній бал – $6,3 \pm 0,7$), ніж львівські підлітки ($5,9 \pm 0,8$). Обидві групи демонструють достатній рівень оптимізму щодо власного майбутнього, адже показники знаходяться у верхньому діапазоні шкали.

Позитивне сприйняття свого «Я-майбутнього» як щасливого можна пояснити кількома чинниками. По-перше, підлітковий вік сам по собі є періодом життєвого оптимізму, надій та очікувань. Більшість підлітків природно схильні уявляти майбутнє як краще, ніж теперішнє, оскільки мають попереду безліч можливостей для самореалізації, досягнення цілей та здійснення мрій.

По-друге, високі оцінки щастя в обох групах можуть бути пов'язані з

особистісними установками та загальним прагненням до позитивного мислення, яке підтримується як родиною, так і культурним середовищем.

Дещо вищий рівень очікуваного щастя серед чернігівських підлітків (6,3) порівняно зі львівськими (5,9) може бути наслідком особливого контексту, в якому вони живуть. Досвід війни, обстрілів, окупаційної загрози міг призвести до переоцінки життєвих цінностей: для них щастя у майбутньому може асоціюватися передусім з відновленням миру, стабільністю, поверненням до нормального життя. Для багатьох із них вже сам факт життя без війни сприймається як щастя. Цей феномен можна описати як «зростання цінності базових цінностей», коли щастя починає визначатися не лише особистими досягненнями, а й загальною безпекою, свободою, миром.

Натомість трохи нижча оцінка щастя серед львівських підлітків (5,9), хоч і залишається високою, може відображати більш реалістичне чи виважене бачення майбутнього, адже вони перебувають у відносно безпечнішому середовищі і не мають настільки різкого контрасту між теперішніми умовами та очікуваннями. Вони менше концентруються на факторі «закінчення війни» як головній умові щастя, натомість можуть оцінювати своє майбутнє через призму самореалізації, навчання, кар'єри, що додає певної невизначеності та критичності.

Загалом, високий рівень уявлень про щасливе майбутнє в обох групах підлітків можна також пояснити властивим юності оптимізмом, тенденцією бачити майбутнє «у рожевих фарбах» та обмеженим досвідом життєвих невдач і труднощів. Це відповідає віковим особливостям формування «Я-образу майбутнього», коли особистість ідентифікує себе з ідеальними, бажаними характеристиками.

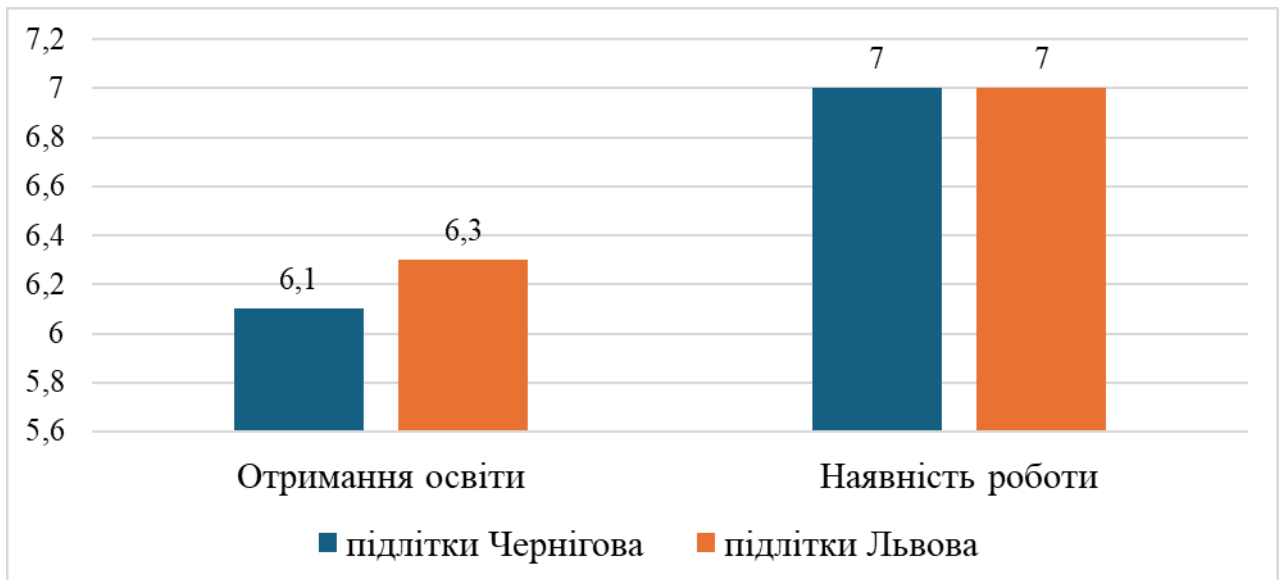


Рис. 2.6. Освіта та робота в уявленнях про Я-майбутнє

Обидві групи підлітків мають високі очікування щодо отримання гарної освіти в майбутньому, адже їхні оцінки перебувають на рівні більше 6 балів. Львівські підлітки дещо більш упевнені у можливості здобути якісну освіту ($6,3 \pm 0,4$) порівняно з чернігівськими ($6,1 \pm 0,5$). Попри незначну різницю, загальна тенденція свідчить про те, що молодь обох регіонів розглядає хорошу освіту як ключовий елемент свого майбутнього. Очікування щодо здобуття освіти зазвичай мають високу однорідність, оскільки ця цінність сильно закріплена в соціальних нормах, особливо серед підлітків, що планують кар'єру. В умовах війни можлива легка варіативність через доступ до ресурсів та інституційні відмінності, але загалом показник стабільний.

Підтвердженням цієї мотивації є рівень упевненості у наявності роботи в майбутньому – він максимально високий у представників обох регіонів і становить 7 балів. Це свідчить про те, що незалежно від місця проживання, підлітки вірять у свої можливості на ринку праці й пов'язують свої життєві перспективи з професійним зростанням, якому передують здобуття відповідної освіти.

Високі оцінки можуть бути пов'язані з тим, що сьогоденне молоде покоління бачить більше варіантів самореалізації завдяки онлайн-роботі, фрілансу, міжнародним освітнім і кар'єрним можливостям.

Отже, різниця в уявленнях про майбутню освіту та наявність роботи між підлітками з двох міст мінімальна, що вказує на схожі уявлення про важливість освіти та працевлаштування серед українських підлітків незалежно від регіону.

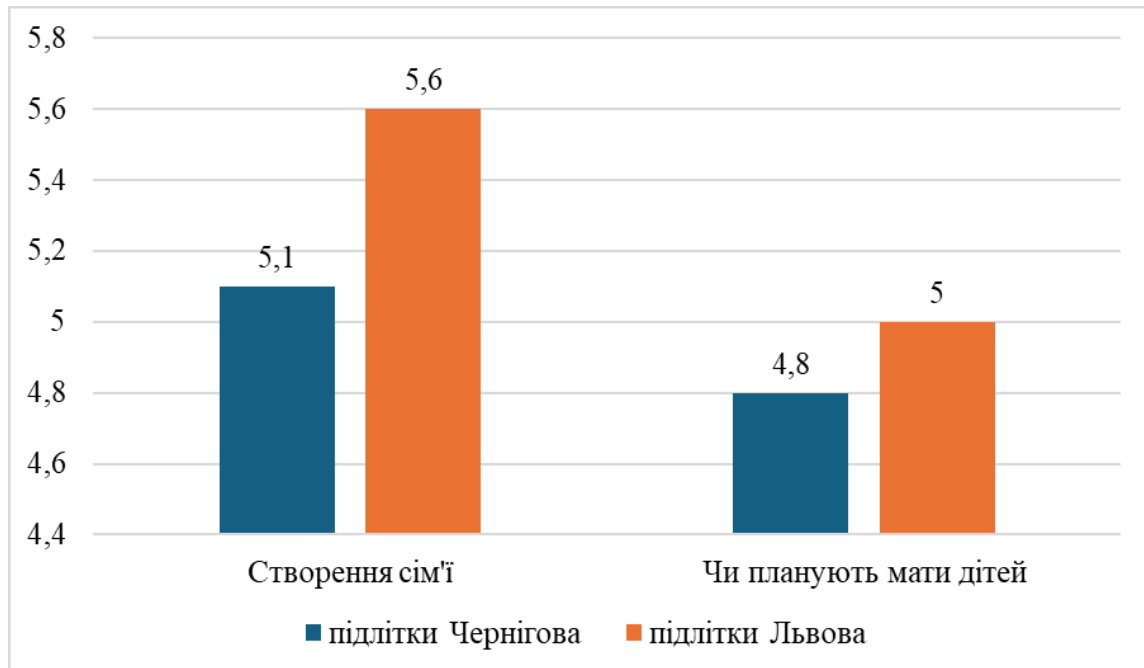


Рис. 2.7. Оцінка перспективи створення сім'ї у майбутньому

Львівські підлітки демонструють дещо вищі оцінки щодо уявлень про створення власної сім'ї в майбутньому ($5,6 \pm 0,8$), ніж чернігівські ($5,1 \pm 0,9$). Обидві групи оцінюють цю перспективу як «вище середнього», проте не надто впевнено, що може свідчити про певну невизначеність або обережність у ставленні до майбутнього сімейного життя. Вищі оцінки серед львівських підлітків можуть бути пов'язані з локальними культурними особливостями, зокрема збереженням традиційних уявлень про роль сім'ї, а також із впливом соціального оточення, де створення родини може сприйматися як важливий етап дорослішання.

Очікування щодо народження дітей у майбутньому (оцінки уявлень про наявність власних дітей) є нижчими, ніж очікування щодо створення сім'ї. Це може свідчити про поступову зміну у ставленні молоді до батьківства – зокрема, про більш обережний або раціональний підхід, що враховує економічні обставини, бажання досягти певної стабільності перед

народженням дитини, або ж прагнення до самореалізації до моменту батьківства. Львівські підлітки знову демонструють трохи вищі оцінки ($5,0 \pm 0,9$), ніж чернігівські ($4,8 \pm 1,0$), хоча загалом рівень впевненості щодо наявності дітей у майбутньому в обох регіонах залишається помірним.

Підлітки оцінили свої очікування щодо кількості соціальних зв'язків у майбутньому (Рис. 2.8.).

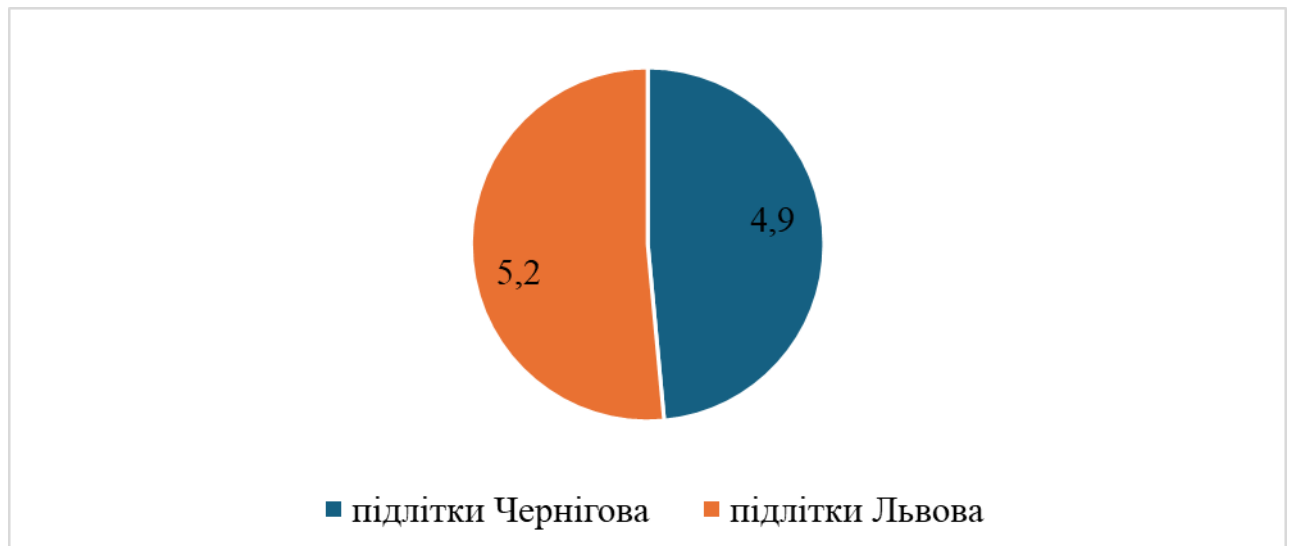


Рис. 2.8. Оцінка соціальних зв'язків у майбутньому

Обидві групи підлітків уявляють своє майбутнє з досить широкою мережею соціальних зв'язків – наявністю багатьох друзів і знайомих. Львівські підлітки трохи впевненіші у своїй майбутній соціальній активності ($5,2 \pm 0,8$), ніж чернігівські ($4,9 \pm 0,9$). Хоча різниця між регіонами не є значною, вона може відображати певні особливості соціального середовища, рівня урбанізації та культурного контексту.

Зокрема, Львів – більш урбанізоване, туристично активне та культурно насичене місто, що сприяє динамічному соціальному життю, частим контактам із новими людьми та формуванню відкритості до спілкування. Натомість Чернігів як спокійніше, менш інтенсивне в соціальному плані місто, може формувати дещо стриманіші соціальні очікування у підлітків.

Цікаво, що показники в обох групах перевищують середній рівень, але не є високими. Це може свідчити про те, що сучасна молодь водночас прагне до соціальної активності, але й усвідомлює потенційні виклики у

налагодженні широких соціальних зв'язків – зокрема, конкуренцію, динаміку соціальних мереж, нестабільність контактів або вплив цифрової комунікації на глибину стосунків.

Загалом, підлітки обох регіонів демонструють прагнення до спілкування і позитивні уявлення про власну соціальну активність у майбутньому, що свідчить про наявність установки на відкритість і залученість до соціального середовища.

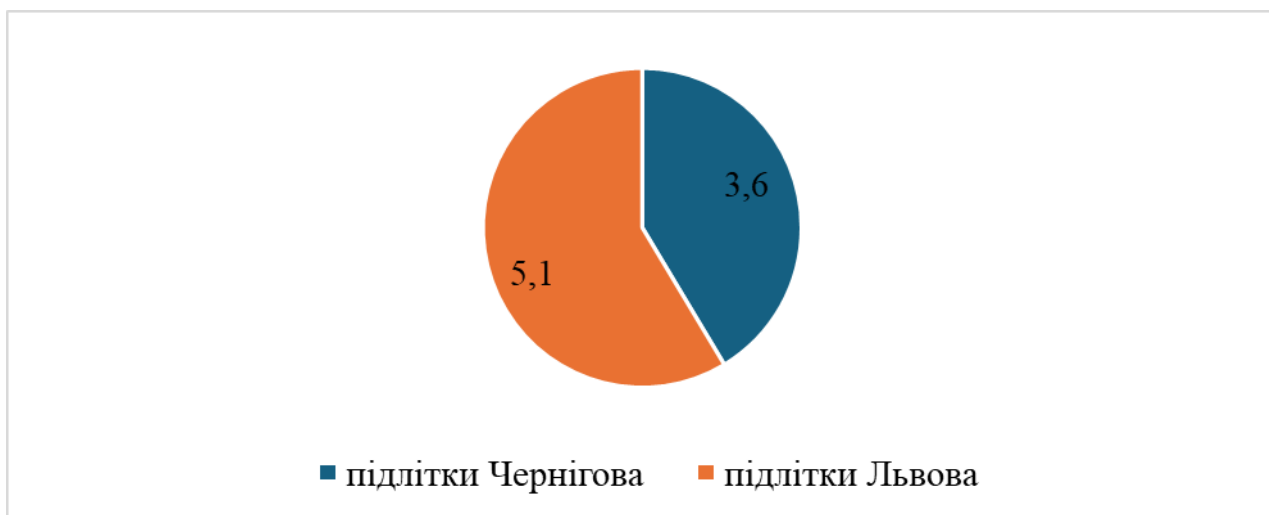


Рис. 2.9. Оцінка рівня легкості власного майбутнього

Чернігівські підлітки значно менш оптимістично оцінюють легкість свого майбутнього ($3,6 \pm 1,2$) порівняно з львівськими ($5,1 \pm 0,9$). Відмінність є суттєвою, що вказує на різні рівні впевненості у власному майбутньому між двома групами.

Львів є більш розвиненим містом із ширшими можливостями для освіти, працевлаштування та кар'єрного розвитку. Чернігів знаходиться ближче до прикордонних регіонів, де економічні перспективи менш стабільні, де існує ризик військових конфліктів, що може викликати більше занепокоєння у підлітків.

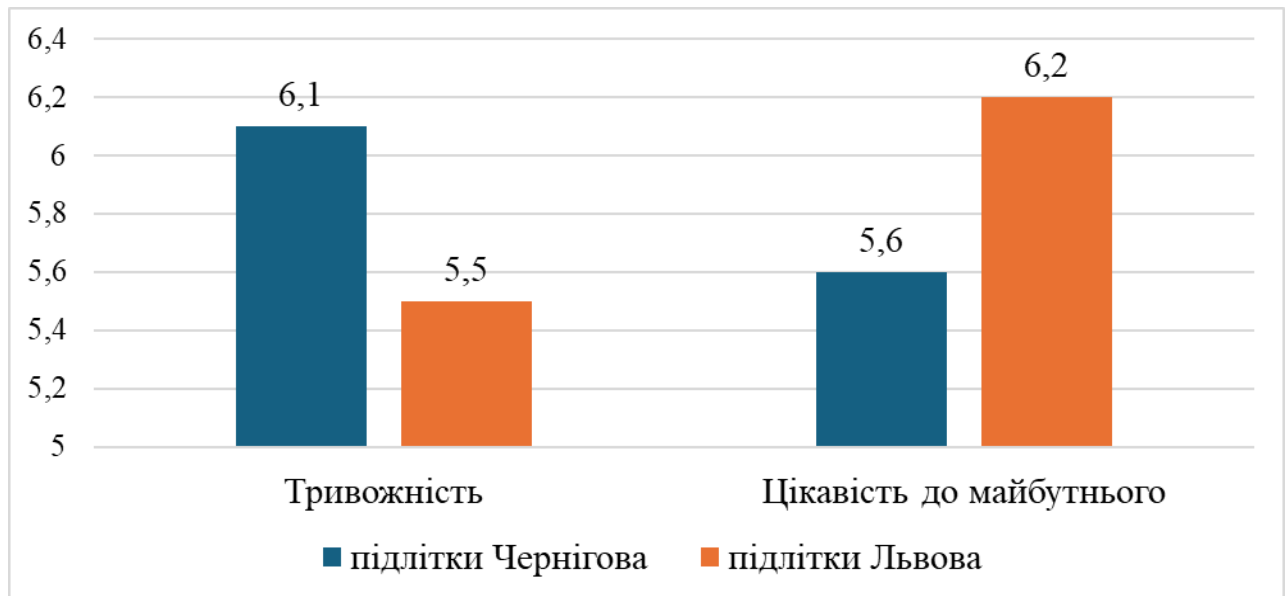


Рис. 2.10. Оцінка рівня тривожності та цікавості власного майбутнього

За результатами дослідження, уявлення про майбутнє як спокійне є дещо вираженішим серед чернігівських підлітків: їхній середній бал становить 6,1 ($\pm 0,7$), тоді як у львівських – 5,5 ($\pm 0,8$). Це означає, що чернігівські підлітки, попри складні загальні умови в країні, уявляють своє майбутнє дещо більш стабільним і менш напруженим. Така тенденція може бути пов'язана як із локальними особливостями сприйняття майбутнього, так і з психологічними механізмами адаптації до невизначеності: зниження очікувань або зосередження на ближчих, контрольованіших перспективах.

Натомість уявлення про майбутнє як цікаве виявилось дещо більш характерним для львівських підлітків – середній бал у цій групі становить 6,2 ($\pm 0,8$), тоді як серед чернігівських – 5,6 ($\pm 0,9$). Це може свідчити про дещо більшу включеність у проектування особистого майбутнього, очікування нових можливостей та внутрішню активність у плануванні життя. Львівський контекст із ширшими можливостями для освіти, культурного розвитку та участі в різноманітних ініціативах може формувати більш виражені уявлення про майбутнє як насичене, перспективне, гідне очікування.

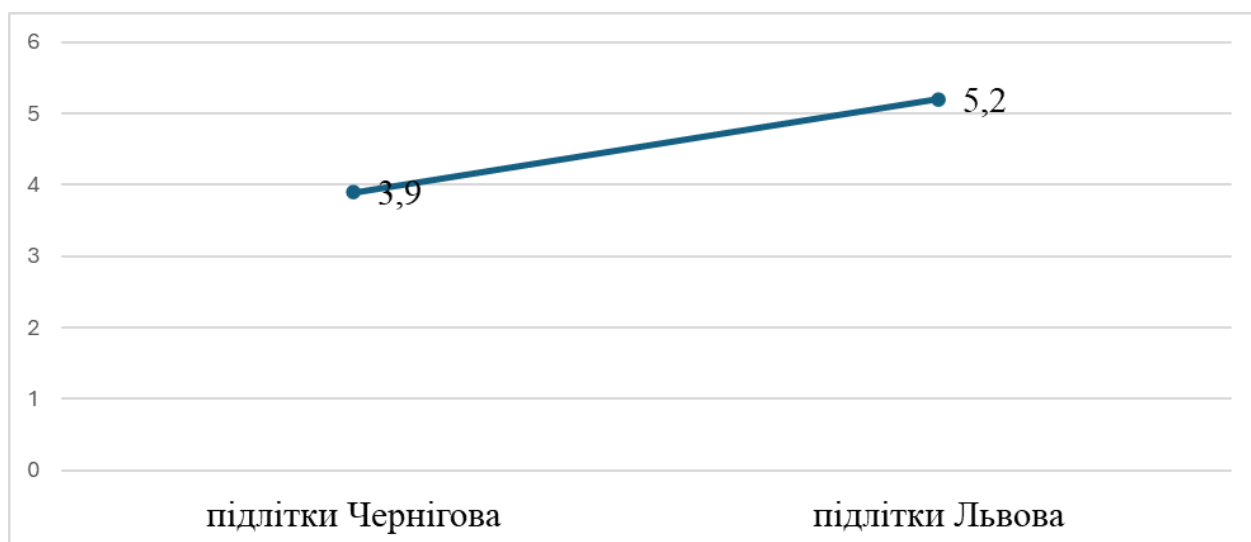


Рис. 2.11. Середні показники еміграційних настроїв підлітків

Згідно з результатами, наведеними у рис. 2.11, еміграційні настрої серед підлітків з різних регіонів України мають суттєві відмінності. Середній показник у шкалі від 1 (життя в іншій країні) до 7 (життя в Україні) у чернігівських підлітків становить 3,9 ($\pm 0,9$), тоді як у львівських – 5,2 ($\pm 1,2$). Це свідчить про те, що молодь з Чернігова більше схильна розглядати можливість еміграції, тоді як їхні однолітки зі Львова переважно орієнтовані на побудову майбутнього саме в Україні.

Нижчий середній бал у чернігівських підлітків за цією шкалою може свідчити про те, що вони частіше уявляють своє майбутнє пов'язане з життям за кордоном. Також це може вказувати на поширене серед них відчуття невпевненості у майбутньому країни, недостатню віру в позитивні соціальні й економічні перспективи, а також на бажання шукати стабільності, безпеки та кращих умов для реалізації особистісного і професійного потенціалу за межами України. Це, ймовірно, пов'язано з тим, що Чернігівська область більше постраждала від військових дій та має менш розвинену інфраструктуру і вищий рівень економічної вразливості, що безпосередньо впливає на світогляд і життєві орієнтири молоді. У той же час показник 5,2 у львівських підлітків демонструє бажання до життя в Україні. Це може свідчити про сильніший патріотизм, зв'язок із рідним краєм, а також про більшу впевненість у можливості реалізувати свої цілі на батьківщині.

Підлітки із західних регіонів, зокрема зі Львова, традиційно виявляють активнішу громадянську позицію, що може бути пов'язано з історичним досвідом самоорганізації, участі у волонтерських ініціативах та вищим рівнем локальної активності. Львів як культурний та освітній центр надає молоді більше можливостей для самореалізації, розвитку критичного мислення й залучення до суспільних процесів, що може сприяти формуванню позитивного бачення майбутнього саме в межах країни.

Отже, отримані дані відображають не лише різні уявлення про просторову локалізацію власного майбутнього – в Україні чи за кордоном – але й глибші соціально-культурні та економічні відмінності між регіонами, які формують світоглядні орієнтири сучасних українських підлітків.

За шкалою «Схожість із майбутнім інших» (Рис. 2.12.) львівські підлітки продемонстрували вищий середній бал ($5,3 \pm 0,9$) порівняно з чернігівськими ($4,1 \pm 1,15$), що вказує на більш виражене відчуття унікальності бачення свого майбутнього у респондентів зі Львова.

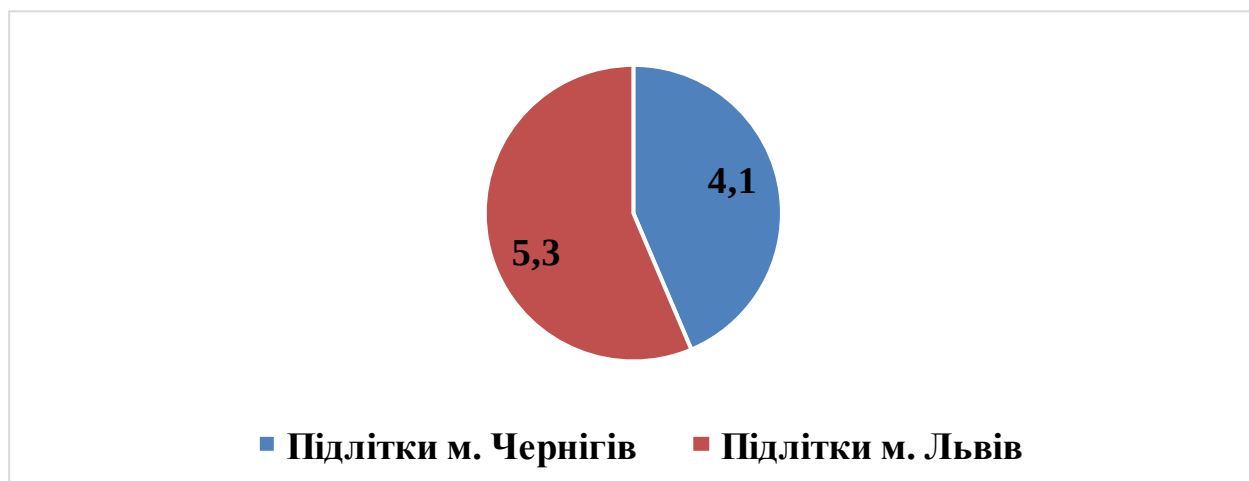


Рис. 2.12. Результати за шкалою «Схожість із майбутнім інших»

За шкалою роздумів про особисте майбутнє також зафіксовано вищі показники у львівських респондентів ($5,5 \pm 1,1$), що свідчить про вищу усвідомленість, наявність стратегічного мислення та тенденцію до планування. Натомість чернігівські підлітки в середньому демонструють нижчий рівень рефлексивності ($4,0 \pm 1,2$), що може бути ознакою зниженого контролю за життєвими перспективами або уникання роздумів про майбутнє.

через зовнішні соціальні й економічні чинники.

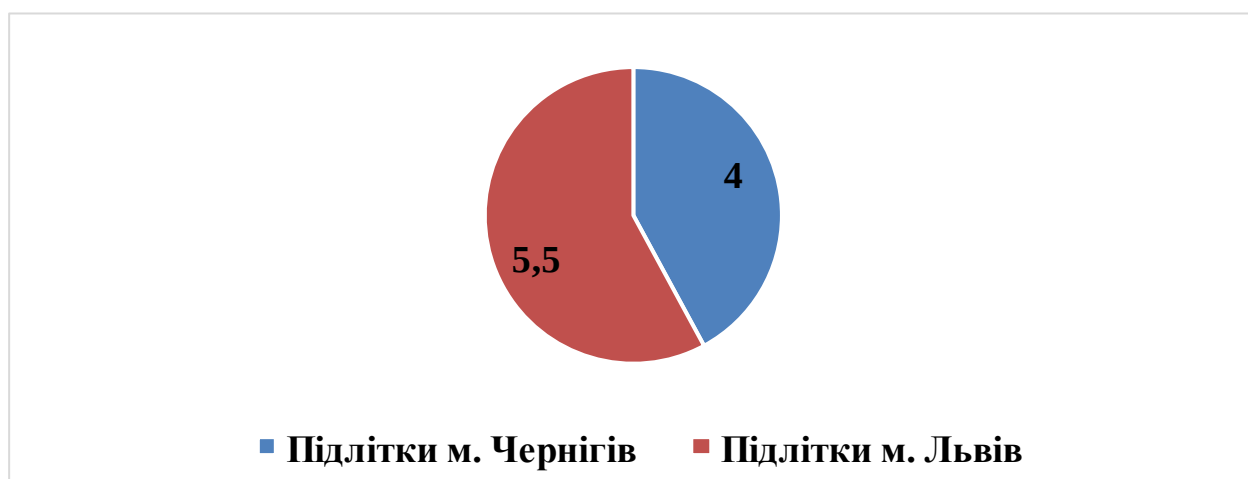


Рис. 2.13. Результати за шкалою роздумів над власним майбутнім

Львівські підлітки, ймовірно, менш схильні до відчуття невизначеності у порівнянні з підлітками з Чернігівської області. Зростаючий рівень безпеки, соціальних послуг, освітніх можливостей може підштовхувати молодь до стратегічного планування. Вони можуть відчувати більше стабільності в Україні, що дозволяє їм мати чіткіші уявлення про свої майбутні цілі.

З іншого боку, нижчі показники рефлексії серед чернігівських підлітків вказують на деякі інші соціальні й економічні чинники. Зокрема, в умовах високої невизначеності майбутнього підлітки можуть використовувати психологічні механізми захисту, щоб уникнути стресу та тривоги, пов'язаних з роздумами про майбутнє. Вони можуть відчувати, що немає сенсу будувати довгострокові плани в умовах, коли їхнє майбутнє виглядає нестабільним або важко передбачуваним.

За шкалою «Реалістичність мрій і планів щодо майбутнього» спостерігається чітка регіональна різниця у сприйнятті досяжності власних цілей.

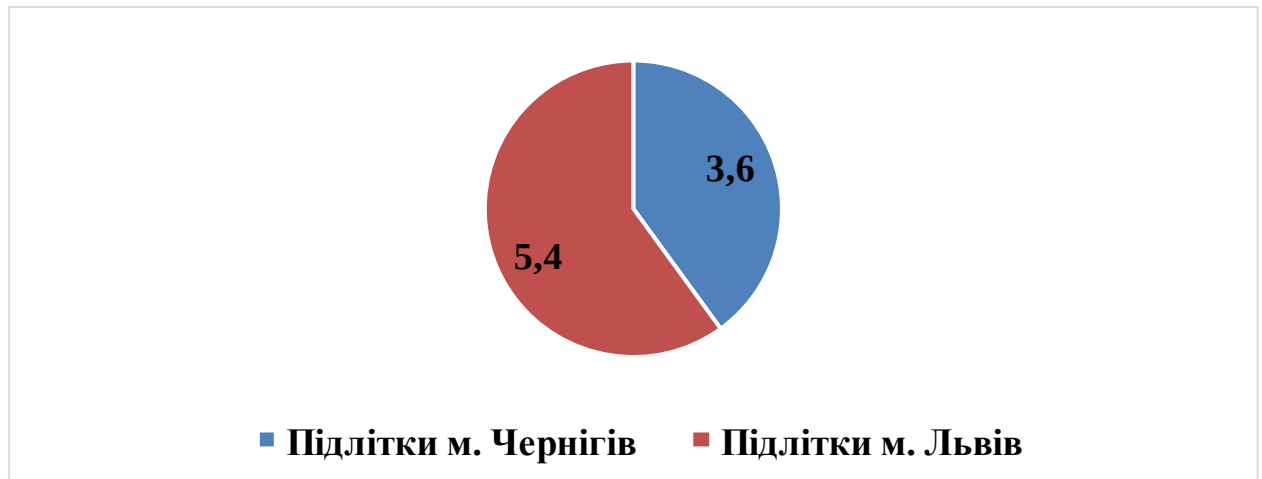


Рис. 2.14. Реалістичність мрій і планів щодо майбутнього

Підлітки зі Львова продемонстрували вищий середній показник ($5,4 \pm 1,02$), що свідчить про впевненість у реалістичності своїх мрій, прагматичне ставлення до майбутнього і, ймовірно, сприятливіші умови для самореалізації. Такий результат може бути індикатором того, що молодь у цьому регіоні має більш позитивне уявлення про майбутнє, зокрема у контексті можливостей в Україні.

Натомість чернігівські підлітки продемонстрували нижчий середній бал ($3,6 \pm 0,7$), що свідчить про нижчий рівень впевненості у досяжності власних планів. Це може вказувати як на невизначеність, так і на внутрішній конфлікт між бажаним і можливим. Нижча оцінка реалістичності мрій може бути наслідком зовнішніх обставин – зокрема, соціально-економічної нестабільності, локального досвіду війни, втрати інфраструктури або браку підтримувального середовища для розвитку.

Для глибшого розуміння того, наскільки узгодженими або різномірними є уявлення підлітків про власне майбутнє, було проаналізовано рівень варіативності їхніх відповідей за окремими складовими образу Я-майбутнього, зокрема через показники стандартного відхилення в кожній регіональній групі. Серед підлітків міста Чернігова найбільша однотайність простежується в оцінках щастя у майбутньому ($SD = 0,7$). Отже, попри складні обставини, більшість чернігівських підлітків уявляють своє майбутнє досить щасливим. Також відносно узгодженими є відповіді щодо

реалістичності мрій ($SD = 0,7$), – згідно з отриманими результатами, респонденти оцінюють мрії та плани щодо власного майбутнього як посередньо реалістичні.

Найменш однотайними виявилися оцінки за шкалою «роздуми над майбутнім» ($SD = 1,2$). Це вказує на значну варіативність у рівні осмислення особистих перспектив: одні частіше замислюються над власним майбутнім, інші – рідше (тоді як середній показник вказує на час від часу виникаючі думки про Я-майбутнє). Подібно високий розкид відповідей спостерігається і щодо уявлень про легкість майбутнього ($SD = 1,2$), що може відображати неоднаковий рівень впевненості в подоланні життєвих труднощів.

У групі підлітків зі Львова найбільша однотайність фіксується в оцінках власного майбутнього з гарною освітою ($SD = 0,4$). Це може вказувати на досить високу впевненість у доступності якісної освіти, який розділяє більшість респондентів.

Найбільший розкид відповідей у львівських підлітків спостерігається за шкалою еміграційних настроїв ($SD = 1,2$). Це свідчить про суттєву відмінність у поглядах на своє майбутнє місце проживання: частина респондентів бачить своє життя в Україні, інші ж розглядають можливість переїзду за кордон. Також не однотайними виявилися підлітки м. Львова в оцінці рівня роздумів над власним майбутнім ($SD = 1,1$), що може свідчити про різну здатність до рефлексії та вибудовування життєвої перспективи.

Отже, підлітки з Чернігова є найбільш однотайними в уявленнях про власне щастя та реалістичність мрій, а найбільш розходяться в оцінках інтенсивності рефлексії над майбутнім. Львівські ж підлітки найменше відрізняються в очікуваннях щодо освіти, проте мають найбільшу різноманітність у ставленні до можливого життя за межами України. Ці відмінності можуть відображати соціальний контекст, у якому формуються образи Я-майбутнього.

Далі проаналізуємо відповіді на запропоновані нами незакінчені речення («У майбутньому я хочу мати...» та «У майбутньому я себе

бачу...»), що, на нашу думку, дозволяють поглибити розуміння щодо бачення власного майбутнього підлітками з різних регіонів України.

Аналіз відповідей підлітків з міст Чернігів та Львів на запитання «У майбутньому я хочу мати...» дозволяє виявити як спільні, так і відмінні орієнтири у їхніх уявленнях про майбутнє.



Рис. 2.15. Смислові групи відповідей підлітків м. Чернігова на незакінчене речення «У майбутньому я хочу мати...»

У підлітків з м. Чернігів найбільш пріоритетними є матеріальні цінності: на першому місці – бажання мати власне житло (56,7%), далі – фінансова забезпеченість (46,7%) та стабільна робота (40%). Це може бути наслідком як загальноекономічної ситуації, так і локальних умов життя: Чернігівщина сильно постраждала від війни, багато родин зазнали втрат або переміщення, що загострило потребу у безпеці, стабільності та базових життєвих умовах. У такому контексті прагнення до власного житла та фінансової самостійності є природною реакцією на досвід нестабільності.

Також чимало підлітків висловлюють прагнення до мирного життя (33,3%) – що, ймовірно, пов'язано з актуальною суспільно-політичною ситуацією в Україні, зокрема впливом війни. Високе значення, яке підлітки надають мирному життю (33,3%), можна безпосередньо пов'язати з воєнним контекстом – для молоді з регіонів, що перебували під загрозою або

обстрілами, мир виступає не абстрактною цінністю, а конкретно життєвою потребою. Меншою мірою фігурують такі потреби, як подорожі та свобода пересування (26,7%), здоров'я (20%) і міцна сім'я (16,7%). Це може свідчити про те, що підлітки спершу орієнтуються на задоволення базових, найнеобхідніших потреб. Також можливо, що частина нематеріальних чи довготривалих цінностей (як-от сім'я або здоров'я) ще не стали усвідомленими пріоритетами через вік, а подорожі чи самореалізація поки здаються менш досяжними або менш актуальними в умовах невизначеності та обмеженого доступу до ресурсів.

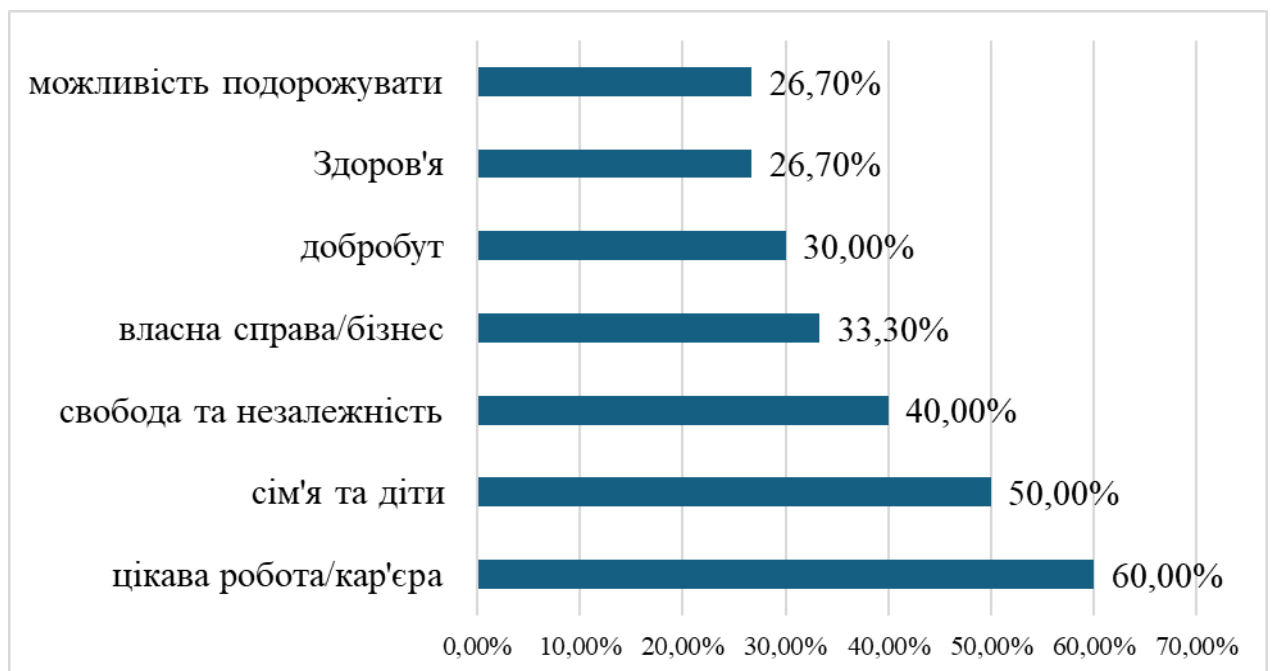


Рис. 2.16. Сміслові групи відповідей підлітків м. Львова на незакінчене речення «У майбутньому я хочу мати...»

У підлітків м. Львів спостерігається акцент на цінностях, пов'язаних із самореалізацією, особистою свободою та родиною. Найбільше респондентів зазначили бажання мати цікаву роботу або зробити кар'єру (60%), створити сім'ю та мати дітей (50%), а також прагнення до свободи й незалежності (40%). Це вказує на орієнтацію молоді на активне, змістовне майбутнє, в якому поєднуються професійні амбіції, сімейні орієнтири та цінність особистого вибору.

Значна частина підлітків (33,3%) також прагне започаткувати власну справу – що свідчить про бажання автономії, відповідальності за своє майбутнє та віру в можливість самостійного досягнення успіху. Добробут (30%) також згадується серед пріоритетів, проте не конкретизується, тому не можна з упевненістю стверджувати, чи йдеться про фінансову стабільність, загальне благополуччя, чи комфортні умови життя. Варто було б уточнити це в подальших дослідженнях.

Потреби у здоров'ї та можливості подорожувати (по 26,7%) мають дещо нижчі показники, що може свідчити про їхню актуальність, але не як пріоритет №1 у свідомості львівських підлітків. Це також може відображати відносно стабільні життєві умови, за яких здоров'я або подорожі сприймаються як бажане, але не критично необхідне.

Загалом, на відміну від підлітків з м. Чернігів, для яких домінують уявлення про забезпечення базових життєвих умов – власне житло, фінансова стабільність і стабільна робота – львівські підлітки більше акцентують увагу на перспективі самореалізації, цікавій професійній діяльності та особистісному виборі життєвого шляху. У чернігівській групі, фактично, самореалізація прямо не артикулюється – жоден із найпоширеніших варіантів відповіді не містить її як змістовного елемента (наприклад, кар'єра, власна справа тощо).

Цікаво, що прагнення до безпеки прямо фігурує лише у чернігівських підлітків у вигляді бажання мирного життя (33,3%). У львівській групі такого формулювання не виявлено, однак можна припустити, що орієнтація на розвиток, кар'єру, родину та свободу частково базується на відносному відчутті стабільності, яке дозволяє планувати та мріяти в довшій перспективі.

Отже, попри спільне прагнення до гідного життя, відмінності у відповідях свідчать про різні пріоритети, зумовлені соціально-культурним середовищем, впливом війни на життєві обставини та рівнем доступу до ресурсів. У чернігівських підлітків домінують цінності «виживання» та

матеріальної стабільності, тоді як у львівських – прагнення до самореалізації, вільного вибору та особистісного зростання.

Аналіз відповідей підлітків із міст Чернігів та Львів на запитання «У майбутньому я себе бачу...» дозволяє глибше зрозуміти їхні очікування, життєві орієнтири та уявлення про особисте майбутнє.

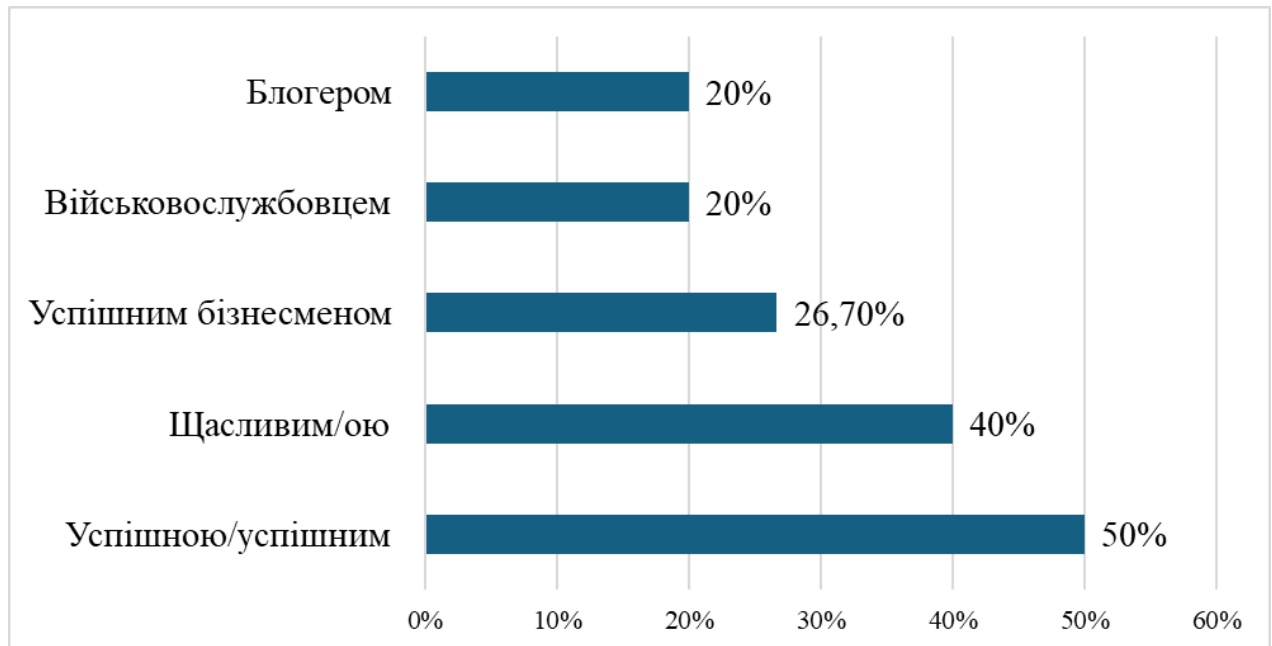


Рис. 2.17. Смыслові групи відповідей підлітків м. Чернігова на незакінчене речення «У майбутньому я себе бачу...»

Підлітки з Чернігова найчастіше уявляють себе успішними (50%) та щасливими (40%), що свідчить про прагнення до особистого благополуччя й гармонії. Частина відповідей стосувалася майбутньої реалізації власної професійної ролі. Зокрема, досить поширеним є бачення себе в майбутньому у ролі бізнесмена (26,7%), а також у військовій сфері (20%) та в медіапросторі – як блогера (20%). Такі відповіді можуть свідчити про вплив сучасних трендів, соціальних мереж, а також ситуації в країні, зокрема війни (остання, на нашу думку, актуалізує образ військовослужбовця як приклад сили, патріотизму та відповідальності).

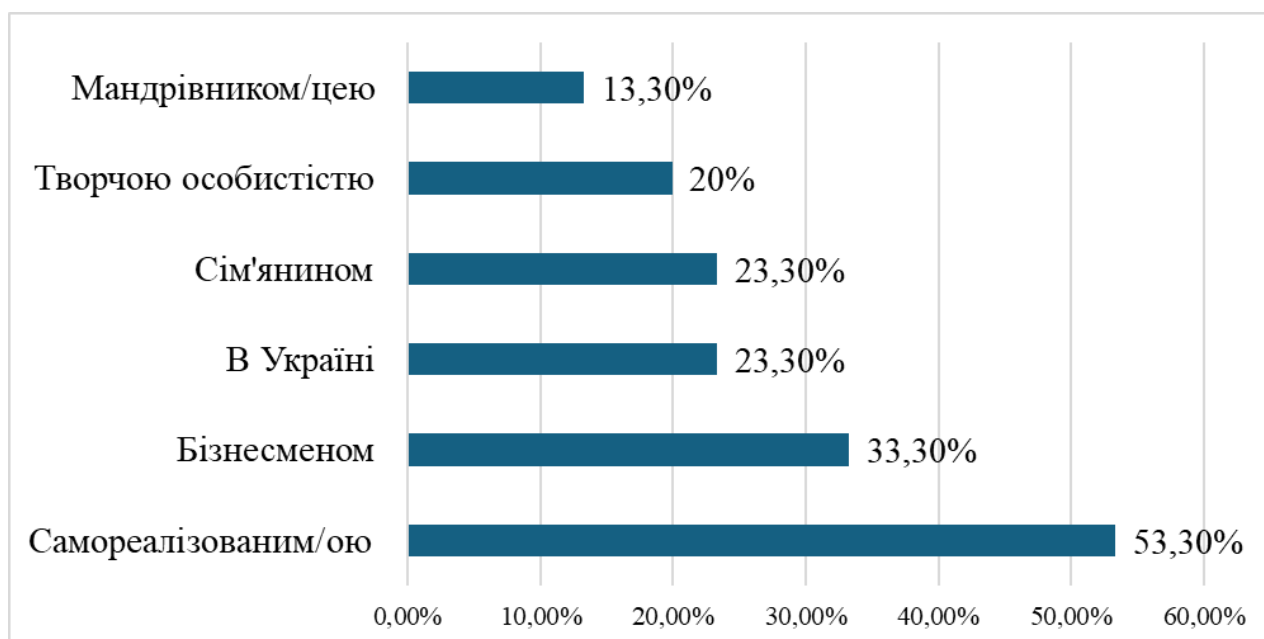


Рис. 2.18. Семантичні групи відповідей підлітків м. Львова на незакінчене речення «У майбутньому я себе бачу...»

Підлітки м. Львова своє майбутнє уявляють перш за все пов'язаним з самореалізацією (53,3%), що демонструє високий рівень прагнення до розвитку власного потенціалу. Також третина опитаних у майбутньому бачить себе бізнесменами (33,3%), що збігається з прагненням чернігівських підлітків. Також частина опитаних власне майбутнє пов'язували з життям в Україні (23,3%) та бажанням бути сім'янином (23,3%), що може вказувати на певну стабільність, прив'язаність до рідної країни та важливість родинних цінностей. Дещо менше підлітків мріють бути творчими особистостями (20%) і ще менше – мандрівниками (13,3%).

Отже, у відповідях підлітків з обох міст простежується прагнення до стабільного та змістовного майбутнього, однак акценти в уявленнях відрізняються. Чернігівські підлітки у своїх відповідях частіше акцентують увагу на матеріальних потребах – власному житлі, фінансовій забезпеченості та стабільній роботі, – що може свідчити про актуальність базових життєвих потреб в умовах воєнного часу та меншої соціальної стабільності. Водночас у цій групі виявлено також бажання мирного життя, що цілком може бути пов'язане з безпековою ситуацією в регіоні.

Натомість львівські підлітки більше орієнтовані на професійне самовизначення та побудову особистого життя – серед найчастіше згадуваних цінностей: цікава робота або кар’єра, створення сім’ї та прагнення до свободи й незалежності. Така структура відповідей може вказувати на відносно стабільніші умови життя, у яких молодь може зосереджуватися не лише на безпеці, а й на довгострокових планах, самореалізації та особистісному розвитку.

Серед уявлень про майбутні професії привертає увагу згадка про професію військового, яка з’являється в окремих відповідях чернігівських підлітків (на відміну від львівських). Це може свідчити про безпосередній вплив воєнного контексту на формування життєвих орієнтацій і ціннісних установок молоді цього регіону.

Отже, хоча в обох групах підлітків простежуються подібні прагнення до впорядкованого, стабільного життя, регіональні особливості, – зокрема безпекова ситуація, економічний стан та культурно-освітнє середовище – чинять суттєвий вплив на структуру уявлень про власне майбутнє. Проведене дослідження дозволило виокремити як спільні, так і відмінні риси у сприйнятті образу майбутнього підлітками з м. Чернігів та м. Львів, що репрезентують різні соціокультурні й геополітичні умови.

Спільними рисами визначено наступні:

1. Уявлення про щасливе майбутнє з гарною роботою. Обидві групи демонструють високий рівень оптимізму: середні бали становлять близько 6 за шкалою відчуття щастя в майбутньому та 7 за шкалою очікуваного працевлаштування, що свідчить про досить позитивне уявлення щодо щасливого майбутнього та працевлаштування.

2. Уявлення про здобуту гарну освіту в майбутньому. Як львівські, так і чернігівські підлітки демонструють високі очікування щодо отримання хорошої освіти (понад 6 балів), що вказує на цінність академічних знань як важливого компонента майбутнього успіху.

3. Уявлення про багатьох друзів та знайомих у майбутньому.

Респонденти обох міст очікують мати досить активні соціальні зв'язки у майбутньому (друзі, знайомі), що свідчить про значення міжособистісної взаємодії.

4. Оцінка здоров'я в майбутньому. Уявлення про майбутнє здоров'я мають позитивний характер: підлітки впевнені у своєму доброму фізичному стані в майбутньому, що також свідчить про загальну позитивну життєву перспективу.

5. Оцінка тривожності та зацікавленості щодо майбутнього. Оцінки обох груп опитаних демонструють загалом уявлення про досить спокійне та цікаве власне майбутнє. Дещо спокійнішим, проте трохи менш цікавим уявляється воно для чернігівських підлітків, але відмінності в цих уявленнях несуттєві.

6. Уявлення про наявність дітей у майбутньому. Обидві групи більшою мірою виявляють готовність щодо народження дітей у майбутньому. Це демонструє усталеність традиційних соціальних орієнтирів у сфері родинного життя.

Відмінності в уявленнях про власне майбутнє між групами:

1. Уявлення про рівень безпеки майбутнього. Львівські підлітки мають значно вищий рівень відчуття безпеки (5,5 бала), ніж чернігівські (3,9 бала), що, ймовірно, пов'язано із безпосереднім впливом воєнного стану у Чернігівській області.

2. Оцінка прогнозованості майбутнього. У Львові майбутнє уявляється більшою мірою прогнозованим, ніж не прогнозованим (5,1), тоді як у Чернігові воно оцінюється як менш передбачуване, посередньо прогнозоване (4,2), що свідчить про вищу суб'єктивну невизначеність у північному регіоні.

3. Еміграційні настрої. Чернігівські підлітки демонструють середній рівень орієнтації на еміграцію (середній бал – 3,9), що, ймовірно, пов'язано з близькістю до зони бойових дій та відчуттям нестабільності. Натомість львівські підлітки більшою мірою уявляють своє майбутнє в Україні (5,2), оскільки, можливо, можуть сприймати життя в Україні як більш сприятливе.

4. Уявлення про легкість майбутнього. Львівські респонденти оцінюють власне майбутнє більшою мірою легким (5,1 бала), ніж їхні чернігівські однолітки, які мають середній рівень оцінки легкості майбутнього (3,6 бала).

5. Оцінка рівня майбутнього матеріального забезпечення. Львівські підлітки більш оптимістичні у своїх уявленнях щодо матеріального становища у майбутньому (5,7), тоді як чернігівські оцінюють його стриманіше (4,5).

6. Планування власної сім'ї у майбутньому. Львівські підлітки дещо більш орієнтовані на створення сім'ї, ніж чернігівські.

7. Уявлення про схожість власного майбутнього з майбутнім інших. Львівські підлітки уявляють своє майбутнє більшою мірою не схожим на майбутнє інших, тоді як у групі чернігівських підлітків показник схожості власного майбутнього з майбутнім інших є посереднім. Можливо, це пояснюється більш вираженими індивідуалістичними орієнтаціями на Заході України.

8. Частота роздумів над майбутнім. Львівські підлітки частіше міркують про своє майбутнє (5,5), тоді як у чернігівських ця характеристика нижча (4,0), що може свідчити про нижчий рівень планування майбутнього.

9. Уявлення про реалістичність мрій і планів. Львівські респонденти оцінюють свої плани як більш реалістичні (5,4), тоді як чернігівські – оцінюють реалістичність своїх мрій на середньому рівні (3,6), що може бути одним із наслідків зовнішніх умов.

10. Життєві акценти. У респондентів із Чернігова переважають уявлення про необхідність забезпечення базових життєвих потреб – наявність власного житла, фінансової стабільності, стабільного місця праці. Для львівських підлітків характерне зміщення акценту до цінностей самореалізації, цікавої професійної діяльності та особистісного вибору життєвого шляху.

Отже, регіональний контекст відіграє значну роль у формуванні

уявлень підлітків про майбутнє. Попри спільні базові прагнення до щастя, здоров'я, освіти та соціальної реалізації, структурно ці образи варіативні. Львівські підлітки демонструють вищий рівень впевненості, плановості й орієнтації на самореалізацію, тоді як чернігівські – схильність до позитивного уявлення майбутнього, але з акцентом на досягнення базової стабільності в умовах зовнішньої невизначеності.

Узагальнюючи, можна сказати, що підлітки зі Львова за рядом характеристик демонструють більш стабільне, оптимістичне та впевнене ставлення до свого майбутнього. У свою чергу, чернігівські підлітки оцінюють власне майбутнє як менш тривожне; вони менш певні у стабільності майбутнього і частіше розглядають можливість еміграції. Такі відмінності значною мірою обумовлені соціально-економічним і безпековим контекстом регіонів.

2.3. Практичне впровадження результатів дослідження

Отримані результати можна впроваджувати в просвітницькій роботі, зокрема при проведенні психоедукаційної лекції для вчителів загальноосвітніх шкіл, присвяченої висвітленню особливостей образу Я-майбутнього у підлітків. Приклад лекції наведений нижче.

Тема: Особливості образу «Я-майбутнього» у підлітків.

Мета: ознайомити вчителів з поняттям «Я-майбутнє» та особливостями Я-майбутнього у підлітковому віці, а також з результатами авторського дослідження, присвяченого з'ясуванню крос-культурної специфіки образу Я-майбутнього у підлітків Західного та Північного регіонів України.

Хід лекції:

I. Вступна частина

Вступне слово. Підлітковий вік – критичний період становлення особистості. Самоусвідомлення, пошук ідентичності, мрії та цілі пов’язані з образом власного майбутнього. Вчитель – не лише передавач знань, але й ментор у формуванні життєвих орієнтирів.

II. Основна частина

План лекції:

1. Поняття образ «Я-майбутнє»: визначення та структура.
2. Особливості образу власного майбутнього у підлітків.

Рекомендована література:

1. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.
2. Добриніна І. В. Дослідження образу майбутнього: теоретико-методологічний аспект. *Габітус*. Випуск 44. 2022. С. 162-166.
3. Добриніна І. В., Кременчуцька М. К. Образ майбутнього: конструювання та репрезентація. Психологія та соціальна робота. 2020. Вип. 52 (2). С. 84-95.
4. Омелянюк С., Вельський Д., Гузаїров А. Особливості уявлень молоді про майбутнє у воєнний час. *Psychology Travelogs*. 2025. № 1. С. 289-298.
5. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник. Київ : Кондор, 2015. 469 с.

Зміст лекції

1. Поняття образ «Я-майбутнє»: визначення та структура

Образ «Я-майбутнього» – це суб’єктивна модель себе в майбутньому, яка включає очікування, цілі, цінності, уявлення про соціальний статус, професійну діяльність та стиль життя. У підлітків він формується активно завдяки процесам самоідентифікації та пошуку сенсу. Цей образ має когнітивний (що я хочу і можу), емоційний (як я почуваюся щодо майбутнього) і поведінковий (як я дію задля досягнення) рівні.

На становлення уявлень про майбутнє впливають як особисті ресурси

(самооцінка, мотивація), так і зовнішнє середовище (родина, школа, медіа). Позитивний і реалістичний образ майбутнього сприяє формуванню життєвої перспективи та відповідальності.

Образ «Я-майбутнє» – це уявлення людини про саму себе в майбутньому, яке формується на основі мрій, цілей, очікувань, життєвих цінностей та особистого досвіду. Це ключовий компонент самосвідомості, що поєднує світоглядну позицію, ідентичність і мотивацію до самореалізації.

Образ «Я-майбутнє» є складним психологічним конструктом, що відображає уявлення особистості про себе у перспективному часовому вимірі. Це явище розглядається міждисциплінарно – в межах психології, педагогіки, філософії та соціології. Образ «Я-майбутнє» охоплює когнітивні, емоційні та мотиваційні компоненти, що формуються на основі індивідуального досвіду, культурного контексту та соціальної взаємодії.

У науковій літературі виокремлюється низка підходів до його розуміння.

З позицій когнітивної психології, образ «Я-майбутнє» розглядається як результат процесів уяви, прогнозування та раціонального осмислення майбутнього. Це форма саморепрезентації, яка ґрунтується на здатності суб'єкта здійснювати ментальне моделювання подій, пов'язаних із власною особистістю, а також планувати життєвий шлях у межах певної часової перспективи. Такий підхід акцентує увагу на структурованості та логічній послідовності уявлень про майбутнє, а також на важливості рефлексивних механізмів, що забезпечують внутрішню узгодженість Я-концепції.

У межах гуманістичної парадигми образ «Я-майбутнє» трактується як ідеалізований варіант себе, до якого людина прагне в процесі самореалізації. Теорія самоактуалізації, запропонована А. Маслоу, та концепція «Я-ідеального» К. Роджерса підкреслюють, що образ майбутнього є не лише когнітивним планом, а й носієм глибоких ціннісних орієнтацій. Цей підхід розглядає образ «Я-майбутнє» як смислову константу особистісного зростання, що визначає напрям розвитку та виконує функцію внутрішнього

мотиваційного ресурсу.

Феноменологічний підхід акцентує увагу на суб'єктивному досвіді переживання майбутнього. У цьому контексті образ «Я-майбутнє» не розглядається як об'єктивно структурований конструкт, а як відкритий і динамічний процес, що змінюється відповідно до життєвих подій, екзистенційного вибору й особистісного смислу. Важливою є уява про майбутнє не як фіксований результат, а як постійний пошук і переосмислення себе.

Соціально-контекстуальний підхід підкреслює роль соціального середовища, культури та комунікації у формуванні образу «Я-майбутнє». Відповідно до цього підходу, уявлення про себе в майбутньому є відображенням соціальних очікувань, норм і цінностей, прийнятих у суспільстві. Особистість часто проектує на себе моделі поведінки, статусні ролі та життєві сценарії, які визнаються значущими в конкретному культурному контексті. Отже, образ «Я-майбутнє» формується у взаємодії між індивідом та соціумом, з урахуванням наявних можливостей, соціальних обмежень та очікувань інших.

Окремий напрям у дослідженнях становить екзистенційно-філософський підхід, який розглядає образ «Я-майбутнє» як прояв фундаментальної потреби особистості у пошуку сенсу буття. Ідея майбутнього тут тісно пов'язана з відповідальністю, свободою вибору та цілісністю людського існування. У межах цього підходу майбутнє не є наперед заданим, а постає як відкритий простір самотворення. Образ себе в майбутньому розглядається як внутрішній проєкт особистості, що вимагає усвідомленого вибору, прийняття невизначеності та ціннісної автентичності.

Отже, образ «Я-майбутнє» в різних наукових парадигмах постає як багатовимірне утворення, що інтегрує індивідуальний досвід, рефлексивні процеси, цінності, емоції та соціокультурні впливи. Розуміння цього феномена має велике значення як для теоретичного осмислення процесів самоконструювання особистості, так і для прикладних сфер – зокрема,

освіти, психотерапії, кар'єрного консультування та особистісного коучингу.

Образ «Я-майбутнього» складається з кількох взаємопов'язаних компонентів:

1. Когнітивний компонент – знання і уявлення про себе у майбутньому: професія, соціальний статус; освіта, місце проживання; життєві цілі та стратегії досягнення.

2. Емоційний компонент – почуття, пов'язані з майбутнім: оптимізм / тривожність; надія / невпевненість; захоплення / байдужість.

3. Ціннісно-мотиваційний компонент – особисті смисли й орієнтири: що є важливим у майбутньому (успіх, сім'я, допомога іншим); що мотивує до дії

4. Поведінковий (регулятивний) компонент – дії, які людина здійснює для втілення уявлень: навчання, вибір факультативів; участь у проєктах, розвиток навичок; самодисципліна, планування.

Образ «Я-майбутнє» є ключовим елементом самосвідомості та особистісного розвитку, який відображає уявлення людини про себе в майбутньому, її очікування, цілі, ідеали та життєві орієнтири. Це багатокomпонентне психологічне утворення, що включає когнітивні (знання про себе), емоційні (ставлення до можливого майбутнього) та мотиваційні (спонукання до дії) складові. У процесі формування образу майбутнього «Я» відображаються як індивідуальні особливості людини, так і соціокультурні впливи, життєвий досвід і ціннісні орієнтації.

Структура цього образу передбачає наявність уявлень про бажані риси, статус, життєвий сценарій та життєві досягнення в майбутньому. Водночас цей образ виконує низку важливих функцій: задає напрямок особистісного зростання, слугує основою для постановки цілей і прийняття рішень, впливає на рівень саморегуляції та стійкість до життєвих труднощів. Формування образу «Я-майбутнього» є динамічним і безперервним процесом, що відбувається впродовж усього життя, проте особливої значущості набуває в періоди ідентифікаційного пошуку, зокрема в юності.

Отже, образ «Я-майбутнє» виступає важливою детермінантою саморозвитку людини, є внутрішнім орієнтиром у побудові життєвої траєкторії та засобом інтеграції досвіду минулого, теперішнього і майбутнього в цілісну систему уявлень про себе.

2. Особливості образу власного майбутнього у підлітків

Образ «Я-майбутнього» у підлітковому віці має особливе психологічне значення, оскільки формується на етапі активного становлення особистості, пошуку ідентичності та професійного самовизначення. У цьому віці молоді люди інтенсивно уявляють себе в майбутньому, експериментують із різними ролями, цінностями та життєвими сценаріями. Образ себе в майбутньому часто має ідеалізований характер і виконує роль внутрішнього орієнтира, що спрямовує поведінку, вибір освіти, професії та стилю життя. Водночас у молоді цей образ може бути нестабільним, суперечливим або емоційно незбалансованим через обмежений життєвий досвід, зовнішні впливи (сім'я, соціум, медіа) та невизначеність соціального середовища. Я-образ майбутнього в молодіжному віці є динамічним і чутливим до особистісних та соціальних чинників, а його зміст і структура можуть суттєво змінюватися в процесі дорослішання, набуваючи більшої реалістичності та інтегрованості.

З позиції психоаналітичного підходу образ майбутнього «Я» розглядається як наслідок взаємодії між несвідомими бажаннями, соціальними нормами та особистими уявленнями про сенс життя. Еріксон особливо підкреслював значення підліткового віку як критичного етапу формування ідентичності. Саме в цьому віці, за його теорією, відбувається активне проектування себе у майбутнє, коли особистість формує відповідь на питання: «Хто я є?» та «Ким я хочу стати?». Таким чином, образ «Я-майбутнього» постає як ключова складова процесу ідентифікації та становлення «єго».

Когнітивний підхід пояснює формування образу «Я-майбутнього» через розвиток мислення та самосвідомості. У підлітковому віці відбувається перехід до стадії формально-операційного мислення, що дає змогу підлітку

міркувати абстрактно, аналізувати альтернативи, уявляти можливі сценарії життя. Тобто підліток отримує інструмент для прогнозування і планування власного майбутнього. Важливу роль у цьому відіграють здатність до саморефлексії, критичного мислення, формування особистих суджень щодо бажаних цілей і шляхів їх досягнення. Когнітивний підхід акцентує на раціональній складовій образу «Я-майбутнього», його логічній структурованості.

Гуманістичний підхід трактує образ «Я-майбутнього» як вираз прагнення до самореалізації та досягнення ідеального «Я». У підлітковому віці образ «Я-майбутнього» відіграє роль дороговказу, що дає змогу осмислити життя, надає йому сенс і стимулює моральне зростання. Цей підхід підкреслює внутрішню активність особистості, її прагнення до самовдосконалення і духовного розвитку.

У соціально-психологічному підході формування уявлень про майбутнє розглядається як процес соціалізації, де вирішальну роль відіграють міжособистісна взаємодія та соціальне середовище. Образ «Я-майбутнього» є не лише продуктом внутрішнього саморозуміння, але й результатом зовнішніх очікувань – з боку батьків, вчителів, однолітків, а також ширших соціальних інститутів. Молодь часто формує своє уявлення про майбутнє, спираючись на суспільні цінності, приклади з масової культури, образи успіху, які пропонуються медіа. У такому контексті роль школи та вчителя є особливо важливою: саме педагог може стати тим, хто надихне підлітка, допоможе знайти себе та сформувати реалістичне і водночас мотивуюче бачення свого майбутнього.

Окремо слід виділити особистісно-орієнтований підхід, який набуває актуальності в сучасній освіті. У межах цього підходу образ «Я-майбутнього» розглядається як прояв унікальності кожного учня, його потреб, інтересів, здібностей і потенціалу. Вчитель тут не диктує напрям розвитку, а створює умови для самопізнання та самовизначення. Підліток має змогу експериментувати з ролями, самостійно обирати напрями

самореалізації, критично оцінювати власні можливості та обмеження. Такий підхід сприяє формуванню внутрішньої автономії, розвитку ініціативності та відповідальності за власне життя.

У підлітковому віці формування уявлень про майбутнє є ключовим компонентом процесу особистісного становлення та розвитку ідентичності. Цей період супроводжується якісними змінами у когнітивній, емоційній та соціальній сферах, що суттєво впливають на характер, зміст і стабільність образу «Я-майбутнього».

Емоційно-вольова сфера в цей період характеризується нестабільністю, схильністю до емоційних коливань, посиленою потребою в самоутвердженні та визнанні. Емоційне ставлення до власного майбутнього може бути як оптимістичним і натхненним, так і тривожним чи амбівалентним. Уявлення про майбутнє часто містять елементи ідеалізації або, навпаки, песимізму, що є наслідком недостатнього життєвого досвіду та високої чутливості до зовнішніх оцінок.

Соціально-психологічні зміни також мають вагомий вплив. У підлітковому віці особистість активно шукає свою соціальну роль, формується самосвідомість і відбувається переорієнтація з авторитету дорослих на думку однолітків. Образ «Я-майбутнього» формується в діалозі з очікуваннями значущих інших, під впливом соціальних норм, медіа, культурних ідеалів. При цьому важливу роль відіграють порівняння з ровесниками, спроби самовизначення через належність до певних груп, професійних або світоглядних спільнот.

Крім того, у підлітковому віці виникає потреба в екзистенційному осмисленні життя: з'являються запитання про сенс буття, цінності, свободу вибору і відповідальність. У цьому контексті уявлення про себе в майбутньому набуває не лише прагматичного, а й світоглядного значення, стає інструментом ідентифікації та самоконструювання особистості.

Період підлітковості є критичним етапом формування уявлень про себе в майбутньому. У цей час активно розвивається самосвідомість, зростає

здатність до абстрактного мислення, формуються життєві орієнтири та починає складатися концепція Я-майбутнього — уявлення про те, якою особистістю підліток хоче стати, яких цілей прагне досягти, як уявляє своє соціальне, професійне та особисте життя.

Образ Я-майбутнього тісно пов'язаний із загальною картиною світу, ціннісними орієнтаціями, впливом родини, соціального оточення, медіа, а також із ситуаційними факторами – такими як соціально-політична нестабільність або досвід травматичних подій. Саме тому підліткові уявлення про майбутнє є не лише продуктом індивідуального розвитку, а й відображенням суспільного середовища, в якому зростає молода людина. Ці уявлення можуть бути як досить стабільними, так і суперечливими, одночасно включати як надію, так і тривогу, як реалізм, так і ідеалізацію.

Отже, характерні для підліткового віку зміни та особливості розвитку сприяють формуванню образу «Я-майбутнього», водночас роблячи цей процес чутливим до зовнішніх впливів, а сам образ – нестійким, гнучким і динамічним. Саме тому педагогічна та психологічна підтримка в цей період має принципове значення для успішного становлення цілісної та реалістичної Я-концепції майбутнього.

У процесі емпіричного дослідження було виявлено як спільні, так і відмінні риси у сприйнятті образу майбутнього підлітками з двох українських міст (Чернігів та Львів), що відрізняються соціально-культурним та геополітичним контекстом.

Серед спільних характеристик можна виокремити кілька основних позицій. По-перше, як чернігівські, так і львівські підлітки мають високі очікування щодо особистого щастя в майбутньому. По-друге, обидві групи демонструють повну впевненість у працевлаштуванні. По-третє, високими є також очікування щодо здобуття хорошої освіти. Підлітки уявляють себе освіченими, що вказує на значущість академічної самореалізації для обох вибірок. Крім того, як чернігівські, так і львівські учасники високо оцінюють значення соціальних зв'язків у майбутньому – вони очікують мати друзів і

бути соціально активними. Спільними є й уявлення про стан здоров'я в майбутньому: обидві групи бачать своє майбутнє більшою мірою без проблем зі здоров'ям. Схожими є уявлення про рівень тривожності та міру зацікавленості власним майбутнім. Обидві групи бачать власне майбутнє досить спокійним і цікавим. Дещо спокійнішим, проте трохи менш цікавим уявляється воно для чернігівських підлітків, але відмінності в цих уявленнях несуттєві. Нарешті, досліджувані з обох міст уявляють своє майбутнє переважно з власними дітьми, що вказує на певну важливість сімейних цінностей.

Щодо відмінностей, то вони відображають регіональну специфіку. Найяскравішою є різниця в уявленні про безпеку майбутнього: львівські підлітки оцінюють своє майбутнє як значно безпечніше, ніж чернігівські. Це може бути зумовлено географічною віддаленістю Львова від бойових дій і більшою стабільністю в регіоні. Аналогічно, майбутнє сприймається як більш прогнозоване для львівських підлітків, тоді як чернігівські демонструють дещо вищий рівень невизначеності. Чернігівські респонденти демонструють також нижчу (посередню) оцінку легкості майбутнього, що може свідчити про очікування труднощів на життєвому шляху. Еміграційні настрої також виявили регіональні розбіжності. Підлітки з Чернігова частіше орієнтовані на життя за кордоном, що, ймовірно, пов'язано з досвідом нестабільності та безпекових викликів. Львівські ж респонденти частіше уявляють своє майбутнє в Україні, що може пояснюватися більшою довірою до місцевого соціального середовища.

Крім того, уявлення про майбутнє матеріальне становище є позитивнішими у львівських підлітків: вони впевненіші у своїх фінансових перспективах. Львівська молодь також частіше розмірковує про своє майбутнє, виявляючи більшу рефлексивність, стратегічне мислення та тенденцію до планування. У них вищі показники за шкалами схожості власного майбутнього з майбутнім інших (вони оцінюють майбутнє як більшою мірою не схоже на інших, тобто демонструють більш виражений

індивідуалізм) і реалістичності мрій та планів (це може вказувати на сформовані уявлення про досяжність бажаного).

Загалом, можна зробити висновок, що підлітки з Чернігова більше зосереджені на базових життєвих потребах – стабільній роботі, власному житлі, фінансовій безпеці. Натомість львівські підлітки демонструють більше прагнення до самореалізації, розвитку власної справи, індивідуального вибору життєвого шляху. Відповідно, якщо чернігівські підлітки частіше уявляють себе в майбутньому як успішну та щасливу особистість, то львівські – більшою мірою як самореалізовану людину, акцентуючи на підприємництві та бізнесі.

III. Висновки

Образ «Я-майбутнього» є важливим компонентом особистісного розвитку, що відображає здатність людини уявляти себе у перспективі, встановлювати цілі, робити вибір і прогнозувати життєві шляхи. Це складне інтегроване утворення, в якому поєднуються когнітивні, емоційно-мотиваційні та ціннісні елементи, що дозволяють людині будувати уявлення про себе не лише як про теперішнього, а й як про потенційного, можливого суб'єкта діяльності та самореалізації.

Образ «Я-майбутнього» є важливою складовою процесу становлення особистості у підлітковому віці, коли відбувається активне формування ідентичності, зростає здатність до рефлексії, ускладнюється уявлення про час і посилюється потреба в самовизначенні. Саме в цей період молода людина починає свідомо замислюватися над власним майбутнім, формуючи уявлення про себе як про того, ким вона може або хоче стати. Ці уявлення мають тісний зв'язок із емоційною сферою, ціннісними орієнтаціями, а також із контекстом соціального досвіду.

Проведене дослідження свідчить, що образ майбутнього в підлітків значною мірою залежить від зовнішніх умов – зокрема, соціального середовища, регіонального контексту та актуальної ситуації в країні. Підлітки з Чернігова, які зазнали більшого впливу небезпеки та

нестабільності, мають менш визначене та менш стабільне бачення свого майбутнього, більше еміграційних очікувань та нижчу впевненість у досяжності життєвих планів. У той час як підлітки зі Львова демонструють більш цілісне, стратегічне й оптимістичне бачення майбутнього, з вираженою орієнтацією на самореалізацію в Україні.

Водночас, незалежно від регіону проживання, підлітки прагнуть щастя, освіти, соціальних зв'язків і професійної реалізації. Це свідчить про спільну для молоді ціннісну основу, що зберігається попри складні соціальні умови.

Отже, образ «Я-майбутнього» у підлітків є динамічним і чутливим до впливів як внутрішніх, так і зовнішніх чинників. Розуміння цих особливостей має важливе значення для організації ефективної психологічної та педагогічної підтримки, яка може допомогти молоді вибудувати реалістичні, життєздатні уявлення про себе в майбутньому та сприяти формуванню впевненості у власному потенціалі.

Питання на закріплення матеріалу та самоперевірку:

1. Що таке образ «Я-майбутнього» та з яких компонентів він складається?
2. Яку роль відіграє вчитель у підтримці позитивного бачення майбутнього у підлітків?

Висновки до другого розділу

У другому розділі представлено результати емпіричного дослідження крос-культурних особливостей образу Я-майбутнього вітчизняних підлітків. Зібрані дані дозволяють зробити низку узагальнень:

1. Соціально-культурний та географічний контекст суттєво впливає на особливості уявлень про майбутнє. Спостерігаються регіональні відмінності у сприйнятті майбутнього, які, ймовірно, пов'язані з різним соціальним, культурним і безпековим контекстом. Підлітки зі Львова загалом

демонструють більш визначене та позитивне уявлення про майбутнє, частіше пов'язують його з життям в Україні, професійною реалізацією, створенням сім'ї. У свою чергу, підлітки з Чернігова виявляють більше невизначеності щодо майбутнього, частіше висловлюють бажання емігрувати та менш чітко уявляють життєві перспективи. Ці відмінності, серед іншого, відображають вплив середовища, в якому формується уявлення про майбутнє.

2. Незважаючи на регіональні відмінності, в обох групах простежується позитивне уявлення про власне майбутнє як щасливе, а також висока впевненість у можливості здобути освіту та реалізувати себе у професійній сфері. Це свідчить про орієнтацію підлітків на самореалізацію, прагнення до особистого розвитку та віру в досяжність життєвих цілей.

3. Розроблена лекція має на меті надати вчителям теоретичні знання та практичні інструменти для розуміння й підтримки процесу формування образу «Я-майбутнього» у підлітків.

5. Узагальнюючи викладене, можна стверджувати, що уявлення про власне майбутнє є важливим компонентом самосвідомості підлітків, який відображає їхні очікування, орієнтири та життєві пріоритети. Ці уявлення пов'язані з контекстом соціального середовища, досвідом підлітків та загальними суспільними умовами. Для педагогів важливо враховувати ці аспекти у роботі з молоддю, створюючи простір для безпечного обговорення майбутнього, підтримки позитивного бачення життєвих перспектив і розвитку орієнтації на самореалізацію.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретико-емпіричне дослідження дає змогу зробити наступні висновки:

1. Образ Я-майбутнього є багатокомпонентним психологічним утворенням, що займає центральне місце у структурі самосвідомості особистості. Він відображає уявлення людини про себе в майбутньому, включаючи бажані якості, життєві цілі, професійні, сімейні, соціальні ролі, а також очікування щодо особистісного зростання. Образ Я-майбутнього розглядається в межах кількох наукових підходів – когнітивного (як система знань та уявлень), мотиваційного (як джерело смислів і життєвих цілей), екзистенційного (вираження ставлення до майбутнього як до простору особистісної реалізації). Окрім того, важливу роль у його дослідженні відіграє концепт часової перспективи, який дає змогу описати уявлення особистості про майбутнє як частину загального бачення життєвого шляху.

2. Я-образ майбутнього у підлітковому віці має низку специфічних психологічних особливостей. Для підлітків характерна ідеалізація майбутнього, наявність високих очікувань, орієнтація на самореалізацію, успіх, незалежність, побудову сімейного життя. Водночас Я-образ майбутнього у підлітковому віці може бути фрагментарним, недостатньо структурованим, що обумовлено віковими особливостями розвитку мислення та самосвідомості.

3. Проведене емпіричне дослідження дозволило порівняти образи Я-майбутнього підлітків м. Чернігів та м. Львів. Аналіз даних показав, що спільним в уявленнях про власне майбутнє є оцінки його як досить щасливого, спокійного та цікавого, з наявною гарною освітою, роботою та з досить широким колом соціальних зв'язків, більшою мірою без проблем зі здоров'ям та з власними дітьми. Водночас були виявлені й крос-культурні відмінності в уявленнях про власне майбутнє. Зокрема, львівські підлітки у порівнянні з чернігівськими оцінюють своє майбутнє як більш прогнозоване,

безпечно, матеріально забезпечене, легше, більшою мірою не схоже на майбутнє інших, частіше замислюються над власним майбутнім, більшою мірою пов'язують його з Україною, дещо більше орієнтовані на створення сім'ї та уявляють мрії і плани щодо свого майбутнього більш реалістичними. У майбутньому відносна більшість юних львів'ян хоче мати свободу, незалежність, власну сім'ю та дітей, а більшість – цікаву роботу та кар'єру. Також більшість підлітків зі Львова у перспективі бачать себе самореалізованими. Натомість чернігівські підлітки рівень безпеки, прогнозованості, легкості майбутнього, його схожості з майбутнім інших, власні еміграційні настрої, частоту роздумів над майбутнім, міру реалістичності майбутніх планів і мрій оцінюють посередньо. Також Я-майбутнє уявляється їм більшою мірою матеріально забезпеченим. У майбутньому відносна більшість юних чернігівців бажає мати стабільну роботу, гроші й матеріальне благополуччя, тоді як більшість – власне житло. У перспективі відносна більшість підлітків із Чернігова бачить себе щасливою особистістю, а більшість – успішною.

4. Отримані результати пропонуємо впроваджувати в просвітницькій роботі з учителями загальноосвітніх шкіл. Так, нами була розроблена лекція, присвячена висвітленню особливостей образу Я-майбутнього у підлітків. Метою лекції було ознайомити вчителів з поняттям «Я-майбутнє» та особливостями Я-майбутнього у підлітковому віці, а також з результатами авторського дослідження, присвяченого з'ясуванню крос-культурної специфіки образу Я-майбутнього у підлітків Західного та Північного регіонів України.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення демографічних (стать, вік, професія, рівень матеріального добробуту, місце проживання та ін.), індивідуально-психологічних (рівень тривожності, життєстійкості, особливості мотиваційної сфери особистості) та соціально-психологічних (представники різних субкультур тощо) чинників образу Я-майбутнього.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.
2. Васильченко О., Бацман Є. Образ Я і уявлення про майбутнє у молоді. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2022. № 3 (67). С. 147-152.
3. Вікова психологія : конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190с.
4. Войтович Н. О. Специфіка образу майбутнього в дискурсі життєвої перспективи у старшокласників. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*. 2013. Вип. 22 (1). С. 122-129.
5. Володарська Н. Д. Стратегії реалізації життєвих перспектив особистості як чинники психологічного благополуччя. *Габітус*. 2021. № 27. С. 51-58.
6. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції. Тернопіль : «Економічна думка», 2004. 310 с.
7. Гроф С. Психологія майбутнього. Видавництво: Terra Incognita, 2019. 400 с.
8. Даценко В. С. Майбутнє як філософська проблема. *Philosophy and political science in the context of modern culture*. 2019. № 11 (1). С. 21-31.
9. Добриніна І. В. Дослідження образу майбутнього: теоретико-методологічний аспект. *Габітус*. Випуск 44. 2022. С. 162-166.
10. Добриніна І. В., Кременчуцька М. К. Образ майбутнього: конструювання та репрезентація. Психологія та соціальна робота. 2020. Вип. 52 (2). С. 84-95.
11. Каліщук С. М., Токарева Ю. М. Екзистенційно-системний аналіз образу майбутнього особистості. *Вчені записки ТНУ імені ВІ Вернадського. Серія: Психологія*. 2024. № 35 (6). С. 95-99.
12. Кравченко Т. В. Образ майбутнього як фактор особистісного самовизначення старшокласників. *Теоретико-методичні проблеми виховання*

дітей та учнівської молоді. 2011. № 1 (15). С. 36-44.

13. Кузьменко Т. М. Соціологія. Навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2010. 320 с.

14. Найчук В. В., Стахів Б. О. Теоретичні проблеми визначення поняття «Я-концепції». *Молодий вчений*. 2022. № 2 (102). С. 90-94.

15. Омелянюк С., Вельський Д., Гузаїров А. Особливості уявлень молоді про майбутнє у воєнний час. *Psychology Travelogs*. 2025. № 1. С. 289-298.

16. Ондо Анже А. М. Часовий аспект детермінанти «орієнтація на майбутнє» та його роль у формуванні життєвої позиції підлітків. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2019. № 3 (2). С. 163-174.

17. Орлова Г. В. Виховання Я-концепції молодшого школяра у позакласній діяльності : дис. ... д-ра філософії : 011 – Освітні, педагогічні науки. Ін-т проблем виховання НАПН України. Київ, 2021. 323 с.

18. Основи соціальної психології: підручник для закладів вищої освіти / П. П. Горностай, М. М. Слюсаревський, В. О. Татенко та ін. ; за ред. М. М. Слюсаревського. Київ : Талком, 2018. 580 с.

19. Остапенко І. В., Соснюк О. П. Психосемантичне дослідження національної ідентифікації та уявлень про майбутнє молоді різних регіонів України. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2023. № 4. С. 35-39.

20. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник. Київ : Кондор, 2015. 469 с.

21. Попович І. С. Конструювання особистістю моделі очікуваного майбутнього. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2015. Вип. 6. С. 145-154.

22. Рева М. М. Особливості життєвої перспективи в підлітковому та юнацькому віці. *Психологія і особистість*. Київ-Полтава, 2015. Вип. 2 (8). Ч. 1. С. 126-139.

23. Смолій В., Ясь О. Суспільні ідеали та уявні проєкції українського

майбутнього у репрезентації «діючих» генерацій інтелектуалів ХХ – початку ХХІ ст. / За ред. В. Смолія; упорядк. бібліограф., імен. і предмет. покажчиків С. Блащук. Київ : НАН України. Ін-т історії України, 2019. 302 с.

24. Соціальна психологія: навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Воляннюк, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська та ін. 2-е вид., перероб. та допов. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2024. 594 с.

25. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Київ : Центр навчальної літератури, 2012. 280 с.

26. Сумарева К. В. Теоретичні аспекти особливостей формування Я-концепції дитини молодшого шкільного віку. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*, 2016. № 21 (3). С. 242-252.

27. Хілько С. О. Образ майбутнього як важливий чинник соціалізації молоді в сучасних умовах. Психологічні предиктори соціального розвитку особистості в сучасних умовах освітнього середовища: збірник тез І Всеукр. наук-практ. інтернет-конф. з міжнар. участю. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, Вид-во «Політехніка», 2024. С. 169-171.

28. Цапліна І. С. Образ майбутнього: структурно-функціональний аналіз. *Культурологічний вісник*. 2017. № 37 (1). С. 156-165.

29. Kelly G. A. A theory of personality: The psychology of personal constructs. New York : Norton, 1963, 208 p.

30. Kooi D., Kanfer R., Betts M., Rudolph C. Future time perspective: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*. 2018. № 103 (8). P. 867-893.

31. Markus H., Nurius P. Possible selves. *American Psychologist*. 1986. № 41 (9). P. 954-969.

32. Zimbardo P. G., Boyd J. N. Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. № 77. P. 1271-1288.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета на вивчення образу майбутнього у підлітків

Шановні друзі! Просимо вас узяти участь у дослідженні, метою якого є вивчення молодіжних уявлень про власне майбутнє. Дослідження анонімне, неправильних відповідей тут немає. Будь-ласка, будьте щирими.

Стать: 1) жіноча; 2) чоловіча Вік _____ років

Місто проживання: 1) Чернігів; 2) Львів

Завдання 1. *За 7-бальною шкалою (де 1 – повністю погоджуюся з лівою характеристикою, 7 – з правою, 4 – щось середнє) оцініть, яким Вам уявляється Ваше майбутнє через 10-15 років.*

Не відоме / не прогнозоване для мене	1 2 3 4 5 6 7	Відоме / прогнозоване для мене
Небезпечне	1 2 3 4 5 6 7	Безпечне
Матеріально не забезпечене	1 2 3 4 5 6 7	Матеріально забезпечене
З проблемами зі здоров'ям	1 2 3 4 5 6 7	Без проблем зі здоров'ям
Нещасливе	1 2 3 4 5 6 7	Щасливе
Без гарної освіти	1 2 3 4 5 6 7	З гарною освітою
Без роботи	1 2 3 4 5 6 7	З роботою
Без власної сім'ї	1 2 3 4 5 6 7	З власною сім'єю
Без власних дітей	1 2 3 4 5 6 7	З власними дітьми
Без багатьох друзів / знайомих	1 2 3 4 5 6 7	З багатьма друзями / знайомими
Складне	1 2 3 4 5 6 7	Легке
Тривожне	1 2 3 4 5 6 7	Спокійне
Нудне	1 2 3 4 5 6 7	Цікаве
Схоже на майбутнє інших	1 2 3 4 5 6 7	Не схоже на майбутнє інших
В іншій країні	1 2 3 4 5 6 7	В Україні
Ніколи не замислююсь над своїм майбутнім	1 2 3 4 5 6 7	Постійно замислююсь над своїм майбутнім
Мої мрії та плани щодо свого майбутнього не реалістичні	1 2 3 4 5 6 7	Мої мрії та плани щодо свого майбутнього цілком реалістичні

Завдання 2. *Закінчіть наведені нижче речення (можна дати 1 або кілька варіантів відповіді):*

2.1. У майбутньому я хочу мати _____

2.2. У майбутньому я себе бачу _____

Щиро дякуємо за участь у дослідженні!