

О. В. Кінельова

аспірантка кафедри глибинної психології й психотерапії
Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, Сімферополь

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЧАСУ ЖІНКАМИ

Стаття присвячена дослідженню специфіки сприйняття та переживання часового потоку особистістю. Представлено основні положення, що склалися в науці щодо психологічного часу. Визначено методики, проаналізовано результати емпіричного дослідження. Наведено фактори, що визначають суб'єктивне переживання часу, виявлено закономірності подібностей і відмінностей плин timer психологічного часу для жінок різних вікових груп.

Ключові слова: закономірність, переживання часу, психологічний вік, часова концепція, актуальна тимчасова ідея, семантичний код.

Постановка проблеми

Проблема часу надзвичайно важлива й багатоаспектна, оскільки жодна сфера життя й діяльності людини не існує поза часовим фактором, поза розподілом у часі, планування й структурування життєвих цілей і планів. Усвідомлення значимості оптимального розподілу часу життя визначає своєчасне раціональне розкриття внутрішнього потенціалу особистості, самореалізацію в соціумі, формує часову компетентність особистості, впливає на продуктивність, своєчасність, а також ефективність комунікації між-особистісних відносин, має значення при адаптації суб'єкта в різних ситуаціях. У зв'язку з цим очевидна проблемність і актуальність дослідження сприйняття й переживання часового процесу як одного з найважливіших компонентів ритму життя сучасної людини.

Проблема психологічного часу в масштабі людського життя набула теоретичне обґрунтування в роботах Б. Г. Ананьєва, Ш. Бюлер, Є. І. Головахи, П. Жане, О. О. Кронік, К. Левіна, С. Л. Рубінштейна.

Мета статті

Визначити існування вікових відмінностей у сприйнятті й переживанні психологічного часу, а також представити основні положення, уже сформульовані в науці щодо його вивчення.

Психологічний час містить у собі оцінку процесів одночасності, послідовності, тривалості, швидкості протікання різних подій, усвідомлення віку, вікових етапів, уявлення про ймовірну тривалість життя, про історичний зв'язок власного життя із життям попередніх і наступних поколінь родини, суспільства, людства в цілому [3, с. 273].

Існує кілька підходів до пояснення й експериментального дослідження психологічного часу. Згідно “квантової” концепції виділяють різномасштабні суб’єктивні “кванти часу” (від мілісекунд до десятиліть), які й обумовлюють різні переживання часу (наприклад, оцінки одночасності, виділення психологічного сьогодення). За даними Дж. Коена, психологічне сьогодення, його нижні й верхні границі знаходяться у межах 2–12 секунд [7, с. 118].

За даними У. Джемса, “квант сьогодення” може досягати хвилини, А. Моль — 5–10 с; А. П’єрон — 5-6 с; К. Закс — 12 с [2, с. 194].

Відповідно до концепції, яка зв’язана з подією, особливості психологічного часу залежать від числа й інтенсивності того факту, що відбувається (змін у внутрішньому й зовнішньому середовищі, у діяльності людини). У цьому випадку хронологічна константність сьогодення відкидається, воно завжди віднесене до якого-небудь наявного стану, події, тривалість яких і визначає “розміри” сьогодення, причому в кожному конкретному ряді подій це визначення специфічне [1, с. 85]. Так, згідно П. Фрессу, кількість сприйнятих у певний інтервал часу змін “може виступати універсальним пояснювальним принципом для переоцінок і недооцінок”, а також “є основою нашого почуття часу, його швидкоплинності або скороминущості” [6, с. 125].

Є. І. Головаха й О. О. Кронік запропонували причинно-цільову концепцію психологічного часу. В її основі — реляційний підхід до проблеми часу в цілому, відповідно до якого тривалість, послідовність, напрямок та інші властивості часу похідні від структури конкретного процесу й відносин між подіями, що відбуваються в ньому. Ключове положення полягає в тому, що психологічний час формується на основі переживання особистістю детермінаційних зв’язків між основними подіями її життя. Авторами даної концепції спеціально розроблений метод каузометрії, за допомогою якого можливі вимір і регуляція психологічного часу особистості [2, с. 197].

Таким чином, суб’єкт як носій часової концепції із властивим йому способом переробки часового потоку (за допомогою переломлення крізь призму свідомості й впливу несвідомого) переживає певну спрямованість часових перспектив і подань, формує картину життєвого шляху. Наслідком цього процесу є характер відношення до переживання часу життя, його значимості для суб’єкта або знецінювання; ступінь реалізованості, самоактуалізації особистості.

Методологія дослідження

Метою й основним припущенням емпіричного дослідження було виявлення вікових відмінностей у переживанні психологічного часу.

У дослідженні брали участь 60 жінок у віці від 15 до 60 років. Для виявлення загальних закономірностей вони були об’єднані за віковим складом у дві групи:

– підлітково-юнацьку: з виділенням двох періодів — 15–17, 18–20 років (період росту й дорослішання);

– зрілий вік: 21–35, 36–60 років.

Були застосовані методики:

- анкета-інтерв'ю “Організація часу життя”,
- проєктивна малюноква методика “Намалюй час”,
- метод семантичного диференціала (СД) при вивченні даних, отриманих при застосуванні методу СД, була використана програма ВААЛ-міні, створена для значеннєвої обробки текстів [5].

Анкета-інтерв'ю “Організація часу життя” спрямована на з'ясування біологічного віку, а також дослідження суб'єктивного уявлення про психологічний вік у професійній та сімейній сферах життя. Дана методика дозволяє визначити рівень організації часу, зокрема вміння до його планування й реалізації [4, с. 271].

Методика “Намалюй час” дозволила графічно уявити актуальну для суб'єкта ідею часу. При обробці даних застосовувалося кілька категорій розуміння часу: соціальний час, надособистісний час, індивідуально-особистісний час, формальний час [4, с. 273].

Категорія соціального часу дає уявлення про час як про деяку тривалість, яку можна об'єктивувати за допомогою різних зафіксованих у культурі способів виміру: година, доба, рік, століття; період людського життя: дитинство або старість; явища природного світу: зів'янення рослини, плин ріки та ін. Час предстає як величина кінцева, оскільки існують початкова й фінальна точка відліку.

Категорія надособистісного часу. Малюнки, що додаються до цієї групи, відображають найбільш архаїчні уявлення в культурі про “Час”. Сюди відносять зображення таких речей і предметів, які метафорично можуть передати специфічні характеристики надособистісного часу, тематизованого як нескінченність і вічність (космічний простір, спіралі й семантично відповідні їм концентричні окружності, міфологічні персонажі, предмети культури та ін.).

Категорія індивідуально-особистісного часу. Час розглядається як неповторне, цінне унікальними для особистості подіями, які і є “одиницями виміру” часу життя.

Категорія формального часу. Малюнки виражають несформовані, “розмиті” подання про час. Сюди відносяться малюнки-схеми, формули, знаки, геометричні фігури, пояснення до яких носять надмірно узагальнений, неконкретний характер.

Метод семантичного диференціала (розроблений групою американських психологів на чолі із Ч. Осгудом) дозволив зареєструвати семантику часу з виділенням двох сфер значень — денотативної й конотативної. Денотативне значення об'єктивне, міжособистісне. Конотативне значення суб'єктивне, індивідуальне, метафоричне, у нього включаються емоційний та оціночний компоненти [4, с. 286].

Результати дослідження

Аналіз отриманих даних дозволив виявити наступні закономірності:

1. Виявлені три основні тенденції в сприйнятті часу жінками різного віку: тенденція до порівнювання фізичного й психологічного віку (“я в

душі такий, скільки мені років у дійсності”), тенденція до переоцінювання психологічного часу в порівнянні з фізичним (“я почуваю себе старше, ніж мені років у дійсності”), тенденція до недооцінювання психологічного часу в порівнянні з фізичним (“я молодше своїх років”). Результати отримані при узагальненні даних за методикою-інтерв’ю “Організація часу життя”.

2. Для дівчат у віці 15–20 років характерне порівняння фізичного й психологічного часу в особистій і професійній сферах — 17% (серед усіх досліджуваних, без урахування вікової періодизації, ця тенденція становить 20%). При цьому необхідно відзначити, що для юнацького віку характерна тенденція до переоцінки психологічного в порівнянні з фізичним часом щодо особистої сфери життя (57% досліджуваних), а якщо розглядати професійну сферу життя, то психологічний вік відповідає фізичному в 60% дівчат.

3. Жінки зрілого віку вірогідно частіше, ніж дівчата, недооцінюють (занижують) свій психологічний вік в особистій (70%) і професійній сферах (70% досліджуваних).

4. Прагнення до планування свого часу як у період юності (73%), так і в період зрілості (69%) знаходиться приблизно на однаково високому рівні в більшості досліджуваних жінок. А рівень реалізації задуманого в зрілому віці підвищується в 3 рази в порівнянні з юністю (юність — 10%, зрілість — 33%).

5. На підставі проєктивної малюнкової методики “Малюнок часу” було виявлено, що для юнацького вікового періоду характерна стереотипність часових образів: переважають варіації зображень годинників. Малюнки погоджені, але не складні, містять чіткі образні характеристики часу. У сприйнятті превалює ідея соціального часу (69% досліджуваних). Менша частина робіт дає уявлення, що відбивають ідею надособистісного часу (25% досліджуваних).

6. У малюнках жінок зрілого віку простежується тісний взаємозв’язок соціального й надособистісного часу для більшості досліджуваних (59%). Роботи представляють “перетікання”, поєднання різних підсистем двох часових ідей, їхню гармонізацію й взаємодію. Характерний прояв багаторівневості й багатолінійності психологічного часу: значно ускладнюються візуальні образи, використовується більша кількість значенневих символів.

7. Серед усіх робіт немає тематики індивідуально-особистісного й формального часу.

8. При аналізі даних, отриманих при використанні методу С. Д., був складений семантичний код поняття “час” для вікового періоду 15–60 років: активне (97%), життєрадісне (92%), улюблене (90%), радісне (88%), дороге (83%), світле (82%), швидке (80%), гарне (80%), приємне (77%), свіже (75% вибору). Характеристики, які становлять цей список, мають емоційне, позитивне, експресивне забарвлення. Останні місця серед вибору досліджуваних займають негативні значення ознаки: ненависне — 3%, дешеве — 3%, сумне — 2% виборів.

9. Також був складений семантичний код поняття “час” для вікового періоду юності: активне (100%), улюблене (93%), життєрадісне (90%),

радісне (90%), свіже (90%), дороге (86%), гарне (83%), гаряче (80%), гостре (80%), швидке (77%), світле (77%), чисте (77%) — 12 характеристик.

10. Семантичний код для періоду зрілості включає 9 характеристик: життєрадісне (93%), улюблене (87%), радісне (87%), світле (87%), швидке (83%), активне (80%), дороге (80%), приємне (80%), гарне (76%).

11. Програма ВААЛ-міні пропонує наступну значеннєву обробку поняття “час”: величне–низьке, голосне–тихе, радісне–сумне. Також ця програма пропонує кольори, що співвідносяться з досліджуваним поняттям, — червоний і зелений. Необхідно відзначити, що в кольоровій гамі малюнків, досліджуваних при графічному перетворенні образу часу, дані кольори не переважали.

Висновки.

1. Огляд підходів до теми, яка вивчалася, дозволив виділити фактори, що визначають переживання часу:

- суб’єктивні “кванти часу” (від мілісекунд до десятиліть);
- число та інтенсивність подій, які відбуваються (змін у внутрішньому і зовнішньому середовищі, у діяльності людини);
- детермінаційні зв’язки між основними подіями життя особистості.

2. Подібність і відмінність у сприйнятті психологічного часу респондентами різних вікових груп виражені наступними особливостями:

– для юності найбільш характерна тенденція до прирівнювання фізичного й психологічного віку як в особистій, так і в професійній сфері життя;

– замолоду дівчата часто однаково співвідносять фізичний і психологічний вік професійної сфери життя, але в особистій сфері для них характерна тенденція до переоцінки психологічного віку щодо фізичного — “відчуття себе старше, ніж є років у дійсності”;

– у зрілості жінки схильні занижувати психологічний вік, що відповідає твердженню “я молодша своїх років”, при цьому вони вдосконалюють навичку більш раціонально використовувати час при плануванні й реалізації задуманого;

– при вивченні графічного перетворення образу часу видно, що для жінок зрілого віку характерна більша усвідомленість у сприйнятті образу часу в порівнянні з юними дівчатами. Це можна побачити в ускладненні характеру його зображення (насиченості, барвистості, погодженості сполучення часових ідей у малюнках). Найбільш характерна ідея в цих роботах “взаємозв’язок соціального й надособистісного часу”;

– малюнки дівчат відображають нескладні уявлення, що проявляються в ідеї техногенного світу, створеного людиною, де годинники займають певну організуючу позицію в соціальному житті, менша частина робіт передає концепцію “надособистісного часу”;

– серед робіт респондентів різних вікових груп відсутні малюнки, що передають концепції “індивідуально-особистісного” і “формального часу”;

– результати, отримані за допомогою семантичного диференціала, свідчать, що конотативна область значень у характеристиці часу (емоційні, оцінні й частково динамічні характеристики) домінує в обох вікових групах;

– машинний варіант значеннєвої обробки поняття, яке вивчається, пропонує збіднену характеристику в порівнянні із семантичним кодом, складеним переважно за суб'єктивним вибором респондентів.

3. Результати дослідження дозволяють стверджувати, що має місце вплив віку на переживання часу, ступінь його усвідомленості й значимості для особистості.

Список використаних джерел

1. Аскин Я. Ф. Проблема времени. — М.: Мысль, 1966.
2. Головаха Е. И., Кроник А. А. Психологическое время личности. — 2-е изд. — М.: Смысл, 2008. — 259 с.
3. Карпенко Л. А. / Краткий психологический словарь. — М.: Политиздат, 1985. — 431 с.
4. Сергиенко С. К., Бодров В. А., Писаренко Ю. Э. Практикум по инженерной психологии и эргономике / Под ред. Ю. К. Стрелкова. — М., 2003. — 380 с.
5. Проект ВААЛ(С) Шалак В. И. E-mail: vaal_project@mail.ru
6. Фресс П. Восприятие и оценка времени // Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. — М.: Прогресс, 1978. — Вып. 6.
7. Cohen J. Psychological time // Sci. Amer. — 1964. — Vol. 211, № 5.

О. В. Кинелёва

аспирант кафедры глубинной психологии и психотерапии
Таврийский национальный университет имени В. И. Вернадского

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВРЕМЕНИ ЖЕНЩИНАМИ

Резюме

Статья посвящена исследованию специфики восприятия и переживания временного потока личностью. Представлены основные положения, сложившиеся в науке относительно психологического времени. Определены методики, проанализированы результаты эмпирического исследования. Приведены факторы, определяющие субъективное переживание времени, выявлены закономерности сходств и различий течения психологического времени для женщин разных возрастных групп.

Ключевые слова: закономерность, переживание времени, психологический возраст, временная концепция, актуальная временная идея, семантический код.

O. V. Kinelyova

**AGE PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL TIME EXPERIENCE
BY WOMEN**

Summary

The paper is devoted to study of specificity of time stream experience by an individual. It deals with fundamentals existing in science regarding psychological time. Methods are determined, empirical study results are analyzed. Factors, conditioning subjective experience of time, are cited, regularities of similarities and differences of psychological time course for women of different age groups are revealed.

Key words: regularity, time experience, psychological age, time conception, urgent time idea, semantic code.