
КИНЕЛЁВА О.В.,
аспирантка, кафедра глубинной
психологии и психотерапии,
Таврический национальный
университет
имени В. И. Вернадского,
г. Симферополь

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВРЕМЕНИ ЛИЧНОСТИ

В статье освещены основные научные подходы к проблеме психологического времени личности. Определены специфические закономерности течения психологического времени с учетом возрастных различий.

Ключевые слова: психологическое время личности, переживание времени, закономерность.

У статті висвячені основні наукові підходи до проблеми психологічного часу особистості. Визначені специфічні закономірності течії психологічного часу з урахуванням вікових відмінностей.

Ключові слова: психологічний час, переживання часу, закономірність.

The paper ordained main research approaches to psychological time personality. Identified specific patterns of psychological time trends with age differences.

Key words: psychological time, time experience, pattern.

Постановка проблеми. Время универсально и многолико. Оно имеет различные уровни проявления в жизнедеятельности человека, что проявляется в особенностях его восприятия и переживания. Проблема исследования заключается в том, чтобы выяснить как из различных временных форм (физическое, биологическое, социальное, психологическое время) формируется жизненная перспектива личности.

Цель статьи – исследовать концептуальные подходы к проблеме психологического времени личности.

Изложение основного материала.

Психологическое время – отражение в психике человека системы временных отношений между событиями его жизненного пути. Психологическое время включает: оценку процессов одновременности, последовательности, длительности, скорости протекания различных событий жизни, их принадлежности к настоящему, удалённости в прошлое и будущее. Также составляющими исследуемого понятия являются переживания сжатости и растянутости, прерывности и непрерывности, ограниченности и беспредельности времени; осознание возраста и возрастных этапов; представления о вероятной продолжительности жизни, о смерти и бессмертии, об исторической связи собственной жизни с жизнью предшествующих и последующих поколений семьи и общества [5].

А. Аарелайд рассматривает психологическое время в общей структуре

временных отношений как сложное системное образование, включающее в качестве высшего уровня концептуальное, личностное время, которое формируется на основе осознанного отражения времени и позволяет человеку осуществлять целесообразное управление собственной деятельностью в её временной упорядоченности [1].

В современной психологии существует несколько подходов к объяснению и экспериментальному исследованию психологического времени. Сущность и принципиальные отличия между ними наиболее отчётливо обнаруживаются при анализе того, как решается фундаментальная проблема соотношения прошлого, настоящего и будущего.

Согласно «квантовой» концепции выделяют разномасштабные субъективные «кванты времени» (от миллисекунд до десятилетий), которые и обуславливают различные переживания времени (например, оценки одновременности, выделение психологического настоящего). Данные различных исследований, представляющих эту концепцию весьма противоречивы. По данным У. Джемса «квант настоящего» может достигать минуты, А. Моль – 5 – 10 сек; А. Пьерон – 5 – 6 сек; К. Закс – 12 сек. [3, с.194]. По данным Дж. Коэна, психологическое настоящее, его нижние и верхние границы находятся в пределах 2 – 12 сек. [8, с.118].

В психологии личности понятие кванта времени используется для описания переживаний настоящего, ко-

торое длится в физическом времени дни, месяцы, годы. Т. Коттл выделил два типа людей: с «мгновенным» и «расширенным» психологическим настоящим. Оказалось, что мгновенное настоящее преобладает у мужчин, тогда как женщины склонны раздвигать его границы [9, с.36–40].

В рамках квантовой концепции весьма неопределёнными являются размеры «кванта настоящего» – от миллисекунд до десятилетий. Также сложно объяснить феномен, суть которого заключается в следующем: в интервале между двумя событиями, переживаемыми как настоящие, могут находиться события, которые сам человек относит к своему прошлому или будущему. Другими словами, события психологического прошлого, настоящего и будущего не всегда расположены в строгой хронологической последовательности (децентрации психологическом времени) [3, с.195].

В соответствии с положениями событийной концепции особенности психологического времени зависят от числа и интенсивности происходящих событий (изменений во внутренней и внешней среде, в деятельности человека). В данном случае хронологическая константность настоящего отвергается, оно всегда отнесено к какому-либо наличному состоянию, событию, длительность которых и определяет «размеры» настоящего, причём в каждом конкретном ряду событий это определение специфично [2, с.85]. Так, согласно П. Фрессу, количество воспринятых в определённый интервал времени изменений «может выступать универсальным объяснительным принципом для переоценок и недооценок», а также «служит основой нашего чувства времени, его быстротечности или мимолётности» [6, с.125].

Событийному подходу противостоит положение, сформулированное американским психологом У. Джемсом: «Время, заполненное разнообразными и интересными впечатлениями, кажется быстро протекающим, но про-

тёкши, представляется при воспоминании о нём очень продолжительным. Наоборот, время, не заполненное никакими впечатлениями, кажется длинным, протекая, а протёкши, представляется коротким» [4, с.239]. Событийная концепция не даёт убедительного ответа на вопрос о том, почему же количество событий противоположным образом влияет на переживание одного и того же временного интервала в настоящем и прошлом.

Общим в рамках квантового и событийного подходов является то, что не решён ряд фундаментальных проблем возможной обратимости и многомерности психологического времени, нелинейной последовательности психологического прошлого, настоящего и будущего, единицы возрастной категоризации. Достоинства квантовой и событийной концепций состоят в том, что они стимулировали постановку исследовательских задач, разработку новых методов, проведение оригинальных экспериментов [3, с.196].

Е. И. Головаха и А. А. Кроник разработали причинно-целевую концепцию психологического времени. В её основе – реляционный подход к проблеме времени в целом, согласно которому длительность, последовательность, направление и другие свойства времени производны от структуры конкретного процесса и отношений между происходящими в нём событиями. Данная концепция в основном сосредоточена на исследовании психологического времени личности в биографическом масштабе, или в масштабе времени жизни, но при этом она интегративно отражает и специфику индивидуальных переживаний времени в ситуативном масштабе, и представления личности о времени её жизни в масштабе историческом.

Ключевое положение причинно-целевой концепции состоит в том, что психологическое время формируется на основе переживания личностью детерминационных связей между основными событиями её жизни. Спец-

ифика детерминации заключается в том, что наряду с причинной обусловленностью последующих событий предшествующими (детерминация прошлым) имеет место и детерминация будущим, то есть целями и предполагаемыми результатами жизнедеятельности. Такого рода причинные и целевые связи являются, согласно предлагаемой концепции, единицами анализа психологического времени личности.

В рамках причинно-целевой концепции проблема взаимосвязи психологического прошлого, настоящего и будущего находит следующее решение. Содержание психологического прошлого определяется совокупностью реализованных связей, которые соединяют между собой события хронологического прошлого. Психологическое настоящее включает в себя актуальные связи (реализация которых уже началась, но ещё не завершилась), которые соединяют между собой события хронологического прошлого, с одной стороны, и будущего – с другой. И наконец, психологическое будущее личности составляют потенциальные связи, реализация которых ещё не началась, поскольку они соединяют между собой предполагаемые события хронологического будущего.

Такой подход позволяет понять причины возможного рассогласования физического и психологического времени, вскрыть механизмы переживания времени личностью. Так, феномен парциального настоящего, (переживания «прошлое после настоящего», «настоящее после будущего») нашёл теоретическое и экспериментальное объяснение в рамках причинно-целевой концепции. Психологическое настоящее задаётся не хронологическим интервалом (квантом), а включает в себя те события жизни, которые, независимо от их хронологической удалённости, обладают преимущественно актуальными связями; у событий психологического прошлого преобладают реализованные связи, а у

событий психологического будущего – потенциальные связи.

Другой феномен – многомерность психологического времени – может быть объяснён наличием относительно независимых между собой «линий жизни» – нескольких причинно-целевых цепей, каждая из которых начинается со своего «стартового» события и завершается «финишным». В результате изменения субъективной картины жизненного пути личности, динамики её представлений о наиболее важных событиях своей жизни и о характере межсобытийных отношений может возникать переживание обратимости психологического времени, что находит наиболее яркое выражение в чувстве психологического «омоложения».

Причинно-целевая концепция позволяет не только объяснить собственно временные переживания (возраста, удалённости в прошлое и будущее, сжатости и растянутости, прерывности и непрерывности времени), но и понять источники переживаний значимости самих событий жизни для личности. Согласно причинно-целевой концепции, психологическое время – это форма переживания человеком структуры причинных и целевых отношений между событиями его жизненного пути [3, с.200].

В разных концептуальных подходах, связанных с изучением времени, нередко употребляются различные понятия: «восприятие», «чувство», «переживание», «оценка» времени.

П. Фресс отделял механизмы оценки и восприятия длительности, утверждая, что короткие интервалы (до 2 сек) воспринимаются, а более продолжительные могут только оцениваться [6, с.100]. Согласно другим данным, воспринимаются непосредственно могут некоторые простые стимулы длительностью даже до 12 секунд [10, с.102].

С целью преодоления концептуальных разногласий необходимо разграничить два вида восприятия: не-

посредственное восприятие времени как простой временной чувствительности и сложное восприятие времени, которое опосредовано высшими психическими функциями [7]. Так, в работах по восприятию времени исследуется только первый его вид, поскольку во втором случае должны быть изучены закономерности не столько восприятия, сколько других психических процессов. Оперировать термином «восприятие» можно лишь применительно к таким временным отношениям как длительность, последовательность, одновременность в весьма ограниченных пределах, исчисляемых секундами. Что касается более продолжительных интервалов, то здесь необходимо включение памяти, мышления, воображения, на основании которых происходит интеграция конкретных восприятий и оценок времени, временных суждений, относящихся к прошлому, настоящему и будущему. Также немаловажно значение эмоциональных процессов, вовлечённых в формирование осознанного отношения ко времени в целом.

Согласно позиции Е. И. Головахи, А. А. Кроник наиболее полно психологическое содержание проблемы времени может быть зафиксировано понятием «переживание». По определению Л. С. Выготского переживание – это единица, в которой в неразложимом виде представлена, с одной стороны, среда, то, что переживается, с другой стороны, представлено то, как личность переживает это, то есть все особенности личности, и все особенности среды представлены в переживаниях. Преимущество данного термина перед другими понятиями состоит в его универсальности и в целомном, тотальном отражении ситуации различного масштаба. Таким образом, время переживаемое человеком, может быть названо психологическим временем [3, с.192].

Многообразие разработанных концептуальных подходов не только не исключают, но и дополняют друг дру-

га, позволяя комплексно и разносторонне изучить феномен психологического времени.

Методология исследования. С целью исследования особенностей переживания психологического времени на разных возрастных этапах был применен комплекс методов: теоретические – анализ, синтез, классификация современных научных подходов к изучению временной компетентности; эмпирические методы: беседа, анкетирование, тестирование, проективные методики. В исследовании были применены методики: анкета-интервью «Организация времени жизни» (модификация автора), методика «Временные децентрации» (Е. И. Головаха, А. А. Кроник), тест «Индекс жизненной удовлетворенности» (А. Ньюгартен), методика «Временные ориентации в ассоциативном эксперименте» (Л. А. Регуш), проективная методика «Нарисуй время» (Ю. К. Стрелков), тест по оценке уровня самоактуализации личности (Н. Ф. Калина).

В эмпирическом исследовании особенностей временной компетентности приняли участие 261 человек, из которых 150 женщин и 111 мужчин в возрасте от 17 до 65 лет. Математико-статистические методы обработки данных: критерий ϕ^* – угловое преобразование Фишера, коэффициент ранговой корреляции r_s Спирмена.

Выводы. В результате эмпирического исследования переживания времени на разных возрастных этапах, можно выделить ряд общих закономерностей.

В юности преобладает тенденция переоценивания хронологического времени, некоторое его «опережение», ощущение себя старше, чем есть в действительности ($p < 0,01$). В зрелом возрасте напротив, значительно увеличивается число мужчин и женщин, оценивающих себя более молодыми, чем есть в действительности, при этом степень занижения собственного возраста увеличивается ($p < 0,01$).

Феномен многомерности психо-

логического времени в значительно большей мере характерен для женщин, чем для мужчин. В личной и профессиональной сферах жизни, женщины чаще склонны занижать свой хронологический возраст в субъективных оценках, чем мужчины ($p < 0,001$). Мужчины напротив несколько чаще, чем женщины переоценивают свой хронологический возраст в личной ($p = 0,041$) и профессиональной сферах жизни ($p < 0,05$).

Причины возрастной трансформации переживания времени жизни могут заключаться в следующих факторах:

Фактор эмоционального отношения, который основывается на глубинных переживаниях человека, связанных с осознанием конечности индивидуального существования и потребностью в бессмертии.

Степень реализованности психологического времени. Субъективное переживание возраста является мерой

психологического прошлого личности и измеряется «внутренней, индивидуальной системой отсчёта».

Наличие у человека социально и личностно необходимой способности к рациональной организации деятельности.

Осознанное отношение ко времени, как системообразующему фактору связи: прошлого, настоящего и будущего.

Система возрастно-ролевых ожиданий, предъявляемых социумом к достижению личностью определённого статуса, соответствующего тому или иному возрасту (ожидание включения в круг определённых ролей, соотносящихся с данным возрастом и социальным статусом).

Специфическая область социальных отношений, образ жизни (характер деятельности, интересов, жизненный ритм, уровень активности), приобретаемые личностные новообразования.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Аарелайд А. Категория времени в современной науке и проблема человеческого времени / А. Аарелайд // *Общественные науки*. – 1978. – Т. 27, № 3. – С. 268–280.
2. Аскин Я. Ф. Проблема времени / Я. Ф. Аскин. – М. : Мысль, 1966. – 200 с.
3. Головаха Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – [2-е изд.]. – М. : Смысл, 2008. – 260 с.
4. Джемс У. Психология / У. Джемс. – [5-е изд.]. – Спб. : Риккер, 1905. – 408 с.
5. Карпенко Л. А. Краткий психологический словарь / Ред.-составитель Л. А. Карпенко ; под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – [2-е изд.]. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1998. – 512 с.
6. Фресс П. Восприятие и оценка времени / П. Фресс, Ж. Пиаже // *Экспериментальная психология*. – М. : Прогресс, 1978. – Вып. 6. – С. 88–135.
7. Элькин Д. Г. Восприятие времени / Д. Г. Элькин. – М. : АПН РСФСР, 1962. – 311 с.
8. Cohen J. Psychological time // *Sci. Amer.* 1964. Vol. 211 № 5. P.116–124.
9. Cottle T. J. Perceiving time: a psychological study with men and women. New York: Wiley, 1976.
10. Doob L.W. Patterning of time. New Haven; London: Yale Univ. press, 1971.