

СПЕЦИФІКА ТА ОСОБЛИВОСТІ ВИБОРУ ЖИТТЄВИХ СЦЕНАРІЇВ

Захарчук Діана

У сучасному суспільстві проблема вибору життєвого сценарію набуває особливої значущості у зв'язку з нестабільністю соціально-економічних умов, швидкими культурними трансформаціями та розширенням простору індивідуального вибору. Особистість дедалі частіше стикається з необхідністю самостійного будування власного життєвого шляху, що супроводжується високим рівнем відповідальності та внутрішньої напруги. У цих умовах життєвий сценарій (Е. Берн, Д. Трейтак) виступає не лише як сукупність життєвих подій, а як цілісна система смислів, цінностей і поведінкових стратегій, що визначають напрям розвитку особистості. Особливої уваги потребує аналіз специфіки формування та вибору життєвих сценаріїв у юнацькому та ранньому дорослому віці, коли відбувається активне самовизначення, вибір професійного шляху, формування системи цінностей і довготривалих життєвих цілей. Саме на цьому етапі закладаються базові сценарні установки, які можуть як сприяти самореалізації, так і обмежувати особистісний розвиток [1–3].

Метою тези є обґрунтування специфіки та особливостей вибору життєвих сценаріїв.

Поняття життєвого сценарію широко представлене в психологічних теоріях, зокрема в рамках транзакційного аналізу, психодинамічного та гуманістичного підходів. Згідно з концепцією транзакційного аналізу, життєвий сценарій формується в ранньому дитинстві під впливом батьківських послань, сімейних сценаріїв та емоційного досвіду і надалі несвідомо реалізується протягом життя. Психодинамічний підхід підкреслює роль несвідомих конфліктів і внутрішніх об'єктів у виборі життєвих стратегій, тоді як гуманістична психологія акцентує увагу на свободі вибору, відповідальності та здатності особистості до самотворення.

У сучасних дослідженнях *життєвий сценарій* розглядається як динамічна структура, що може змінюватися під впливом життєвого досвіду, рефлексії та усвідомленого переосмислення власних цілей і цінностей.

Вибір життєвого сценарію є складним багаторівневим процесом, у якому взаємодіють індивідуально-психологічні, соціальні та культурні чинники. До індивідуальних детермінант належать особливості темпераменту, рівень самосвідомості, сформованість ціннісних орієнтацій, самооцінка та здатність до рефлексії. Соціальні чинники представлені впливом сім'ї, освітнього середовища, референтних груп і соціальних очікувань, тоді як культурний контекст задає загальні сценарні моделі «успішного життя», професійної реалізації та міжособистісних стосунків. Важливою особливістю сучасного вибору життєвих сценаріїв є множинність можливостей і відсутність чітко заданих життєвих траєкторій. З одного боку, це розширює простір самореалізації, з іншого – підвищує ризик внутрішньої дезорієнтації, тривожності та відкладеного вибору. У таких умовах особистість може тяжіти до зовнішньо нав'язаних сценаріїв, орієнтуючись на соціальні стандарти або очікування значущих інших, що знижує рівень автентичності життєвого шляху.

Окрему роль у виборі життєвого сценарію відіграє рівень усвідомленості особистості. Усвідомлений сценарій базується на інтеграції власних потреб, здібностей і цінностей, тоді як неусвідомлений - часто відтворює сімейні або соціальні шаблони, що може призводити до внутрішніх конфліктів і відчуття нереалізованості.

Таким чином, вибір життєвого сценарію є складним, багатовимірним процесом, що визначається взаємодією особистісних, соціальних і культурних чинників. Специфіка сучасних життєвих сценаріїв полягає у їх динамічності, варіативності та підвищеній ролі особистісної відповідальності. Усвідомлений вибір життєвого сценарію виступає важливою умовою психологічного благополуччя, самореалізації та цілісності особистості, що зумовлює необхідність психологічного супроводу процесів самовизначення в юнацькому та ранньому дорослому віці.

Список використаних джерел

1. Берн Е. Ігри, в які грають люди. Харків: Книжковий клуб «Клуб сімейного дозвілля», 2016. 256 с.
2. Психологічні фактори побудови життєвого сценарію сучасної молоді: матеріали конф. (Харків, 2024). *Психологія та особистість*. URL: <https://surl.li/ffbhwb>
3. Трейтак Д. В. Роль цінностей у формуванні життєвої стратегії особистості в умовах невизначеності. *Digital Library NAES of Ukraine*. 2024. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/746201/>