

**Р. М. Свиначенко**, канд. психол. наук, ст. викладач,  
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова,  
кафедра загальної та соціальної психології

## ЧАСОВА СКЛАДОВА ПОТЕНЦІАЛУ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглядається проблема часової складової потенціалу самореалізації особистості. Показані відмінності між уявленнями про час та переживаннями часу. Виокремлено чотири типи часової складової потенціалу самореалізації: субстанціональну, реляційну, статичну й динамічну.

**Ключові слова:** потенціал самореалізації, психологічний час, уявлення часу, переживання часу.

Дослідження потенціалу самореалізації особистості в умовах трансформації українського суспільства є досить актуальним завданням, оскільки демократизація суспільного життя, що в останні роки відбувається в Україні, певним чином спрямована на надання громадянам можливості більш повної реалізації власного потенціалу. Разом із тим, як відмічає В. І. Ковальов, ці зміни можуть бути прийнятними не для всіх, але для людей із відповідним типом відображення часу, зорієнтованих на активну життєву позицію, динамізм, толерантність до змін. Крім того, не всі можуть прийняти для себе прискорення повсякденного й соціального життя, що в останні роки відбувається по всьому світі [4]. Попри важливість саме часової складової в повсякденному житті людей, позиції дослідників щодо її змісту та типів значно розходяться. Так, на думку одних, особистість повинна самореалізовуватися безпосередньо в теперішньому часі [цит. по 8; 17], навпаки, на думку інших, самореалізація може бути спрямована також й на майбутнє, й на минуле [1; 2; 6; 15; 18], крім того, враховується, що кожній людині притаманні хід внутрішнього часу [14; 15; 16]. Незважаючи на наявність досить різних поглядів на особливості часової складової потенціалу самореалізації особи, вони мають багато спільного, тому їх узагальнення та дослідження головних типів часової складової й стало предметом нашого дослідження.

У відображенні часу людиною найбільш важливу роль відіграють дві складові — безпосереднє переживання часу та уявлення про час [5; 7; 14; 15; 16]. В основі переживання часу лежить перша сигнальна система й умовнорефлекторні зв'язки, що є загальними для людей й тварин і синхронізують діяльність із усіма повторюваннями та послідовностями, які нав'язані природними ритмами й ритмами громадського життя [14]. На відміну від тварин людина завдяки мові у своєму філогенезі піднялася на більш високий рівень пристосування, що дозволяє їй уявляти собі час. В цілому, можна виокремити п'ять головних критеріїв, що відрізняють уявлення та переживання часу: сигнальна система, форма прояву, когнітивний механізм формування, основою чого виступає зв'язок із діяльністю (табл. 1).

Таблиця 1

## Головні відмінності переживань та уявлень про час особистості

Критерії	Переживання часу	Уявлення про час
1. Сигнальна система	Перша сигнальна система [14]	Друга сигнальна система [14]
2. Когнітивний механізм формування	Внутрішній годинниковий механізм [15; 16]	Пам'ять [14], інтелект [15], мова [14]
3. Форма прояву	Відчуття часу [15]	Поняття часу [3]
4. Основою чого виступає	Особистісний потенціал [13]	Тенденції особистості [10]
5. Зв'язок із діяльністю	Внутрішня діяльність [1]	Зовнішня діяльність [1]

Розрізняючи уявлення та переживання, Л. М. Веккер [3] уточнює, що уявлення акумулюють у собі ознаки різних одиничних образів, на основі яких будується певний “портрет” класу об’єктів, чим забезпечується можливість понятійного відображення часу. Дана особливість уявлень є ключовою, оскільки час у фізичному плані не є зовнішнім об’єктом, що міг би діяти на сенсорну систему. З іншого боку, уявлення про час, як показує П. Жане [цит. по 14], пов’язані із соціальною функцією пам’яті, оскільки події, що охоплюють тривалий хронологічний період, повинні бути в узагальненому виді представлені в пам’яті, яка виконує свою соціальну функцію, що формується в процесі історичного та онтогенетичного розвитку психіки. На думку Б. Й. Цуканова [15], глибина суб’єктивних уявлень про час глибоко пов’язана із рівнем інтелекту, оскільки особи із невеликим розвитком інтелекту взагалі нездатні уявити час. Крім того, переживання часу є ключовим елементом потенціалу особистості, оскільки є певним стрижнем її життєвого світу [13], а з іншого боку, є основою особистісного досвіду, тенденцій особистості [2; 10]. Ці відмінності зафіксовані також К. О. Абульхановою [1], яка вважає, що переживання реалізуються у внутрішній діяльності, а уявлення, навпаки, у зовнішній.

На сьогоднішній день серед психологічних досліджень особистісної складової уявлень та переживань часу бракує єдності у виокремленні головних характеристик часу [1; 5; 7; 14; 15; 16; 18]. Разом із тим у природничих науках і філософії в цілому виділяють узагальнені характеристики статусу (буття) часу та становлення (розвитку) часу [9]. Характеристики статусу розкриваються в межах субстанціональної й реляційної загальнонаукових теорій часу, які пропонують розглядати чотири характеристики: “тривалість”, “рівномірність”, “зворотність”, “перервність”. Характеристики становлення часу розглядаються в межах “статичної” та “динамічної” концепцій, це: “швидкість перебігу часу”; “точка відліку часу” [12] (табл. 2).

Головна особистість субстанціонального ставлення до часу полягає в тому, що час та його течія розглядаються незалежними від будь-яких обставин та умов, це певним чином реалізується у суперечності внутрішнього світу, який є стабільним, неперервним та зовнішнього мінливого, нестабільного світу [12]. Так, наприклад, для “споглядально-рефлексивного” типу, що виокремлює В. І. Ковальов [5], характерні поглиблене міркуван-

ня й рефлексія, внутрішнє духовне життя часто буває досить інтенсивним, напруженим, однак несподівані вторгнення реального життя застають їх несподівано і не викликають відповідних активних дій, що нерідко несприятливо позначається на їхній долі. З боку організації часу субстанціональному типу близький також “виконавський” тип, якому потрібні визначені часові еталони, якщо представникам цього типу пред’явлене завдання із чіткими строками, вони здатні його виконати, оптимально організувати свою діяльність у часі, але там, де відсутні зовнішні опори у вигляді строків, вони не в змозі самостійно само організуватися [1]. З боку ставлення до власного життєвого шляху, “картини життя”, субстанціональні характеристики часу притаманні для “стабільного” типу, оскільки розширення картини життя носить асимілятивний характер, нові події пристроюються до вже сформованої структури минулого й не призводять до модифікації уявлень про свою долю у зв’язку з новим досвідом [10]. З іншого боку, субстанціональність часу притаманна “нормативному” світові, де час характеризується рівномірністю, симетричністю, відповідно до зовнішніх норм поведінки людини, люди схильні посилатися на правила та через це не брати на себе відповідальність [12]. Субстанціональні характеристики часу знаходять вираження у фаталістичному типі часової перспективи, що вважає власну долю залежною від вищих сил [18] (табл. 3).

Таблиця 2

**Типологічна структура головних характеристик часу**

	Субстанціональний	Реляційний	Динамічний	Статичний
Статус часу	Рівномірність	Нерівномірність	_____	_____
	Незворотність	Зворотність		
	Неперервність	Перервність		
	Тривалість	Упорядкованість		
Становлення часу	_____	_____	Швидкий плин часу	Повільний плин часу
			Наявність точки відліку часу	Відсутність точки відліку часу

Реляційний тип об’єднує головні властивості часу, який на відміну від субстанціонального є несамостійним нестабільним, відносним, характеризується більш широким уявленням про його незалежність або стабільність. Ці особливості розкриваються у гуманістичному творчо-перетворюючому ставленні до часу, якому притаманне розвинене почуття поточного часу й вміння розподіляти використання часу для різних справ [4], те ж саме стосується “оптимального” типу особистісної організації часу [1], “релятивного” життєвого світу світу [12]. До того ж з боку ставлення до життєвого шляху реляційні характеристики часу розкриваються у “фактологічному” типі, якому характерно те, що уявлення про своє минуле є стабільним з боку наявності фактів, але їх оцінка та інтпретації є мінливими [10].

З боку часової перспективи реляційність часу притаманна гедоністичному типу, для якого характерне життя для задоволення сьогоденням [18].

Таблиця 3

Узагальнення основних типів суб'єктивного ставлення до часу

	Субстанційно-нальний	Реляційний	Динамічний	Статичний
Типологія ієрархічних рівнів оволодіння часом (В. І. Ковальов [5]).	“Споглядально-рефлексивний”	“Творчоперетворюючий”	“Функціонально-діючий”	“Повсякденний”
Типологія особистісної організації часу (К. О. Абульханова [1]).	“Виконавчий”	“Оптимальний”	“Дефіцитний”	“Спокійний”, “тривожний”
Типологія ставлення до “картини життя” (В. В. Нуркова [10]).	Стабільний	“Фактологічний”	“Нестабільний”	“Емоційний”
Типологія “життєвих світів” (Т. М. Титаренко [13]).	“Нормативний світ”	“Релятивний світ”	“Егоцентричний світ”	“Конформний світ”
Типологія часової перспективи (Ф. Зімбардо [18]).	“Фаталізм”	“Гедонізм”	“Майбутнє”	“Орієнтація на минуле”

Динамічному типу часу притаманний швидкий плин часу та наявність точки відліку часу, ці особливості часу знаходять відображення у “функціонально-діючому” способі життя, якому характерна ділова спрямованість на швидке одержання швидкого корисного результату, однак й не здатність передбачати віддалені негативні наслідки своєї бурхливої діяльності, по суті, такі люди живуть в основному турботами й справами сьогодення й найближчого майбутнього [5]. Ці ж особливості притаманні й представникам “дефіцитного” типу організації часу, які успішно діють у дефіциті часу й, більше того, всі інші режими зводять до дефіциту [1]. Для “нестабільного” типу ставлення до власного життєвого шляху характерні незадоволеність і потреба в змінах [10]. Так само й час в егоцентричному світі характеризується нерівномірністю, асиметричністю й динамічністю, оскільки людина живе тільки в суб'єктивному сьогоденні [13]. Динамічність часу є також основою зорієнтованості на майбутнє [18].

Статичний час поєднує такі характеристики часу, як повільність течії та відсутність точки відліку часу. Так “повсякденному” типу оволодіння часом притаманно “плити за течєю” часу, пасивність, ситуативна залежність від обставин, вузькість соціальних зв'язків, поверховість, однобічність у відбитті дійсності. Представники “спокійного” та “тривожного типу” особистісної організації часу також зазнають труднощів при роботі в дефіциті часу, але представникам першого типу властива розвинена здатність до самоорганізації, оскільки вони внутрішньо активні, оптимальні в часовій невизначеності [1]. Для “емоційного” типу характерна пасивно-споглядальна позиція суб'єкта стосовно свого життєвого шляху, минуле носить статичний характер [10]. Даний тип схожий з типом часової перс-

пективи, що зорієнтована на минуле [18]. Людина у “конформному” світі прагне спокою стабільності, безпеки, конформна людина не вірить у власні адаптивні можливості, для такої людини краще відчувати силу звичок, вплив застарілих стереотипів, аніж раптом залишитися один на один із незнайомим новим життям [13].

Раніше нами було показано, що індивіди залежно від особливостей потенціалу самореалізації можуть бути об’єднані в чотири групи: “екзистенціональну”, “активного саморозвитку”, “пасивного саморозвитку”, “соціальну” [11], кожному з них, на нашу думку, притаманний відповідний тип часової складової (рис. 1).

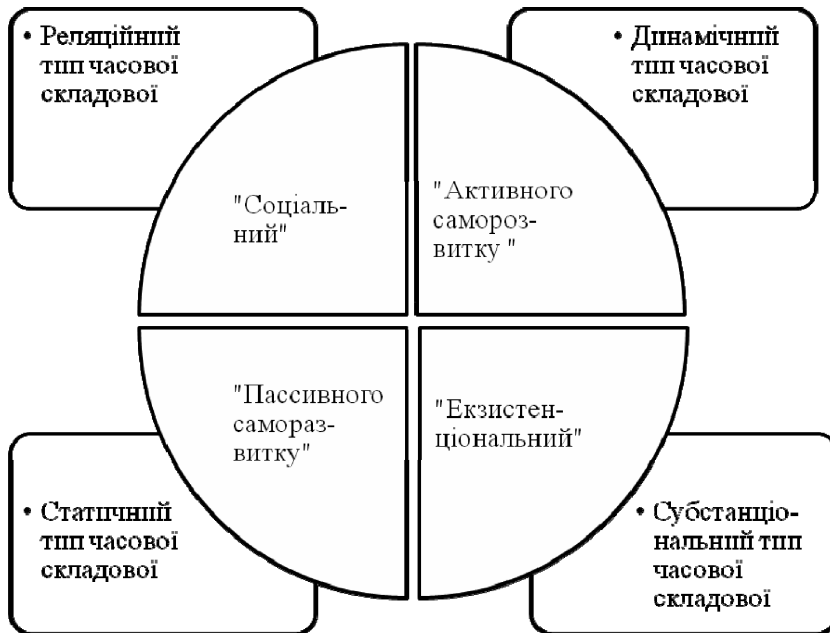


Рис. 1. Часова складова в структурі типів потенціалу самореалізації особистості

Особливістю типу “активного саморозвитку” є те, що йому притаманний динамічний тип часової складової, тобто здатність жити сьогоденням, переживати теперішній момент свого життя, йому також притаманне відчуття нерозривності минулого, сьогодення і майбутнього, тобто цілісне бачення життя. Таке уявлення часу є, певним чином, основою для високої гнучкості поведінки, взаємодії з оточуючими, здатності швидко й адекватно реагувати на ситуацію, що змінюється, спонтанності у поведінці. Крім того, притаманне добре розуміння міжособистісних стосунків, висока контактність, здатність до швидкого встановлення глибоких і тісних емоційно насичених контактів із іншими, висока активність.

Протилежним типу “активного саморозвитку” за особливостями уявлення про час є тип самореалізації із субстанціональним типом часової складової. Суб’єктам із даним типом не є притаманним жити сьогоденням,

час є розділеним на минуле, теперішнє та майбутнє, що існують, так би мовити, одночасно. Вони люблять споглядати за часом, шукаючи красу та гармонію. Суб'єкти даного типу здатні брати на себе відповідальність за результати як власної, так і групової роботи.

Для соціального типу потенціалу самореалізації притаманний реляційний тип часової складової, для якого є характерним швидко реагувати на коментарі та сигнали інших людей, з'ясовувати суперечності та проблеми у стосунках, чутливо реагувати на критику. Суб'єкти даного типу у процесі спілкування адекватно сприймають не лише власні потреби, а й дуже добре усвідомлюють очікування співбесідника, що сприяє справжньому обміну почуттями, узгодженню думок і потреб. Такі люди ніколи не випускають із поля зору намічені цілі й послідовно, наполегливо йдуть до досягнення мети.

Тип "пасивного саморозвитку" характеризується статичним типом часової складової. Особи із даним типом часової складової бояться відповідальності, є несміливими, пасивними, ним притаманна низька цілеспрямованість. Вони намагаються уникати проблем, а не вирішувати їх. У спілкуванні вони уникають глибокого ґрунтового обговорення проблеми, інтереси звернені на себе. Особи даного типу характеризуються обачністю, проникливістю, розумним і сентиментальним підходом до особистості і оточуючих.

Таким чином, проведене нами дослідження показало, що існують чотири типи часової складової у структурі потенціалу самореалізації особистості: субстанціональний, реляційний, статичний та динамічний. Всі вони ґрунтуються на фундаментальних властивостях фізичного часу та тісно перекликаються з існуючими в сучасній літературі типологіями психологічного часу.

## **Література**

1. Абульханова К. А., Березина Т. Н. *Время личности и время жизни* / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. — СПб.: Алетейя, 2001. — 300 с.
2. Ананьев Б. Г. *О проблемах современного человекознания* / Б. Г. Ананьев. — СПб.: Питер, 2001. — 263 с.
3. Веккер Л. М. *Психические процессы* / Л. М. Веккер. — Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1974. Т. 1. — 1974. — 334 с.
4. Еріксен Т. Г. *Тиранія моменту: швидкий і повільний час в інформаційну добу* / Т. Г. Еріксен. — Л.: Кальварія, 2004. — 195 с.
5. Ковальов В. І. *Темпоральна психологія: проблеми, принципи, розробки і перспективи* / В. І. Ковальов // Вісник Одеського національного університету імені І. І. Мечникова. — 2001. — Т. 6, вип. 2. — С. 47–52.
6. Коростылева Л. А. *Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере* / Л. А. Коростылева. — СПб.: Речь, 2005. — 222 с.
7. Кроник А. А., Головаха Е. И. *Психологическое время личности* / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. — М.: Смысл, 2008
8. Мадди С. *Теории личности: сравнительный анализ* / С. Мадди. — СПб.: Речь, 2002. — 539 с.
9. Молчанов Ю. Б. *Проблема времени в современной науке* / Ю. Б. Молчанов. — М.: Наука, 1990. — 136 с.
10. Нуркова В. В. *Совершенное продолжается: психология автобиографической памяти личности* / В. В. Нуркова. — М.: Издательство УРАО, 2000. — 320 с.

11. Садова М., Свинарєнко Р. М. Складові потенціалу самореалізації особистості / М. Садова, Р. М. Свинарєнко // Теоретичні та практичні проблеми розвитку та реалізації потенціалу особистості: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих науковців "Розквітання — 2". — Одеса: СМІЛ, 2009. — С. 38–40
12. Свинарєнко Р. М. Типологічні особливості часових характеристик у структурі соціальної технології / Р. М. Свинарєнко // Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики: міжвузівський збірник наукових праць. — Одеса: Астропринт, 2005. — Вип. 24–25. — С. 205–213.
13. Титарєнко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титарєнко — К.: Либідь, 2003. — 373с.
14. Фресс П. Приспособление человека ко времени / П. Фресс // Вопросы психологии. — 1961. — №1. — С. 43–56
15. Цуканов Б. Й. Время в психике человека / Б. И. Цуканов. — Одесса: Астропринт, 2000. — 220 с.
16. Gibbon J. Origins of scalar timing / J. Gibbon // Learning and Motivation. — 1991. — 22. — P. 3–38.
17. Shostrom E. An inventory for the measurement of self-actualization / E. Shostrom // Educational and psychological measurements. — 1964. — Vol. 24. — P. 207–218.
18. Zimbardo P. G., Boyd J. N. Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric / P. G. Zimbardo, J. N. Boyd // Journal of personality and social psychology. — 1999. — vol. 77, №. 6. — P. 1271–1288.

**Р. Н. Свинарєнко**, ст. препод.,

Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова,  
кафедра общей и социальной психологии

## **ВРЕМЕННАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПОТЕНЦИАЛА САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

### **Резюме**

В статье рассматривается проблема временной составляющей потенциала самореализации личности. Показаны отличия между представлениями о времени и переживаниями времени. Выделены четыре типа временной составляющей потенциала самореализации: субстанциональную, реляционную, статическую и динамическую.

**Ключевые слова:** потенциал самореализации, психологическое время, представление о времени, переживание времени.

**R. N. Svinarenko**

Odessa I. I. Mechnikov National University

## **TIME COMPONENT OF SELF-REALIZATION POTENTIAL OF THE PERSON**

### **Summary**

In article the problem of a time component of potential of self-realization of the person is considered. Differences between time representations and time experiences are shown. Four types of time component of self-realization potential are allocated: absolute, relational, static and dynamic.

**Key words:** self-realization potential, time component, time representation, time experience.