

УДК: 159.99

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ТА СПРИЙНЯТТЯ ЧАСУ У ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ**кандидат психологічних наук, Скворчевська Є. Л.**

Українська інженерно-педагогічна академія, Україна, Харків

В даній статті представлені результати теоретичного аналізу психологічних особливостей часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях. Предмет вивчення – часова перспектива та сприйняття часу у психологічних дослідженнях. Мета даної статті – проаналізувати та визначити психологічні особливості часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях. Проведений теоретичний аналіз виявив, що існують різноманітні погляди на визначення понять «часова перспектива» та «сприйняття часу». На основі проведеного теоретичного дослідження було виявлено: час розглядається в межах декількох аспектів, як: психофізичний, психофізіологічний, соціально-психологічний та особистісно-психологічний. Поняття «часова перспектива» розглядається з різних точок зору, дане поняття в узагальненому смислі, розуміється як уявлення особистості про майбутнє, сьогодення та минуле, які існують у її свідомості в даний момент часу. Сприйняття часу залежить від вікових особливостей, стресових ситуацій та життєвих труднощів переживаємих особистістю. Процеси глобалізації та поширення комп'ютерних технологій впливають на сприйняття часу сучасною молоддю, що негативно впливає на життєві плани та формування уявлення про образ майбутнього. Перспективами нашого дослідження в даній області є вивчення психологічних особливостей часової перспективи та сприйняття часу у студентів-психологів.

Ключові слова: час, часова перспектива, сприйняття часу, майбутнє, минуле, сьогодення.

кандидат психологических наук, Скворчевская Е. Л. Психологические особенности временной перспективы и восприятия времени в психологических исследованиях / Украинская инженерно-педагогическая академия, Украина, Харьков

В данной статье представлены результаты теоретического анализа психологических особенностей временной перспективы и восприятия времени в психологических исследованиях. Предмет изучения – временная перспектива и восприятия времени в психологических исследованиях. Цель данной статьи – проанализировать и определить психологические особенности временной перспективы и восприятия времени в психологических исследованиях. Проведенный теоретический анализ выявил, что существуют различные взгляды на определение понятий «временная перспектива» и «восприятие времени». На основе проведенного теоретического исследования было выявлено: время рассматривается в

пределах нескольких аспектов, как: психофизическое, психофизиологическое, социально-психологическое и личностно-психологическое. Понятие «временная перспектива» рассматривается с разных точек зрения, данное понятие в общем смысле, понимается как представление личности о будущем, настоящем и прошлом, которые существуют в ее сознании в данный момент времени. Восприятие времени зависит от возрастных особенностей, стрессовых ситуаций и жизненных трудностей переживаемого личностью. Процессы глобализации и распространения компьютерных технологий влияют на восприятие времени современной молодежью, что негативно влияет на жизненные планы и формирования представления об образе будущего. Перспективами нашего исследования в данной области является изучение психологических особенностей временной перспективы и восприятия времени у студентов-психологов.

Ключевые слова: время, временная перспектива, восприятие времени, будущее, прошлое, настоящее.

PhD in psychology, Skvorchevskaya E. L. Psychological features of time perspective and perception of time in psychological research / Ukrainian engineer-pedagogical academy, Kharkiv, Ukraine

This article presents the results of the theoretical analysis of the psychological characteristics of temporal perspective and perception of time in psychological research. The subject matter is – time perspective and perception of time in psychological research. The aim of this article is to analyze and identify the psychological characteristics of temporal perspective and perception of time in psychological research. The theoretical analysis showed that there are different views on the definition of the concepts of «time perspective» and «perception of time». On the basis of theoretical study were identified: being seen within a few aspects as: psycho-physical, psycho-physiological, psychological and socio-psychological personality. The concept of «time perspective» seen from different points of view, this concept is generally understood as a representation of the person of the future, present and past, which exist in her mind at a given time. The perception of time depends on the age characteristics, stress and life's difficulties experienced by the individual. The processes of globalization and the spread of computer technologies affect the perception of time today's young people, which negatively affects the life plans and the formation of ideas about the way of the future. The prospects of our research in this area is a study of psychological features of temporal perspective and perception of time for students-psychologists.

Key words: time, time perspective, the perception of time, the future, the past, present.

Вступ. Постановка проблеми. У сучасній психологічній науці постає необхідність вивчення часової перспективи і сприйняття часу особистістю, оскільки дані поняття взаємообумовлюють одне одного. Існують

різноманітні підходи до визначення понять «часова перспектива» та «сприйняття часу», незважаючи на це, залишаються недостатньо вивченими особливості часової перспективи і сприйняття часу особистістю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Вивченням питань, що стосуються психологічного часу, займалися такі вчені, як: Зейгарнік Б. В., Зімбардо Ф., Левін К., Франк Л. К. та ін.

Сприйняття часу вивчали наступні вчені: Болотова А. К., Букресва Н. А., Бушов Ю. В., Волчек Є. Є., Гірка Ж. Ф., Джеймс У., Ємарк В. Д., Лебедева К. В., Піаже Ж., Под'ячева Т. М., Проконіч О. О., Сурніна О. Є., Фрес П. та ін.

Виявлена необхідність вивчення особливості часової перспективи і сприйняття часу особистістю.

Актуальність проблеми.

У сучасному освітньому просторі важливими є визначення психологічних особливостей часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях. Життєві кризи, різкі зміни життєвого шляху в ситуаціях невизначеності та соціальної нестабільності змінюють не тільки звичну соціальну середу особистості, знижують її особистісний потенціал, але й порушують просторово-часові параметри життєдіяльності, ведуть до звуження тимчасових перспектив, а отже, ускладнюють самореалізацію особистості в цілому.

Мета даної статті – проаналізувати та визначити психологічні особливості часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях.

Завдання статті:

- проаналізувати психологічні дослідження понять «часова перспектива» та «сприйняття часу».
- визначити психологічні особливості часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях.

Виклад основного матеріалу дослідження.

У сучасній психологічній науці поряд з поняттям «часова перспектива» розповсюджені такі поняття, як: «життєва перспектива», «перспектива майбутнього», «психологічна перспектива», «особистісна перспектива», «сприйняття часу», «насиченість часу» та ін. Деякі з даних понять є синонімами, інші – мають відмінності.

Згідно словарю час розглядається в межах декількох аспектів: психофізичний – пошук механізмів психічного відображення топологічних (послідовність, одночасність) та метричних (тривалість) характеристик «фізичного» часу; психофізіологічний – дослідження впливу різнорівневих біологічних ритмів та закономірностей організації «біологічного» часу на динаміку психічних процесів; соціально-психологічний – розгляд особливостей відображення людиною «соціального» часу, специфіки цього відображення в різноманітних спільнотах та культурно-історичних умовах; особистісно-психологічний – дослідження часової організації

індивідуального життєвого шляху, структури психологічного часу особистості [1, с. 93-94].

Поняття «часова перспектива» було введено в психологію Левінім К., який її розуміє, як: «загальність поглядів індивіда на психологічне майбутнє та минуле, які існують в даний час на реальному та різноманітних ірреальних рівнях» [2, с. 139].

Учень Левіна К., Франк Л. К. запропонував вивчати часову перспективу як самостійний предмет психологічного дослідження. Франк Л. К. зауважує, що існує взаємозв'язок та взаємообумовленість минулого, сьогодення та майбутнього у свідомості людини [3, с. 293].

З погляду Зімбардо Ф. часова перспектива розглядається як психологічна складова, пов'язана з гнучким перемиканням між роздумами про минуле, сьогодення і майбутнє [4, с. 60].

З точки зору Зейгарнік Б. В. часова перспектива включає майбутнє та минуле, реальний та ірреальний план життя та план даного моменту [5, с. 60].

В контексті даної статті на основі проаналізованих підходів до поняття «часова перспектива» ми будемо використовувати поняття «часова перспектива» в узагальненому смислі, яке розуміється як уявлення особистості про майбутнє, сьогодення та минуле, які існують у її свідомості в даний момент часу. Отже, віддвши перевагу даному поняттю, ми будемо акцентувати увагу на уявленні особистості про часову перспективу, яке існує в її свідомості в даний момент часу, залишаючи за межами нашої уваги питання, присвячені дослідженню уявлень про життєву перспективу, перспективу майбутнього, психологічну та особистісну перспективу.

Часова перспектива основана на особливостях сприйняття часу особистістю, отже, розглянемо дане поняття більш детально.

Фресом П. та Піаже Ж. було встановлено, що сприйняття часу особистістю має два рівні: рівень безпосередньо переживаемого часу, тривалість якого не перевищує 2 с., який є загальним як для людини, так і для тварин та рівень оцінюваного часу, даний рівень здійснюється завдяки суспільному досвіду та мові [6, с. 90].

В роботах Джеймса У. було виявлено, що час заповнений різноманітними та інтенсивними враженнями, сприймається як швидкоплинний, а також уявлюється (при згадуванні) як дуже тривалий, та навпаки, час не заповнений враженнями, здається довгим, а у подальшому уявлюється коротким [7, с. 50].

У повному ступені здатність до адекватної оцінки часу формується у 15-16 років. Сприйняття часу у похилому віці є більш швидкоплинним, ніж у зрілому віці. Зниження точності оцінки часу відбувається у глибокій старості. Психологічний час може прискорюватись або уповільнювати свій плин, сжиматись або розтягуватись, сприйматися безперервним або преривчастим, розірваним на окремі частини.

Згідно Букреевої Н. А., Под'ячевої Т. М., Волчек Є. Є. вік людини є одним із важливих факторів сприйняття часу. Соціальна обумовленість сприйняття часу є соціально-психологічним феноменом, а процес сприйняття часу включений у контекст соціального життя особистості. Авторами на сонові проведеного експериментального дослідження доведено, що вік впливає на суб'єктивну оцінку фіксованих проміжків часу (від 1 хвилини до 5 років). Вік впливає на суб'єктивну оцінку часу, при оцінці часу особистість спирається на минулий досвід, у якому головною характеристикою є біологічний вік. Сприйняття часу відбувається за схемою, коли побудові перцептивного образу передує звернення об'єкта з картою пам'яті [8, с. 38-39].

З точки зору Проконіч О. О. на основі проведеного емпіричного дослідження встановлено, що студентам першого курсу властиво оцінювати минулий етап свого життя як швидкоплинний, малонасичений, але зрозумілий, неперервний та структурований. Другокурсникам власиве сприйняття минулого як більш насиченого у порівнянні з першокурсниками. На третьому курсі минуле сприймається як об'ємне, глибоке, воно має позитивне емоційне забарвлення. На четвертому курсі минуле задеться більш динамічним та плотним, а такі його аспекти, як: емоційне забарвлення, структурованість та відчуваність досягають мінімальних значень. Майбутнє на першому курсі оцінюється як найбільш напружене, мінливе, об'ємне, зрозуміле та неперервне, здається маловідчутним та далеким. На третьому курсі усі перераховані параметри мають найбільший показник. На четвертому курсі дані параметри знижуються, що пов'язано з погіршенням студентського життя та майбутнім, яке асоціюється з новим змістом та принципами життєдіяльності [9, с. 215].

Отже, сприйняття часу залежить від вікових особливостей, у юнацькому та зрілому віці час сприймається як розмірений, а у старості як більш швидкоплинний.

Болотова А. К. припускає, що не тільки людина як суб'єкт діяльності зумовлює регуляцію, планування, тимчасову організацію власної діяльності, але й сам час, як об'єктивна реальність, здатен регулювати діяльність особистості.

Час – це один з важливих, але вкрай мало використовуваних резервів психічної організації особистості, її самореалізації в соціумі. У складних соціальних умовах проблема «людина і час» актуалізується. У ситуації нестабільності людина по-іншому переживає час власного життя, переосмислює минуле, сьогодення і майбутнє, іноді втрачає відчуття часу, а отже, і цілі власного буття, що вказує на кризу вікового періоду.

Дезорганізація діяльності особистості багато в чому посилюється непередбачуваними і некерованими подіями, що часто супроводжується розвитком станів тривоги і стресу, різкими змінами усього життєвого шляху, ламкою життєвих планів і уявлень про майбутнє [10, с. 110].

Отже, значимість оцінки минулого досвіду, його подієвої насиченості в часі для подальшого розвитку особистості набуває особливого значення в ситуаціях життєвих труднощів.

Смарк В. Д. зазначає, що у стресових ситуаціях, коли люди встигають, з одного боку, в короткий термін прийняти важливе рішення і виконати потрібний обсяг дій (для них час як би «розтягується»), але з іншого боку, здійснюється переоцінка протікання часу, коли люди не встигають виконати необхідне – в цьому випадку час неначе «стискається». Можна перерахувати й інші фактори, які впливають на сприйняття часу: завдання, що стоїть перед людиною, навколишнє середовище (шум буде прискорювати суб'єктивну тривалість), концентрація (кожен раз, коли людина думає про плин часу, він здається довшим) та ін. Доведено, що в момент руху час здається коротшим, ніж у спокої [11, с. 12].

Гірка Ж. Ф. вважає, що категорія часу в сучасному суспільстві стає багатовимірною, різноспрямованою та дискретною. Концептуалізація сприйняття часу як ресурсу в суспільстві інноваційних перетворень призводить до сприйняття часу як відносного, зникаючого, але, в силу цих же обставин, вона суб'єктивно сприймається як відтворюване [12, с. 251].

Лебедева К. В., Сурніна О. Є. зазначають, що сучасні молоді люди відчують труднощі в плануванні і прогнозуванні майбутнього. Це ускладнення виражається двояко: в малій кількості виділених подій, визнання їх умовності або повній відмові від прогнозування; визнання багатоваріантності майбутнього.

Проблеми сучасної молоді пов'язані з тими об'єктивними процесами, які протікають в сучасному світі: глобалізацією, прискоренням суспільних процесів, мінливими потребами ринку праці, поширенням комп'ютерних технологій та ін. Спостерігається трансформація образу майбутнього – вкорочення перспективи, віртуальність життєвих планів, відмова від вибудовування індивідуальної траєкторії розвитку на користь якоїсь усередненої моделі «благополучного» життя, неприйняття власного професійного вибору – є продуктом деструктивного розвитку самосвідомості молодих людей в умовах конфліктуючих реальностей [13, с. 114].

Проведене дослідження Бушовим Ю. В. показало, що сприйняття часу є системним процесом, в якому можна виділити наступні етапи: сенсорний, інформаційного синтезу, категоризації стимулу, підготовки і реалізації робочої програми дії з обов'язковим звіренням тривалості регульованої паузи з еталоном, який зберігається в пам'яті та оцінки результатів дії. Автором виявлені швидкі перебудови кіркових взаємодій, які супроводжують різні етапи сприйняття часу. Встановлено, що характер коркових взаємодій на різних етапах процесу сприйняття часу істотно залежить від вихідного стану та індивідуальних особливостей людини: від рівнів інтелекту, екстра- і інтроверсії, нейротизму та індивідуального профілю сенсомоторної асиметрії [14, с. 103].

Висновки. На основі проведеного теоретичного дослідження було виявлено: час розглядається в межах декількох аспектів, як: психофізичний, психофізіологічний, соціально-психологічний та особистісно-психологічний. Поняття «часова перспектива» розглядається з різних точок зору, з одного боку, як: загальність поглядів індивіда на психологічне майбутнє та минуле, які існують в даний час на реальному та різноманітних ірреальних рівнях, з другого – як взаємозв'язок та взаємообумовленість минулого, сьогодення та майбутнього у свідомості людини, з третього – як психологічна складова, пов'язана з гнучким перемиканням між роздумами про минуле, сьогодення і майбутнє, з четвертого – як майбутнє та минуле, реальний та ірреальний план життя та план даного моменту. Поняття «часова перспектива» в узагальненому смислі, розуміється як уявлення особистості про майбутнє, сьогодення та минуле, які існують у її свідомості в даний момент часу. Сприйняття часу залежить від вікових особливостей, стресових ситуацій та життєвих труднощів переживаємих особистістю. Процеси глобалізації та поширення комп'ютерних технологій впливають на сприйняття часу сучасною молоддю, що негативно впливає на життєві плани та формування уявлення про образ майбутнього.

Перспективами нашого дослідження в даній області є вивчення психологічних особливостей часової перспективи та сприйняття часу у студентів-психологів.

Література:

1. *Словарь практического психолога / Сост. С. Ю. Головин. — Минск: Харвест, 1997. — 800 с.*
2. *Левин К. динамическая психология: избранные труды / К. Левин. — М.: Смысл, 2001. — 572 с.*
3. *Frank L. K. Time Perspective / L. K. Frank. // Journal of Social Psychol. — 1939. — № 4. — P. 293-312.*
4. *Зимбардо Ф. Психология временной перспективы / Ф. Зимбардо. — СПб: Факультет психологии СПбГУ, 2008. — 956 с.*
5. *Зейгарник Б. В. Теория личности Курта Левина / Б. В. Зейгарник. — М.: Изд-во МГУ, 1981. — 118 с.*
6. *Фресс П. Экспериментальная психология / П. Фресс, Ж. Пиаже. — М: Прогресс, 1975. — 302 с.*
7. *Джемс У. Психология. / Под ред. Л. А. Петровской. — М.: Педагогика, 1991. — 368 с. (Классики мировой психологии).*
8. *Букреева Н. А. Изучение зависимости восприятия времени от возраста человека / Н. А. Букреева, Т. Н. Подъячева, Е. Е. Волчек. // Вестник Самарского Государственного Университета. — 2006. — № 1(41). — С. 30-39.*
9. *Проконич О. А. Динамические характеристики временной перспективы личности студентов ВУЗа в процессе обучения / О. А.*

Проконич. // Современный исследования социальных проблем (электронный научный журнал). — 2015. — №1 (45). — С. 207-219.

10. Болотова А. К. Психология организации времени: учебное пособие для студентов вузов / А. К. Болотова. — М.: Аспект Пресс, 2006. — 254 с.

11. Ермак В. Д. Как научиться понимать людей / В. Д. Ермак. — М.: Астрель, 2003. — С. 12-13.

12. Горькая Ж. В. Социокультурный анализ психологии восприятия времени / Ж. В. Горькая. // Вестник Самарского государственного университета. — 2014. — Вып. № 9(120). — С. 245-251.

13. Лебедева Е. В. Особенности событийной структуры жизненного пути студентов в условиях современности / Е. В. Лебедева, О. Е. Сурнина. // Педагогическое образование в России. — 2014. — Вып. №2. — С. 109-114.

14. Бушов Ю. В. Проблема восприятия времени: итоги и перспективы исследований / Ю. В. Бушов. // Вестник Томского государственного педагогического университета. — 2005. — Вып. №1. — С. 95-103.

References:

1. Slovar prakticheskogo psikhologa / Sost. S. Yu. Golovin. — Minsk: Kharvest, 1997. — 800 s.

2. Levin K. dinamicheskaya psikhologiya: izbrannye trudy / K. Levin. — M.: Smysl, 2001. — 572 s.

3. Frank L. K. Time Perspective / L. K. Frank. // Journal of Social Philosophi. — 1939. — № 4. — R. 293-312.

4. Zimbardo F. Psikhologiya vremennoy perspektivy / F. Zimbardo. — SPb: Fakultet psikhologii SPbGU, 2008. — 956 s.

5. Zeygarnik B. V. Teoriya lichnosti Kurta Levina / B. V. Zeygarnik. — M.: Izd-vo MGU, 1981. — 118 s.

6. Fress P. Eksperimentalnaya psikhologiya / P. Fress, Zh. Piazhe. — M: Progress, 1975. — 302 s.

7. Dzhemc U. Psikhologiya. / Pod red. L. A. Petrovskoy. — M.: Pedagogika, 1991. — 368 s. (Klassiki mirovoy psikhologii).

8. Bukreeva N. A. Izuchenie zavisimosti vospriyatiya vremeni ot vozrasta cheloveka / N. A. Bukreeva, T. N. Podyacheva, Ye. Ye. Volchek. // Vestnik Samarskogo Gosudarstvennogo Universiteta. — 2006. — № 1(41). — S. 30-39.

9. Prokonich O. A. Dinamicheskie kharakteristiki vremennoy perspektivy lichnosti studentov VUZa v protsesse obucheniya / O. A. Prokonich. // Sovremennyy issledovaniya sotsialnykh problem (elektronnyy nauchnyy zhurnal). — 2015. — №1 (45). — S. 207-219.

10. Bolotova A. K. Psikhologiya organizatsii vremeni: uchebnoe posobie dlya studentov vuzov / A. K. Bolotova. — M.: Aспект Press, 2006. — 254 s.

11. Yermak V. D. Kak nauchitsya ponimat lyudey / V. D. Yermak. — M.: Astrel, 2003. — S. 12-13.

12. Gorkaya Zh. V. *Sotsiokulturnyy analiz psikhologii vospriyatiya vremeni* / Zh. V. Gorkaya. // *Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo universiteta*. — 2014. — Vyp. № 9(120). — S. 245-251.
13. Lebedeva Ye. V. *Osobennosti sobytiynoy struktury zhiznennogo puti studentov v usloviyakh sovremennosti* / Ye. V. Lebedeva, O. Ye. Surnina. // *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii*. — 2014. — Vyp. №2. — S. 109-114.
14. Bushov Yu. V. *Problema vospriyatiya vremeni: itogi i perspektivy issledovaniy* / Yu. V. Bushov. // *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*. — 2005. — Vyp. №1. — S. 95-103.