

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВЫСТРАИВАНИЯ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНТОВ ВУЗА

DOI: 10.25629/НС.2018.07.08

ГОНЧАР С.Н., КЛИМЕНКО И.В., КУЧЕРЯНУ С.Г.

Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко. Молдова, г. Тирасполь

**Аннотация.** В статье раскрываются особенности выстраивания временной перспективы современной молодежи на одном из важных этапов их профессионального становления - на этапе обучения в вузе. Обосновывается необходимость изучения временной перспективы студентов с осмысленностью жизни и жизнестойкостью. Представлены результаты сравнительного анализа особенностей выстраивания временной перспективы современной молодежи Приднестровской Молдавской Республики с различным уровнем осмысленности жизни и жизнестойкости. Эмпирическое исследование проведено на базе Приднестровского государственного университета им. Т.Г. Шевченко. В исследовании приняло участие 215 испытуемых (студентов-бакалавров очной формы обучения) в возрасте от 17 до 21 года. В качестве психодиагностического инструментария были использованы следующие методики: «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо, опросник «Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказова. Авторы выдвигают идею о целесообразности в условиях высшей школы содействовать процессу развития студента как субъекта собственной временной перспективы. С этой целью авторами разработана Программа саморазвития студентов. За основу программы взят тренинг организационного развития личности, разработанный доктором психологических наук, профессором А.С. Огневим. Используемые в программе технологии организационного развития позволяют формировать у молодых людей умение проецировать свое будущее и строить собственную жизнь согласно своему замыслу посредством повышения субъектного потенциала личности студентов и уровня их жизнестойкости. Программа саморазвития внедрена в практику работы отдела психологического сопровождения и профориентационной работы Приднестровского государственного университета им. Т.Г. Шевченко.

**Ключевые слова:** временная перспектива, осмысленность жизни, субъект, жизнестойкость, технологии организационного развития.

### Введение

В настоящее время в ситуации социально-экономической нестабильности все большую актуальность приобретает проблема формирования у молодого поколения умения проецировать свое будущее и строить собственную жизнь согласно своему замыслу. Односторонность и необратимость жизненных событий представляют время существенным ресурсом личности. В этом качестве оно продуцирует студенту возможности личностного саморазвития, а также построения конструктивного взаимодействия с самим собой, с окружающими и с миром в целом. Это позволяет молодому человеку продуктивно осуществлять учебно-профессиональную деятельность на этапе обучения в вузе и успешно строить свою жизнедеятельность [3].

Психологические аспекты восприятия времени раскрывали в своих работах К.А. Абульханова, Т.Н. Березина, Д.А. Леонтьев [1, 9] и др. В большинстве современных психологических, педагогических и философских исследованиях поднимается такая значимая и актуальная проблема как изучение личности человека в контексте временного и межличностного пространства. Над данным аспектом работают Ф. Зимбардо, Дж. Бойд [7], Ж. Нюттен [14] и др.

Т.А. Егоренко, Е.М. Родина [6] рассматривают проблему развития временной перспективы в онтогенезе с позиций культурно-исторической психологии.

Как показывают современные исследования С.А. Кузнецова, М.В. Логиновой [8, 13] особенно остро понимание психологических особенностей временной перспективы в период интенсивного профессионально-личностного становления человека, реализуемого в период обучения

в вузе. Именно в этот жизненно-важный период, используя ресурсы своего прошлого и нацеливаясь на свое будущее, молодой человек должен максимально эффективно скоординировать свое настоящее. Для этого студент должен научиться связывать свое настоящее и с прошлым, и с будущим и осознанно подходить к собственной жизни. Уже на этапе обучения в вузе молодой человек должен осознать себя в качестве субъекта своей жизнедеятельности [12].

Проблеме изучения временной перспективы студенческой молодежи посвящены многочисленные современные исследования зарубежных авторов. Так, исследования Pichayayothin N.B. [18] показывают, что студенческая молодежь в большей степени ориентирована на позитивное будущее. Их деятельность в настоящем направлена на достижение именно учебно-профессиональных целей. Исследования Kauffman D.F., Husman J. [17] доказали, что временная перспектива оказывает влияние на учебную мотивацию студентов. Авторы отмечают, что мотивируют студентов в настоящем к ежедневным занятиям долговременные учебно-профессиональные цели. А исследования Lens W., Raixão M.P., Herrera D., Grobler A. [16] продемонстрировали связь между академической успеваемостью студентов и их временной перспективой. Экспериментально было доказано, что студенты с высокой академической успеваемостью в большей степени ориентированы на будущее, чем студенты с низкой успеваемостью. Аналогичные данные были получены и в исследованиях Suleyman A. [19]. Так, студенты с высоким уровнем временной перспективы на будущее обладают высокой учебной мотивацией. Такие студенты рассматривают свою учебную деятельность в настоящем как инструмент для своей будущей профессиональной карьеры.

### **Процедура и методы исследования**

С целью изучения психологических особенностей временной перспективы современной молодежи Приднестровской Молдавской Республики на этапе профессионального становления, нами было проведено эмпирическое исследование на базе Приднестровского государственного университета им. Т.Г. Шевченко. В исследовании приняло участие 215 испытуемых, из них 140 девушек и 75 юношей в возрасте от 17 до 21 года факультета педагогики и психологии и естественно-географического факультета. В эмпирическом исследовании принимали участие студенты-бакалавры очной формы обучения 2, 3 и 4 курсов.

### **Методы и методики**

Для решения поставленных задач были использованы как теоретические, так и эмпирические методы исследования: обзорно-аналитический, теоретический анализ научной литературы, тестирование, методы статистической обработки эмпирических данных исследования. Для статистической обработки результатов использовались критерий Краскела-Уоллеса, коэффициент ранговой корреляции г-Спирмена и Хи-квадрат. Полученные эмпирические данные были обработаны методами математической статистики с использованием программы SPSS 17.0 for Windows.

В эмпирическом исследовании нами был использован комплекс методик, реализующий вышеуказанные методы:

- «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо в адаптации А. Сырцовой. Опросник включает следующие шкалы: ориентация на будущее, гедонистическое и фаталистическое настоящее, позитивное и негативное отношение к прошлому [7].

- Опросник «Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева. Тест включает субшкалы: цели в жизни; процесс жизни; результативность жизни; локус контроля – Я; локус контроля – Жизнь и общий показатель осмысленности жизни [10].

- «Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказова. Жизнестойкость представляет собой целостную систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром и включает в себя три компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска [11].

### **Результаты и их обсуждение**

Анализ полученных результатов по методике «Опросник временной перспективы Зимбардо» показал (таблица 1), что в большей степени (38%) студенты ориентированы на позитивное прошлое. К прошлому респонденты испытывают сентиментальное и ностальгическое отношение. 22% испытуемых ориентированы на будущее. Такие студенты ставят перед собой разнообразные цели и, что очень важно, они способны планировать свою жизнедеятельность. Были выявлены респонденты (20%), которые нацелены получать удовольствие от жизни «здесь и сейчас». Такие студенты ориентированы на гедоническое настоящее. 11% испытуемых живут с постоянной оглядкой на негативное прошлое. Постоянная ориентация на свои травматические и неприятные события прошлой жизни приводит таких студентов к возникновению негативной установки на настоящее и бесперспективного будущего. Также в ходе исследования была выявлена группа студентов (9%), которые испытывают беспомощность и безысходность. Они убеждены в том, что их будущее предназначено и никак повлиять на него они не могут. Такие студенты ориентированы на фаталистическое настоящее.

Таблица 1 – Показатели временной перспективы студентов вуза (по методике Зимбардо), %

Негативное прошлое	Гедонистическое настоящее	Будущее	Позитивное прошлое	Фаталистическое настоящее
11	20	22	38	9

Как показывают результаты нашего эмпирического исследования (таблица 1) и многолетние наблюдения, построения временного режима в период обучения в вузе придерживается только небольшая часть студентов. Молодые люди стараются планировать свою учебную и личную жизнь. Значительная часть обучающейся молодежи умело совмещает учебную деятельность с работой по профессии. Однако, как правило, молодые люди в большинстве случаев, не способны целенаправленно структурировать свое временное пространство на пути движения к ожидаемому будущему. Студент на этапе обучения в вузе еще не способен удерживать все проблемное временное пространство в контексте своего будущего и включается в него, как правило, ситуативно.

Важным психологическим фактором, определяющим характер и сбалансированность временной перспективы личности, а также специфику восприятия ею элементов своего жизненного пути является осмысленность жизни [5]. Отсутствие понимания важности тех учебных действий, которые выполняет студент в настоящем, затрудняет у него видение своего будущего.

Анализ результатов исследования смысложизненных ориентаций позволяет нам сделать следующие выводы. Современные студенты, в целом, испытывают удовлетворение от своей прожитой жизни. Свою настоящую жизнь они воспринимают интересной и эмоционально насыщенной. Обучающаяся молодежь способна ставить цели на свою будущую жизнь. Именно наличие цели у студентов в жизни способствует ее осмыслению, направленности и временной перспективе. Однако, как показывают данные исследования, респонденты не испытывают уверенности в том, что способны самостоятельно контролировать свою жизнь. Они затрудняются принимать в различных ситуациях решения и воплощать их в жизнь. Также студенты считают, что не располагают необходимыми ресурсами для выстраивания своей жизненной линии в соответствии со своими установленными целями и представлениями о смысле жизни. Показатели смысложизненных ориентаций студентов представлены в таблице 2.

По шкале «Общий показатель осмысленности жизни», нами были выделены три группы студентов с разными уровнями осмысленности жизни: с низким, средним и высоким. Сравнительный анализ, показал, что наиболее высокие показатели по всем шкалам опросника «СЖО» получены в группе студентов с высоким уровнем осмысленности жизни. Такие студенты, в отличие от студентов с низким уровнем осмысленности жизни, в большей степени испытывают удовольствие от своей жизни, и прошлой, и настоящей. Они смело смотрят в будущее, активно ставят перед собой цели, планируют свою жизнедеятельности. Такие молодые люди уверены, в том, что смогут достичь свои цели и смело берутся за их реализацию.

Таблица 2 – Показатели смысловых ориентаций студентов (по методике Д.А. Леонтьева), среднее арифметическое значение

Компоненты СЖО	цели	процесс	результат	локус контроля	локус контроля – жизнь	ОЖ
Среднее значение	32,12	32,53	29,13	23,03	32,15	106,31
Стандартное отклонение	5,3	4,8	3,9	2,9	6,0	14,9

Нами была предпринята попытка установления связи осмысленности жизни (методика СЖО в адаптации Д.А. Леонтьева) и компонентов временной перспективы (шкалы методики временной перспективы личности Ф. Зимбардо), используя коэффициент ранговой корреляции  $r$ -Спирмена. В ходе корреляционного анализа были выявлены значимые различия по четырём шкалам. Так, по шкале «негативное прошлое» наиболее высокие показатели имеют студенты с низким уровнем осмысленности. По шкале «позитивное прошлое» наиболее высокие показатели имеют испытуемые с высоким и средним уровнями осмысленности. По шкале «фаталистическое настоящее» наиболее высокие показатели выявлены у респондентов с низким и средним уровнями ОЖ. По шкале «перспектива будущего» наиболее высокие показатели были выявлены у студентов с высоким уровнем ОЖ.

Результаты исследования показали, что «позитивное прошлое» является ведущей временной перспективой студентов с низким и средним уровнями осмысленности. Как правило, на своем жизненном пути такие молодые люди ориентируются на свои достижения прошлого. Студенты с высоким уровнем осмысленности жизни ориентируются на своем жизненном пути не только на позитивное прошлое, но и на перспективы будущего. Такие студенты в большей степени, чем студенты со средним и низким уровнями осмысленности жизни, вовлечены в процесс своей жизни. Они позитивно относятся к своему прошлому, удовлетворены своим настоящим; и ориентированы на перспективное будущее.

Студенческое время по праву считается стрессогенным. Молодым людям приходится выдерживать довольно большие нагрузки – физические, умственные, нравственные, волевые, интеллектуальные. Это может негативно сказываться на профессионально-личностном развитии студента. Этому также способствует насыщенность современной жизни, нестабильность настоящего и неуверенность молодых людей в своем будущем. В ускоряющемся темпе современного общества не все умеют рассчитывать свои собственные силы и рационально организовывать свою жизнедеятельность [12].

Ключевым ресурсом преодоления разного вида жизненных затруднений, в том числе в период профессионального становления молодых людей, является жизнестойкость. Данное качество личности рассматривается как способность и готовность субъекта заинтересованно участвовать в разнообразных ситуациях повышенной сложности, а также их контролировать и управлять ими. Это позволит молодым людям воспринимать негативные события и трудности как жизненный опыт и помогает успешно справляться с ними [2, 13]. Представления о жизнестойкости как личностном ресурсе раскрываются в работах С. Мадди, С. А. Богомаз, Р. И. Стецишин и др.

С целью изучения уровня жизнестойкости студентов нами была проведена методика «Тест жизнестойкости» Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. Результаты исследования показали, что большая часть испытуемых (90%) не обладают достаточным уровнем развития жизнестойкости. Это препятствует обучающей молодежи быть эффективной в современном образовательном пространстве. Положительным моментом является тот факт, что у большинства студентов присутствуют потенциал для развития жизнестойкости. Исследования показали, что среди

структурных компонентов жизнестойкости центральным является такой компонент как «вовлеченность». Показатели по этому компоненту в процентном соотношении выше по сравнению с другими компонентами жизнестойкости. Это говорит о том, что современная молодежь обладает потенциальной способностью находить для себя в осуществляемой профессионально-учебной деятельности полезное и важное. Это позволяет им инициативно осуществлять процесс своей жизнедеятельности.

Определив особенности временной перспективы студентов и показатели их жизнестойкости, мы попытались выяснить различия во временной перспективе у студентов с различным уровнем жизнестойкости. Нами было выявлено, что студенты с высоким уровнем развития жизнестойкости в основном ориентированы на будущее (18%), студенты со средним уровнем развития жизнестойкости – на позитивное прошлое (26%), а студенты со средним уровнем развития жизнестойкости – на негативное прошлое (7%) и фаталистическое настоящее (6%). Особенности временной перспективы студентов с разным уровнем жизнестойкости представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 – Особенности временной перспективы студентов с разным уровнем жизнестойкости

Данный факт был подтвержден с помощью корреляционного анализа. Полученное значение Хи-квадрата ( $\chi^2=17,8; p \leq 0,05$ ) дает основание полагать, что существуют различия во временной перспективе у студентов с разным уровнем жизнестойкости.

### Заключение

Период обучения в вузе рассматривается в психологии центральным периодом в становлении личности в целом. Именно в этом возрасте молодой человек становится самостоятельной личностью, способной формулировать свои жизненные планы и находить возможности их реализации. На этапе обучения в вузе важным в развитии личности является выстраивание жизненной перспективы [4]. Временная перспектива рассматривается как организованный личностный конструкт, который на субъективном уровне позволяет оценить события прошлого и выстраивать свое будущее с позиции настоящего.

Однако, на выстраивание временной перспективы могут негативно сказаться те проблемы, с которыми сталкивается молодой человек, обучаясь в вузе. Помимо этого, становление личности на этапе обучения в вузе осуществляется путем наложения разного характера кризисов. Обучающаяся молодежь переживает возрастные кризисы, кризисы индивидуальной жизни, кризисы профессионального самоопределения и обучения. Помимо этого, студенты переживают

внешние, глобальные, экзистенциальные кризисы, на которые наносит отпечаток нестабильность настоящего, а также неопределенность будущего. Не имея жизненный опыт, молодым людям необходимо самостоятельно принимать ряд важнейших решений и разрешать жизненно важные проблемы. В первую очередь современный студент должен научиться принимать ответственность за свою жизнедеятельность. В его распоряжении должны быть результативные средства организации и управления своей учебно-профессиональной деятельностью и личной жизнью [12].

В связи с этим целесообразно в условиях высшей школы содействовать процессу развития студента как субъекта собственной временной перспективы. С этой целью была разработана и апробирована Программа саморазвития студентов. Отделом психологического сопровождения и профориентационной работы Приднестровского государственного университета им. Т.Г. Шевченко Программа осуществляется и на остальных факультетах вуза. При создании данной программы мы придерживались положений, согласно которым опорой в разработке жизненных стратегий (в том числе и стратегии профессионального становления) выступает осмысление собственных мотивов, целей, желаний и возможностей. За основу программы был взят разработанный А.С. Огневым тренинг организационного развития личности (ТОР) [15]. Также были использованы как подлинные, так и видоизмененные (в соответствии с целями Программы саморазвития студентов), упражнения и дидактические материалы Н.С. Данилова, О.В. Евтихова, С.И. Маслакова, Л.М. Митиной, Н.С. Пряжникова, А.С. Огнева, Н.Ю. Хрящевой, Л.Б. Шнейдер и др.

В рамках разработанной Программы саморазвития предполагается работа над созданием образа успешного будущего, осознание мотивов профессионального выбора, своих ценностей и целей, обнаружение и актуализация своих личностных и профессиональных ресурсов. Особое внимание на занятиях уделяется формированию субъективных личностных характеристик студентов. Это - осмысленность жизни, самоэффективность, субъективное благополучие и готовность к решению проблем [12]. Реализация программы способствует формированию у современной молодежи навыков принятия ответственности за решения, принимаемые в связи с преодолением личностных и профессиональных проблем.

Используемые в Программе саморазвития технологии организационного развития позволяют формировать умение проецировать свое будущее и строить собственную жизнь согласно своему замыслу посредством повышения субъектного потенциала личности студентов и уровня их жизнестойкости.

Подводя итоги вышесказанному, можно отметить, что на проектирование молодыми людьми своего жизненного пути оказывают влияние осмысленность жизни в целом и умение конструктивно разрешать жизненно важные проблемы, контролировать и управлять разнообразными ситуациями повышенной сложности.

### **Литература:**

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб.: Алетейя, 2001.
2. Богомаз С.А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья // Материалы научно-практических конгрессов 4 Всероссийского форума «Здоровье нации - основа процветания России», 2008, т. 2, с. 24-27.
3. Болотова А.К. Психология организации времени. М.: Аспект Пресс. 2006. 254 с.
4. Гончар С.Н. Жизненные перспективы молодежи на этапе профессионального самоопределения // В сборнике: Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека. Сборник научных статей и материалов международной конференции. Под общей редакцией Р.В. Ершовой. 2016. С. 86-90.
5. Гончар С.Н. Становление студента как субъекта собственной временной перспективы // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. 2013. № 1. С. 214-217.

6. Егоренко Т.А., Родина Е.М. Роль временной перспективы в профессиональном самоопределении студентов [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2015. Т. 4. № 4. С. 11-15. doi: 10.17759/jmfp.2015040402.

7. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. СПб.: Речь, 2010. 352 с.

8. Кузнецова С.А. Временные перспективы и миграционные установки магаданских студентов на разных этапах обучения // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2018. Т. 15. № 1. С. 67-78. doi: 10.22363/2313-1683-2018-15-1-67-78.

9. Леонтьев Д.А. Психология смысла. Природа. Строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл. 2003. 487 с.

10. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.

11. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Методическое руководство по новой методике психологической диагностики личности с широкой областью применения. Предназначается для профессиональных психологов-исследователей и практиков. М.: Смысл, 2006.

12. Лихачева Э.В., Огнев А.С. Оптимизация процедуры оценки субъектного потенциала личности / Лихачева Э.В., Огнев А.С. // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2015. № 8-2. С. 375-377.

13. Логинова М.В. Влияние жизнестойкости на успешную адаптацию личности студента к условиям обучения в ВУЗе // Гуманитарные и социально-экономические науки, 2009, № 6, с. 36-39.

14. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. М.: Смысл, 2004. 608 с.

15. Огнев А.С., Лихачева Э.В. Развитие субъектного потенциала личности как условие повышения конкурентоспособности студентов вуза / Огнев А.С., Лихачева Э.В., Сидоренко М.Г., Казаков К.А. Вестник Воронежского государственного технического университета. 2013. Т. 9. №5-2. С. 181-183.

16. Future time perspective as a motivational variable: Content and extension of future goals affect the Quantity and quality of motivation / Lens W., [et al.] // Japanese Psychological Research. Special issue: Time perspective study now. 2012. Vol. 54. № 3. P. 321-333. doi: 10.1111/j.1468-5884.2012.00520.x

17. Kauffman D.F., Husman J. Effects of time perspective on student motivation: Introduction to a special issue // Educational Psychology Review. 2014. Vol. 16. № 1. P. 1-7. doi: 10.1023/B:EDPR.0000012342.37854.58

18. Pichayayothin N.B. Investigating Balanced Time Perspective in Adults across the Life Span [Электронный ресурс] / West Virginia university // ProQuest Dissertations & Theses Global. Morgantown, 2014. 115 p. URL: <http://search.proquest.com/docview/1652478548?accountid=35419>

19. Suleyman A. Relations Between Self Regulation, Future Time Perspective and the delay of gratification in university students // Education. 2013. Vol. 133. № 4. P. 525-537.

**Гончар Светлана Николаевна.** SPIN: 8640-1211. E-mail: s-gonchar@mail.ru

**Клименко Илона Васильевна.** SPIN: 4758-6673. E-mail: ilo-klimenko@yandex.ru

**Кучеряну Стела Георгиевна.** E-mail: stela24@yandex.ru

Дата поступления 17.05.2018

Дата принятия к публикации 10.07.2018

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STANDING THE TEMPORARY PERSPECTIVE  
OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION**

DOI: 10.25629/HC.2018.07.08

**GONCHAR S.N, KLIMENKO I.V, KUCHERYANU S.G.**

Pridnestrovian State University. T.G. Shevchenko. Tiraspol, Moldova

**Annotation.** The article reveals the features of building the temporary perspective of modern youth at one of the important stages of their professional development - at the stage of training in the university. The necessity of studying the temporary perspective of students with meaningfulness of life and vitality is substantiated. The results of a comparative analysis of the features of building the temporary perspective of the modern youth of the Pridnestrovskaja Moldavskaja Respublika with different levels of meaningfulness of life and vitality are presented. The empirical study was carried out on the basis of the Pridnestrovian State University. T.G. Shevchenko. The study involved 215 subjects (bachelors of full-time education) aged 17 to 21 years. As a psychodiagnostic toolkit, the following methods were used: "Temporary perspective questionnaire" by F. Zimbardo, questionnaire "Smyslozhiznennye orientations" D.A. Leontief, "Test of vitality" by S. Muddy in the adaptation of D.A. Leontyev and EI. Rasskazov. The authors put forward the idea of expediency in the conditions of a higher school to facilitate the development of the student as a subject of his own temporal perspective. To this end, the authors developed the Program for Self-Development of Students. The program is based on the training of organizational development of the personality, developed by the doctor of psychological sciences, Professor A.S. Fire. The technologies of organizational development used in the program make it possible to form young people's ability to project their future and build their own lives according to their plan by increasing the subject's potential of the students' personality and their level of vitality. The self-development program was introduced into the practice of the department of psychological support and vocational guidance of the Pridnestrovian State University. T.G. Shevchenko.

**Key words:** time perspective, meaningfulness of life, subject, vitality, technology of organizational development.

**References:**

1. Abulkhanova K.A., Berezina T.N. *Vremja lichnosti i vremja zhizni* [Time of personality and time of life]. St. Petersburg: Aleteyya, 2001.
2. Bogomaz S.A. Zhiznestojkost' cheloveka kak lichnostnyj resurs sovladaniya so stres-sami i dostizheniya vysokogo urovnja zdorov'ja [Human Resistance as a personal resource of coping with stress and achieving a high level of health]. *Materialy nauchno-prakticheskikh kongressov 4 Vserossijskogo foruma "Zdorov'e nacii – osnova процветания России"* [Materials of scientific and practical congresses of the 4th All-Russian forum "Health of the nation – the basis of Russian prosperity"], 2008, v. 2, p. 24-27.
3. Bolotova A.K. *Psichologija organizacii vremeni* [Psychology of the organization of time]. Moscow: Aspect Press, 2006, 254 pp.
4. Gonchar S.N. Zhiznennye perspektivy molodezhi na jetape professional'nogo samo-opredelenija [Life prospects of youth at the stage of professional self-determination]. V sbornike: *Cifrovoe obvestvo kak kul'turno-istoricheskij kontekst razvitiya cheloveka. Sbornik nauchnyh statej i materialov mezhdunarodnoj konferencii*. Pod obwej redakciej R.V. Ershovoj. [In the collection: *Digital Society as a Cultural and Historical Context of Human Development. Collection of scientific articles and materials of the international conference*]. In R.V. Ershova (ed.). 2016, pp. 86-90.
5. Gonchar S.N. [Formation of the student as a subject of his own temporal perspective]. *Actual problems and prospects of development of modern psychology*, 2013, No. 1, pp. 214-217.
6. Egorenko TA, Rodina E.M. Rol' vremennoj perspektivy v professional'nom samo-opredelenii studentov [The role of the time perspective in the professional self-determination of students]. *Contemporary foreign psychology*, 2015, vol. 4, No 4, pp. 11-15. doi: 10.17759/jmfp.2015040402.

7. Zimbardo F., Boyd J. *Paradoks vremeni. Novaja psihologija vremeni, kotoraja uluchshit vashu zhizn'* [The Paradox of Time. A new time psychology that will improve your life]. St. Petersburg: Rech', 2010, 352 p.

8. Kuznetsova S.A. Vremennye perspektivy i migracionnye ustanovki magadanskih studentov na raznyh etapah obuchenija [Temporal perspectives and migration attitudes of Magadan students at different stages of training]. *Bulletin of the Russian University of Friendship of Peoples. Series: Psychology and Pedagogy*, 2018, v. 15, No 1, pp. 67-78. doi: 10.22363 / 2313-1683-2018-15-1-67-78.

9. Leontyev D.A. *Psihologija smysla. Priroda. Stroenie i dinamika smyslovoj real'nosti* [Psychology of meaning. Nature. The structure and dynamics of the semantic reality]. Moscow: Smysl, 2003, 487 p.

10. Leontyev D.A. *Test smyslozhiznennykh orientacij (SZhO)* [The test of meaningful orientations (SZHO)]. 2-izd. Moscow: Smysl, 2000, 18 p.

11. Leontiev D.A., Rasskazova E.I. Test zhiznestojkosti. Metodicheskoe rukovodstvo po novoj metodike psihologicheskoy diagnostiki lichnosti s shirokoj oblast'ju primeneniya. Prednaznachaetsja dlja professional'nykh psihologov-issledovatelej i praktikov [Test of resilience. Methodical guidance on a new method of psychological diagnosis of a person with a wide range of applications. It is intended for professional psychologists-researchers and practitioners]. Moscow: Smysl, 2006.

12. Likhacheva E.V., Ognev A.S. Optimizacija procedury ocenki sub'ektnogo potentsiala lichnosti [Optimization of the procedure for assessing the subject's personal potential]. *International Journal of Applied and Fundamental Research*, 2015, no. 8-2, pp. 375-377. (In Russ.).

13. Loginova M.V. Vlijanie zhiznestojkosti na uspehnuju adaptaciju lichnosti studenta k usloviyam obuchenija v VUZe [Influence of vitality on the successful adaptation of the student's personality to the conditions of study at the university]. *Gumanitarnye i sotsial'no-ekonomicheskie nauki*, 2009, No. 6, pp. 36-39. (In Russ.).

14. Nutten J. *Motivatsiya, deistvie i perspektiva budushchego* [Motivation, action and perspective of the future]. Moscow: Smysl, 2004, 608 p.

15. Ognev A.S., Likhacheva E.V., et al. Razvitie sub'ektnogo potentsiala lichnosti kak uslovie po-vysheniya konkurentosposobnosti studentov vuza [Development of the subject's personal potential as a condition for increasing the competitiveness of university students]. *Vestnik Voronezhskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta*, 2013, Vol. 9, no. 5-2, pp. 181-183. (In Russ.).

16. Future time perspective as a motivational variable: Content and extension of future goals affect the Quantity and quality of motivation / Lens W., [et al.]. *Japanese Psychological Research. Special issue: Time perspective study now*. 2012. Vol. 54. No. 3. P. 321-333. doi: 10.1111/j.1468-5884.2012.00520.x.

17. Kauffman D.F., Husman J. Effects of time perspective on student motivation: Introduction to a special issue. *Educational Psychology Review*. 2014. Vol. 16. № 1. P. 1-7. doi: 10.1023/B:EDPR.0000012342.37854.58.

18. Pichayayothin N.B. Investigating Balanced Time Perspective in Adults across the Life Span. West Virginia university. ProQuest Dissertations & Theses Global. Morgantown, 2014. 115 p. URL: <http://search.proquest.com/docview/1652478548?accountid=35419>.

19. Suleyman A. Relations Between Self Regulation, Future Time Perspective and the delay of gratification in university students. *Education*. 2013. Vol. 133. No. 4. Pp. 525-537.

**Gonchar Svetlana Nikolaevna.** SPIN: 8640-1211. E-mail: s-gonchar@mail.ru

**Klimenko Iona Vasilievna.** SPIN: 4758-6673. E-mail: ilo-klimenko@yandex.ru

**Kucherianu Stela Georgievna.** E-mail: stela24@yandex.ru

Date of receipt 17.05.2018

Date of acceptance 10.07.2018