

Міністерство освіти і науки України
Одеський національний університет імені І.І.Мечникова
Факультет психології та соціальної роботи
Кафедра загальної психології та психології розвитку особистості

наукова  конференція

РОЗКВІТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ЧАСУ

пам'яті Б.Й.Цуканова

**МАТЕРІАЛИ
НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
«РОЗКВІТАННЯ
ПСИХОЛОГІЇ ЧАСУ»**

Випуск 10

Одеса - 2018

ББК 67.3

Р 48

УДК 224. 6:129.2

Редакційна колегія:

Кіреєва Зоя Олександрівна - доктор психологічних наук, професор, заступник директора ІМЕМ, завідувач кафедрою загальної психології та психології розвитку особистості ОНУ імені І.І.Мечникова.

Буганова Ванда Миколаївна - кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології та психології розвитку особистості ОНУ імені І.І.Мечникова (відповідальний редактор).

Рекомендовано до друку Вченою Радою ФПСР Одеського національного університету імені І.І.Мечникова

Р48 Матеріали наукової конференції «Розквітання психології часу». 27 квітня 2018 року. Одеса, - Принт-мастер, 2018, 68 стор.

Одеський національний
університет ім. І.І. Мечникова,
2018 р.

ЗМІСТ

Буганова Ванда Николаевна (к.п.н., доцент), г. Одесса – «Время как парадоксальная реальность субъекта».

Греченко Володимир Анатолійович (доктор історичних наук, професор), **Посохова Яна Сергіївна** (кандидат психологічних наук), м.Харків - «Психологічні особливості становлення особистості правоохоронця в Україні в 1920-х р.р.».

Доріченко Вікторія Анатоліївна, м.Київ, Міжрегіональна академія управління персоналом – «Особливості часової перспективи особистості в ситуації війни».

Иванов Сергей Владимирович (магістр), г.Одеса, ОНУ імени І.І. Мечникова – «Восприятие времени в измененном состоянии сознания».

Иоанно Елена Всеволодовна (студентка), г.Одеса, ОНУ імени І.І. Мечникова – «Хронотипы человека и их изменение на протяжении жизни».

Клименко Юлія Олександрівна (кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології), м.Полтава, Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка – «Регулятивна функція часу в життєорганізації підлітків».

Ковтун Елена (магістр психології), г.Одеса - «Время как метод последовательного синтеза».

Колесникова Нина Васильевна (студентка), г.Одеса, ОНУ імени І.І. Мечникова – «Единица времени индивида, как фундаментальный параметр психики в работах Б.И.Цуканова».

Кононенко Кирилл Алексеевич (студент), г.Одеса, ОНУ імени І.І. Мечникова - «Связь экзистенциальной исполненности с переживанием времени личностью».

Мелёхин Алексей Игоревич (геронтопсихиатр, клинический психолог высшей категории Российского геронтологического научно-клинического центра), г. Москва, Россия - «Когнитивный компонент временной перспективы в пожилом и старческом возрасте».

Назарова Мария Валентиновна (студентка), г.Одеса, ОНУ імени І.І. Мечникова – «Особенности восприятия времени у людей с разными типами темперамента».

Поліщук Світлана Анатоліївна (доцент кафедри ТПП Національного університету «Львівська політехніка»), м.Львів - «Розвиток особистості

у масштабі її біологічного циклу».

Полунін Олексій Васильович (д-р.психол.наук, професор кафедри психології), м.Київ, Київський національний торговельно-економічний університет – «Математичні операції з суб'єктивними часовими інтервалами як метод дослідження функціональних особливостей індивідуального часового механізму».

Савчин Олександр Віталійович, м. Івано-Франківськ, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника – «Суб'єктивне теперішнє як об'єкт психологічного дослідження».

Сеник Оксана Мирославівна, Різник Р.М., Горбаль І.С., м.Львів. Львівський національний університет імені Івана Франка – «Адаптація українською мовою Шкали врахування майбутніх наслідків».

Сухенко Яна Валеріївна (к. психол. н., доцент кафедри психології та особистісного розвитку), м. Київ, ДВНЗ «Університет менеджменту освіти» - «Індивідуальна освітня траєкторія особистості: часовий вимір».

ВРЕМЯ КАК ПАРАДОКСАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ СУБЪЕКТА

Природа времени сложна и неоднозначна. С давних пор ученые и мыслители, при чем в самых разных областях – в философии, психологии, физике – пытались определить, что есть время и каковы его свойства. Тем не менее, до сих пор, эти вопросы остаются без ответов. С одной стороны, время – одна из основных форм бытия, наряду с пространством. С другой стороны, сам факт его объективного существования в последнее время подвергается сомнению [4,5]. И эта дискуссия упирается в дефиницию – что именно есть время, как его понимать и определять?

Этимологически слово «время» происходит от праслав. *vermĕ* (*vert-men-Ø*) верема, родственно др.-инд. *Vártma*: «колея, рытвина, дорога, желоб, вертеть». Его определяют как:

- объективную форму существования бесконечно развивающейся материи;
- форму протекания физических и психических процессов, условие возможности изменения;
- непрерывную величину, ничем не определяемую априорную характеристику мира;
- меру длительности существования всех объектов, характеристику последовательной смены их состояний в процессах и самих процессов изменения и развития;
- одну из координат единого пространства-времени, представления о котором развиваются в теории относительности.

В философии – это необратимое течение (протекающее лишь в одном направлении – из прошлого через настоящее в будущее). В метрологии - физическая величина, одна из семи основных величин Международной системы величин. В психологии, на основе накопленных экспериментальных данных [2,5,6], выделяют два принципиально отличающихся явления – переживание времени индивидуальной психикой и отношение личности ко времени. Первое есть индивидуальное врожденное имманентное свойство психики. Второе – социально обусловленное личностное образование, формируемое и изменяемое в

онтогенезе [3].

Переживаемое время – эндогенное образование, существующее лишь в субъективной реальности индивидуальной психики, которое не представляется возможным объективизировать. Каждому субъекту репрезентируется своя внутренняя реальность времени, измеряемая его индивидуальным «шагом» счета времени, названная Б.И.Цукановым «тау-типом» [5]. Психодиагностической процедурой, выявляющей тау-тип субъекта, является метод воспроизведения, описанный еще в конце 19 века П. Фрессом [6]. В человеческой популяции эта величина варьируется от 0,7 сек (у холериков) до 1,1 сек (у флегматиков). Данный параметр является врожденным, жестким, не меняющимся на протяжении жизни и лежит в основе всей структуры психики. Можно говорить, что это ключевой ритм в общей биоритмологической системе любого живого организма. Входя составным элементом в периоды большей протяженности, тау-тип определяет длительности других жизненно важных периодов, вплоть до фаз возрастного развития в масштабе онтогенеза [1], что описано Б.И.Цукановым, как циклоидная модель переживаемого времени [5].

Уникальный природный феномен состоит в том, что, находясь в собственной временной реальности, субъекту не дано прочувствовать и даже, в полной мере представить, каково это - иметь отличающуюся внутреннюю временную структуру и другую индивидуальную единицу счета времени. Похоже, что это одно из величайших людских отличий, создающих непреодолимую стену одиночества...

Именно это принципиальное отличие в скорости внутреннего хода времени, привело к необходимости создания часов, как прибора, помогающего согласовывать индивидуальные отличия.

В противовес этому, отношение ко времени формируется в онтогенезе в процессе освоения социально принятых временных длительностей. И не случайно, как установлено профессором Киреевой З.А. [3], понятие времени осваивается взрослеющим в самую последнюю очередь, как наиболее сложное и опосредованное явление. Процедуры, выявляющие отношение ко времени – это оценивание и отмеривание временных интервалов, а так же, нарративные подходы, в которых выясняются мнения и реакции субъекта деятельности на те или иные временные закономерности.

Сопоставление субъективного течения времени с общепринятым (объективным), разбивает всех представителей человеческой популяции на спешащих (у которых внутреннее время «бежит» скорее внешнего), точных (время которых синхронизировано с социальным и отстающих (у которых времени субъективно больше, чем им надо).

Как указывал профессор Б.И.Цуканов [5]: «Искусство жить – есть искусство освоения времени». А последнее возможно лишь в том случае, когда субъект принимает свою неповторимую индивидуальность, репрезентированную его временной структурой психики и успешно «вписывает» ее в социально принятые временные требования и ограничения. Поскольку, субъективное отношение ко времени невозможно изменить (можно только сломать), его следует принять как данность, адаптируя к нему другие, более гибкие пласты психики. Более того, поскольку, все мы социальные существа, вынужденные согласовывать свои действия с другими людьми, важно усвоить общепринятые вехи и правила временных взаимодействий. И на уровне личностного творчества «перекинуть мостик» от индивидуального времени к объективному, сдавая тем самым экзамен на адаптируемость не просто к социуму, а к жизни, как таковой.

Литература

1. Буганова В.М. Ступеневі зміни психіки у масштабі інфрадіанної циклічності. Український освітянський журнал -№1, 1995, с.92-97
2. Вудроу Г. Восприятие времени. //Экспериментальная психология /Под ред. Стивенса С.С., М., Иностр.лит., 1963
3. Киреева З. А. Развитие сознания, детерминированное временем. Монография. – Одеса, 2010. – 380 с.
4. Уитроу Дж. Естественная философия времени. М., 1964
5. Цуканов Б. И. Время в психике человека / Б. И. Цуканов. – Одесса: Астропринт, 2000. – 220 с.
6. Экспериментальная психология. / Под ред. П. Фресса и Ж. Пиаже. М., 1975, вып. V, гл. XV

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ПРАВООХОРОНЦЯ В УКРАЇНІ В 1920-Х РР.

Нагальна потреба більш глибокого вивчення проблеми професійного становлення сучасного правоохоронця та розширення системи уявлень щодо його особистісно важливих якостей, викликає необхідність звернення до психологічних витоків формування особистості правоохоронця в Україні, починаючи з самого початку виникнення та розвитку цього процесу.

Після встановлення радянської влади в Україні почалося формування нових правоохоронних органів. Міліція УСРР організовувалася з суто класових позицій. У інструкції до декрету ВУЦВК від 10 липня 1920 р. «Про робітничо-селянську міліцію», а також у деяких інших документах, наказах і циркулярах визначалося, що на службу в міліцію приймаються тільки робітники й селяни. Широко використовувалися загони комітетів незаможних селян. Складаючись із незаможників і комуністів, останні формувалися на місцях згідно з постановою РНК «Про боротьбу з бандитизмом» [1, арк.39].

В 1920-х рр. виникла так звана «народна міліція», діяльність якої зосереджувалася на охороні громадського порядку, підтримці законності в суспільстві та була покликана сформувати в свідомості тогочасного народу образ правоохоронця, який з часом неодноразово трансформовувався та набував нових особистісних рис, притаманних лише даній соціальній групі. Важливого значення набувало створення такого образу працівника міліції, який би сформував позитивний імідж представника виконавчої влади та мав посилити довіру населення до відповідних силових структур.

Документи свідчать, що у перші півтора роки існування «міліціонери усіх видів служби являли собою у переважній більшості натовп людей, суцільно недисциплінований, невідготовлений, босий та роздягнутий» [2, с.24].

О. Хмеленок в своєму дослідженні особистості правоохоронця 1920-х рр., охарактеризувала їх як борців за ідеали добра і справедливості, сформованими і вкоріненими в культурі протягом історичного розвитку

етносу. Авторка акцентує увагу на впливі даних особистісних рис на формування у правоохоронця почуття синхронності, узгодженості своїх дій у виробничо-господарській сфері, в особистому житті, в професійній діяльності тощо. Дослідниця зазначає: «Синхронізація діяльності, закріплена в народних моральних алгоритмах - «так, як у людей», «не гірше, ніж у людей», «як люди, так і я» - можливо, визначила і створення безлічі загонів добровільних помічників правоохоронних органів» [3, с.153].

Не відігравав значну роль в становленні особистості правоохоронця їх розподіл за соціально-економічними параметрами такими як національність, соціальне походження та освітній рівень. Не враховувався при професійному відборі психологічний відбір, наявність якого допомогла б визначити придатність чи непридатність кандидата до служби в правоохоронній системі. Необхідною умовою для успішного та ефективного виконання своїх професійних обов'язків є достатній освітній рівень правоохоронця. Але представники тогочасної правоохоронної системи були неосвідченими та необізнаними, що призводило до того, що виконувана ними робота не відображала основних завдань, які були на них покладені.

На психологічному та особистісному рівнях до затримки у розвитку та становленні особистості правоохоронця призводили нерозвиненість освітньої та культурно-освітньої системи, нестійкість культурних традицій і відсутність системи підготовки кваліфікованих кадрів для всіх галузей діяльності. Дані оставини пояснювалися надзвичайною складністю в організації, фінансуванні, відсутністю кваліфікованих кадрів та матеріально-технічної неспроможності.

До того ж багаторічна соціально-економічна, культурна та психологічна демодернізація суспільства в умовах Першої світової війни та Української революції викликала глибоку кризу у всіх сферах життєдіяльності країни та негативно відобразилося на психологічному розвитку особистості. Значна кількість дослідників, вивчаючи роль «людського фактора» у війні, вказують на діяльнісний аспект розвитку особистості, який був покликаний задовольняти індивідуальні потреби людини.

О. Сенявська говорить, що «стан «зведеного курка», що неминуче позначився на всіх сферах суспільного життя, але найбільш сильно

відбився в народній свідомості, наклавши відбиток на долю кількох поколінь. Так психологія всього суспільства поступово перетворювалася в психологію комбатанта - як реального, так і потенційного» [4, с.2-3].

Питання формування нової нормативної бази постало ще у добу Української революції. Необхідно було структурувати правове поле та створити якісь політичні і юридичні універсалиї, які б регламентували роботу правоохоронця. Відсутність правових знань та професійна некомпетентність особового складу міліції спонукала до впровадження в період підготовки систематичного вивчення значного блоку юридичних дисциплін. Дану обставину можна аргументувати тим, що в 1920-ті роки звертали увагу на бойові та особисті якості людини, але цього вже було недостатньо, тому правова освіта міліціонера була нагальною.

Даний віковий період ознаменувався «переломним» в житті тогочасного населення, яке в свою чергу і сформувало особовий склад міліції. В повсякденному житті більшості населення активізувалися риси нового укладу, змінювалася свідомість людей, формувалися нові світоглядні орієнтації. Зміна зовнішніх умов, продиктована широким комплексом економічних, соціально-політичних, психологічних факторів, зумовила зміни і внутрішніх умов, які допомагали населенню освоювати нові механізми соціалізації.

Кадри міліції переважно були сформовані зі звичайних селян та робітників, рівень інтелектуального, освітнього, культурного, емоційного та психічного розвитку яких був недостатнім для виконання ними професійних обов'язків як представників правоохоронної системи, тому з часом відбулися кадрові чистки серед лав тогочасних працівників міліції, професійна компетентність яких викликала великі сумніви.

Досліджуючи питання підготовки радянських міліціонерів 1920 р.р., С. Токарева, вказує на те, що «у 1921 р, коли склалися сприятливі об'єктивні умови і зникли численні фронти, було покладено початок систематичного навчання. Забезпечення безпеки громадян тепер зводилося не лише до відкритої протидії злочинності, необхідно було приймати і превентивні заходи. Для цього була потрібна серйозна професійна підготовка. Першим завданням стала ліквідація загальної та політичної неграмотності, вивчення міліцейської служби і військова підготовка. Але на початку 1920-х років навчання міліціонерів на

місцях носило «випадковий» і тимчасовий характер. Вимоги до міліції, в зв'язку з розвитком законодавства та покладанням на неї нових обов'язків, ставили перед місцевими органами завдання підняття кваліфікацію працівників» [5, с.199-200].

Комплектація правоохоронних органів відбувалася на класовій основі, що призвело до надання переваг соціальному походженню перед професійними якостями. Загальний низький освітній рівень та фактична відсутність правової культури не сприяли психологічному розвитку особистості.

Отже, відсутність кваліфікованої підготовки правоохоронців не формуло у даного соціального прошарку правового розвитку та ціннісного відношення до права. Наявність правового нігілізму у представників влади того часу, не сприяло зміцненню авторитету правоохоронців у суспільстві та не викликало довіру серед населення. У зв'язку з тим, що ухил при відборі працівників правоохоронної системи робився на особистісні та фізичні якості правоохоронців, тому дана обставина не дозволяла сформувати позитивного іміджу до силових структур, що і позначилося на ефективності виконуваної ними роботи. Негативним явищем в становленні особистості правоохоронця було відсутність його психологічного супроводу в період відбору та під час професійної діяльності, що спровокувало значні кадрові чистки особового складу міліціонерів. Наслідки війн та трансформацій в суспільстві також негативно позначилися на психологічному становленні особистості майбутнього працівника міліції та спровокували певну затримку його психологічного розвитку, що унеможливило набуття ним необхідних професійних якостей для даної професійної групи.

Література

1. Центральний державний архів виконавчих органів влади і управління України (ЦДАВО України). Ф. 6. Оп. 2. Спр. 119. Арк. 39.
2. Михайленко П, Довбня В. Робітничо-селянська міліція УСРР у 1919–1922 роках: утворення, розвиток та правові засади діяльності // Іменем Закону. 2007. № 24 (5566). С. 24.
3. Хмеленок Е.А. Образ стража порядка в сознании белорусского народа: историческая ретроспектива // Менталитет славян и интеграционные процессы: история, современность, перспективы:

материалы X Международной научной конференции, Гомель, 25-26 мая 2017 г. / М-во образования Республики Беларусь [и др.]; под общ. ред. В.В. Кириенко. Гомель: ГГТУ им. П.О. Сухого. 2017. С. 153 – 155.

4. Сенявская Е.С. Психология войны в XX веке: исторический опыт России // М.: РОССПЭН. 1999. 347 с.

5. Токарева С.Н. Общеюридическая подготовка советских милиционеров в 1920-е годы // Вестник ВИ МВД России. 2013. №3. С.199-202.

Доріченко В. А., м.Київ

ОСОБЛИВОСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЇ ВІЙНИ

Час - один з важливих, але вкрай мало використовуваних резервів психічної організації особистості, її самореалізації в соціумі. У складних соціальних колізіях проблема «людина і час» актуалізується. У ситуації нестабільності людина по-іншому переживає час власного життя, переосмислює минуле, сьогодення і майбутнє.

Нашим завданням було дослідити, які смислові настанови обирають офіцери, що їдуть в зону АТО, адже, з одного боку, є ситуація невизначеності і небезпеки, а з іншого – має місце сприйняття даного часового проміжку як ситуації війни.

Досить часто для збереження психічного здоров'я людина має перевизначати цілі свого життя, змістовно наповнити часову перспективу майбутнього, особливо в ситуації невизначеності і небезпеки.

Сутність людини не може бути розкрита повністю, виходячи тільки з минулого і сьогодення, в ній є устремління та потенції, що потребують свого прояву та актуалізації. Ці устремління грають роль детермінуючого фактору, що змушує людину вибирати певну лінію поведінки на відносно тривалий термін. У такому випадку людина визначає свої життєві плани і цілі, як стратегію життя. Досить часто лише складні або екстремальні ситуації актуалізують ті або інші смисли особистості.

Матеріалом для дослідження стала робота психологом на курсах

підготовки офіцерів цивільно-військового співробітництва, яке має три основні функції: допомога місцевому населенню, організація взаємодії з місцевою владою, волонтерами, міжнародними організаціями та допомога підрозділам Збройних сил.

Нами було проведено дослідження мотивів, якими керуються військовослужбовці у прийнятті даного рішення.

Емпіричну вибірку склали 30 офіцерів цивільно-військового співробітництва віком 30-45 років. Серед учасників було 5 жінок і 25 чоловіків.

Табл.1.

Результати анкетування «З якою метою я їду в зону проведення антитерористичної операції?» (n - 30)

№	Основні мотиви	(у %)
1	Бути корисним (допомога мирному населенню, зробити внесок, довести важливість жінки на війні, допомогти тим, хто на передовій)	30
2	Відчуття обов'язку (виконати обов'язок, щоб не було соромно перед онуками, робота в «200»)	22
3	Захист Батьківщини, сім'ї («ненавиджу тих, хто прийшов зруйнувати те, що я люблю»)	16
4	Перевірити себе (особиста планка, побачити себе в стресовій ситуації, переоцінка цінностей)	14
5	Дізнатись «що це» (покращення знань про лінію розмежування, побачити самому, отримати досвід)	12
6	Отримати статус (просування по службі)	6

Найвиразніший мотив – бути корисним – є, на нашу думку, досить цінним як для військовослужбовця вцілому, так і для миротворця зокрема. Так само як і відчуття обов'язку та необхідності захисту своєї сім'ї і Батьківщини. Це класичні мотиви, на яких тримається військова служба і їх декларування, на нашу думку, є досить позитивною тенденцією. Сутність не стільки у щирості чи нещирості визнання традиційних цінностей, скільки у самому факті їх наявності: важливо,

що вони є, і офіцери певним чином пояснюють собі і оточуючим свої дії і вчинки. Це сприяє осмисленості їх перебування у зоні проведення антитерористичної операції, усвідомленню своєї місії, а отже, здатності протистояти різним негативним впливам і чітко бачити свою мету.

На нашу думку, це є важливим аспектом заповнення інформаційного, ціннісного та особистісного вакууму, який досить часто має місце як наслідок ситуації збройного конфлікту.

Важливим для нас є притаманний одній шостій досліджуваних інтерес до власних психологічних ресурсів. Пізнання своїх внутрішніх резервів, самодослідження вказує на досить високий рівень рефлексії, бажання здійснити деяке саморозкриття по відношенню до самого себе – що я можу дізнатись про самого себе в екстремальній ситуації. Це, на нашу думку, позитивна тенденція, яка сприяє психічному здоров'ю. Адже саме таку позицію зайняв відомий психотерапевт В.Франкл, перебуваючи в концтаборі, що й допомогло йому вижити. З другого боку, така тенденція вказує на поширення певної психологічної культури в середовищі військовослужбовців, поваги до власних внутрішніх помилок або досягнень, і як наслідок – до власного внутрішнього світу та до внутрішніх переживань іншого.

Численні лекції, бесіди та тренінги по підготовці офіцерів до взаємодії з мирним населенням виявили дефіцит відкритого і щирого спілкування офіцерів в колі однодумців, коли можна поділитись думками, відчуттями та спогадами. Багато офіцерів відкривали для себе цінність невимушеної бесіди та ефект полегшення і довіри, які вона давала. Адже в складних ситуаціях важливо ділитись смислами і цінностями, оскільки це згуртовує, об'єднує і знімає бар'єри у спілкуванні та найкращим чином сприяє збереженню психічного здоров'я військовослужбовців.

Таким чином, можна зробити висновок, що метою психологічної підготовки офіцерів до взаємодії з мирним населенням має бути чітке усвідомлення своєї місії, наявність визначеного особистого мотиву та спрямованість на розвиток відкритої, прямої і чесної комунікації. Така позиція може сприяти збереженню психічного здоров'я та бути ефективною при виконанні поставлених завдань в зоні проведення миротворчих операцій.

ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ В ИЗМЕНЕННОМ СОСТОЯНИИ СОЗНАНИЯ

Феномен изменения времени в состоянии транса известен давно. И он может оказывать позитивное влияние на деятельность человека, ускоряя или замедляя его течение, что иногда приводит к другим состояниям, которые могут быть полезными в разных сферах деятельности.

Сеченов, Лурия и Элькин в своих экспериментах выявили, что на восприятие временных промежутков влияют особенности органов чувств (слуха, зрения, тактильных и интероцептивных анализаторов) [2. С 187]. Эмоциональное состояние, сенсорная депривация, протекание психических процессов, так же изменяют восприятие времени.

Развитие гипнотического состояния в преобладающем большинстве случаев (в 88 %) ведет к изменению субъективного восприятия времени и лишь в незначительном числе случаев (в 12 %) восприятие времени остается неизменным [5. С 113].

На разных уровнях транса по-разному воспринимается течение времени. Различают три уровня транса: легкий, средний и глубокий.

Индикатором глубокого уровня транса можно считать буквальность восприятия. Если попросить испытуемого посмотреть на полтора метра вправо и описать, что там находится, то взгляд гипнотизируемого будет обращен именно на полтора метра вправо и описано то, что там находится [1. С 78].

Подобный феномен применим и к восприятию времени. Ощущая замедление или ускорение времени, или находясь вне времени и пространства, но, услышав, что через определенный промежуток времени нужно будет просыпаться, гипнотизируемый вернется в состоянии бодрствования ровно через названный интервал времени.

В связи с тем, что в измененном состоянии сознания, органы чувств, о которых говорилось выше, начинают иначе воспринимать окружающий мир, меняется и ощущение времени.

Мишель Сифр, проводя исследования в глубокой пещере подземного ледника, в том числе, исследовал особенности течения времени. По окончании исследования его субъективная оценка времени пребывания

в пещере составляла месяц, хотя на самом деле, он там находился два месяца. Несколько последующих исследований особенностей переживания времени глубоко под землей, имеют те же результаты [4. С 84].

Панов исследовал спонтанное, не внушённое изменение восприятия времени в аутогенном состоянии при гипертонической болезни. Он показал, что в 50% случаев, оценка времени у испытуемых тяготела к замедлению. В результате эксперимента, давление у испытуемых нормализовалось, что автор связывает с замедленным восприятием времени, которое и поменяло, по его мнению, состояние организма [3. С 244].

Л.П. Гримак в эксперименте с высокогипнабельными испытуемыми, проводил постгипнотическое внушение ускорения течения времени в 5 раз у одной группы, и замедления - у другой группы с последующей оценкой психического и физиологического состояния [2. С 240]. Постгипнотические внушения успешно реализовались. Было показано, что переживание измененного хода времени приводит к значительным сдвигам в субъективном состоянии испытуемых, а также соответствующим образом нарушает их ориентировку во времени.

Таким образом, проведенные исследования указывают на возможность использования гипнотических феноменов, изменяющих состояние субъектов, для моделирования новых моделей поведения, а так же, для улучшения физического самочувствия и эмоциональных реакций.

Субъективное восприятие времени влияет на психофизиологическую систему человека. Один процесс запускает другие процессы, которые меняют функциональное состояние организма. Замедленное время – дает спокойствие и уверенность в своих силах. Нехватка времени, высокий темп - вызывают нервозность, спешку и значительно худшие результаты в деятельности.

Изменение психофизиологического состояния прослеживается даже в случае с гипертонией. Метод Панова показывает улучшение самочувствия в 50% случаев, что является успешным результатом, учитывая спонтанность исследования.

Поиск методов управления восприятием временных промежутков предоставляет большой научный интерес и открытия в этой сфере могут быть весьма полезными в деятельности человека.

Литература

1. Бендлер Р., Гриндер Д., Гипнопаттерны Милтона Эриксона / Р. Бендлер, Д. Гриндер // Издательство “Флинта”, 2000 г. С 78.
2. Гримак Л. П. Моделирование состояний человека в гипнозе. / Л. П. Гримак // Книжный дом «ЛИБРОКОМ», 1978 г. С 187, с 270.
3. Панов А. Г. Теория и практика аутогенной тренировки / А. Г. Панов // «Медицина», 1980. С 244.
4. Сифр М. В безднах земли / М. Сифр // «Прогресс», 1982 г. С 84.
5. Тукаев Р.Д. Гипноз. Механизмы и методы клинической гипнотерапии. / Р. Д. Тукаев // Медицинское информационное агентство Москва. 2006 г. С 113.

Иоанно Елена Всеволодовна, г.Одесса

ХРОНОТИПЫ ЧЕЛОВЕКА И ИХ ИЗМЕНЕНИЕ НА ПРОТЯЖЕНИИ ЖИЗНИ

Все мы замечали, как изменяется наша активность в течение дня. Мы то готовы «горы свернуть», у нас полно энергии и энтузиазма, то чувствуем полный упадок сил, когда малейшее действие кажется нам титаническим трудом. Но, часто ли мы задумываемся, почему все так происходит? А всему «виной» наши суточные биоритмы, живые часы нашего организма, которые напрямую влияют на наш уровень активности.

Важнейшим суточным ритмом человека является чередование сна и бодрствования. В зависимости от преимущественной активности человека в утренние, дневные или вечерние часы выделяют три хронотипа, условно названные соответственно «жаворонки», «совы» и «голуби».

Хронотипы людей исследуют с помощью тестов. Самый известный на сегодняшний день — тест Остберга, он позволяет определять время сна и бодрствования, психологически удобное для человека. Согласно результатам, полученным с помощью теста Хорна — Остберга, примерно по 20 % людей относятся к «жаворонкам» и «совам», остальные 60 % — «голуби».

«Жаворонок» - человек, который склонен просыпаться рано утром и ложится спать, как правило, до полуночи. Именно утром, с раннего подъема до полудня, у жаворонков лучшего всего работает голова, больше всего бодрости и энергии. Кроме того, «жаворонки», как правило, имеют несколько лучшие показатели общего здоровья. В то же время хронотип «жаворонков» хуже других переносит временные изменения ритма жизни и дольше приспосабливается к длительным изменениям. Одна-две бессонные ночи могут на несколько дней выбить из колеи, а переезд в другой часовой пояс может потребовать длительной адаптации. «Жаворонки» неконфликтны, зачастую не уверены в себе, предпочитают спокойную обстановку и часто замкнуты. «Совы» - самостоятельно пробуждаются поздно, не ранее чем за 2-3 часа до полудня, пики активности приходятся на вечернее-ночное время, ложатся спать поздно, нередко после полуночи. При постоянной дневной работе испытывают трудности: им приходится по утрам прибегать к тонизирующим средствам, и всё равно в первой половине дня они не могут по-настоящему активно работать. В то же время они гораздо легче переносят кратковременные изменения в ритме жизни и лучше приспосабливаются к работе по сменам. Кроме того, замечено, что в зрелом возрасте «совы» сохраняют лучшее здоровье и в целом психологически устойчивее «жаворонков». «Голуби» (аритмики) – те, кто способен безболезненно приспосабливаться к любому режиму, они на удивление легко приспосабливаются к различным условиям могут быть как «совами», так и «жаворонками». «Голуби» способны просыпаться хоть на заре, хоть после обеда и полноценно работать в любое время суток. Однако, они более чем «жаворонки» и «совы» склонны к психологическим проблемам и депрессивным состояниям.. Самыми изученными показателями, которые влияют на биологические часы человека, являются ритм температуры тела и ритм секреции мелатонина - гормона сна. Мелатонин вырабатывается в темноте. У жаворонков падение температуры и начало секреции мелатонина приходятся примерно на 8–9 вечера, а у сов — на 10–11. Это и есть процессы, которые готовят организм ко сну. Рассмотрим, как меняются на протяжении жизни человека его биоритмы и хронотип. Как правило, ребенок до 6-8 недель не чувствует различия между днем и ночью, у него еще не вырабатывается достаточное

количество мелатонина. И лишь в возрасте 12-16 недель он начинает производиться в количествах, достаточных для правильной настройки режима сна в биологических часах ребенка. У детей от 3-4 месяцев и до 5 лет, необходимая концентрация гормона, как правило, накапливается уже к 19-20:30 и большинство детей захотят спать в это время. Очень важно правильно «настроить» биологические часы ребенка еще в младенчестве, т.к. современный мир живёт в режиме бодрствования «жаворонков» — раннее пробуждение, работа в течение светового дня. Кроме того, «жаворонки», как правило, имеют несколько лучшие показатели общего здоровья.

Большинство детей, обычно, «жаворонки». С взрослением они все больше становятся «совами», достигая максимума, примерно, к 20 годам. Почему же так происходит? Здесь несколько причин. Иногда это биологическое устройство человека. Природа всегда рядом с “нормой” запускает как бы “на пробу” нечто отклоняющееся от нормы. Такой ребенок - сова уже с первых месяцев жизни, днем крепко спит, к ночи просыпается... Таких сов, биологических по своей природе, крайне мало, 2-3 человека на тысячу. Чаще совами становятся (привыкают к ночному образу жизни) вполне бодрые, увлеченные делами и жизнью (чаще молодые) люди, которым не хватает дня все сделать, со всеми встретиться, все увидеть и все попробовать. Не успевая это днем, они продолжают это вечером и позже, а когда это компания таких же увлеченных, как и они, где один подзаряжает другого, то вообще не до сна. Ложатся раз за разом поздно, утром их никто не будит, вот потихоньку организм и перестраивается. Это уже привычка, которую трудно устранить. Попытку смены биоритма можно ощутить на себе при дальнем перелете со сменой часовых поясов. Трудно приходится первое время, пока организм адаптируется.

Чем старше становится человек, тем более ранним становится его хронотип.

Это происходит это по двум причинам. Во-первых, сам момент снижения температуры и активной секреции мелатонина с возрастом наступает всё раньше — т.е., те процессы, которые готовят организм ко сну. Во-вторых, сокращается период между этими «подготовительными операциями» и собственно засыпанием. В сумме это приводит к тому, что с каждым годом человека начинает клонить в сон всё в более

раннее время. Кстати, при этом емкость, то есть физиологическая продолжительность, сна тоже имеет склонность сокращаться. В итоге пожилой человек часто просыпается очень рано, в том числе относительно собственных ритмов.

Таким образом, мы видим, что биоритмы, а соответственно и хронотип зависит от внутренних биологических изменений, предпочтений, образа жизни человека и т.д. и постепенно меняется на протяжении всей его жизни.

Клименко Ю.О., м.Полтава

РЕГУЛЯТИВНА ФУНКЦІЯ ЧАСУ В ЖИТТЄОРГАНІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ

Успішність людини в житті, її психологічний добробут у більшості випадків залежать від того, як вона зорганізовує своє життя, чи вміє керувати власним часом, використовувати його для саморозвитку, самовдосконалення. Час є важливим фактором орієнтації людини в світі, її самореалізації в соціумі, ефективного функціонування в життєвому просторі. У становленні та розвитку особистості часовий фактор є невід'ємним елементом; є одним із проявів регуляційних можливостей людини протягом усього онтогенезу. Водночас для особистості час є мірою інтенсивності її діяльності: будь-яка сфера життя чи діяльності існує в межах часового фактору, який виявляється в плануванні та структуруванні життєвих цілей, планів. Уміння планувати, зорганізовувати час можна вважати однією з умов не просто адаптації, а й оптимізації часового існування людини [1; 2; 4; 5; 6; 7].

Особливості проживання часу людиною полягають у сприйнятті його як повільного чи швидкоплинного, плавного чи стрибкоподібного, стисненого чи розтягнутого. Ставлення до часу визначає певну самоактуалізацію в ньому, яка доповнюється часовою спрямованістю індивіда. Час є одним із факторів формування індивідуального стилю діяльності, системотворчим чинником функціональної структури діяльності, який відіграє регуляторну та інтегративну функції в її організації та ефективному функціонуванні.

Ставлення до часу відіграє важливу роль при виборі людиною стратегій

життя та поведінки, визначає її психічну рівновагу та діяльнісну активність. Чим більш розвинені часові здібності, що проявляються в ефективних часових стратегіях, тим вищий рівень розвитку особистості [1; 2].

Розглядаючи час як системотворчий фактор цілісного психічного складу особистості, який представлений у динаміці всіх її підструктур та компонентів, у регуляції самосвідомості, науковці вважають що, часовий фактор є основним компонентом розвитку особистості в онтогенезі [1; 2; 4; 7].

Об'єктивне розкриття закономірностей розвитку психіки людини і розуміння особливостей організації її поведінки та діяльності має важливе значення в процесі її виховання. Зокрема, велику роль у багатьох випадках нашого повсякденного життя відіграє пізнання сутності суб'єктивного сприйняття та відображення часу. Слідом за О.В.Полуніним [6] ми розглядаємо його як форму психічної адаптації, як один із потужних засобів структурування людського життя, припускаючи, що сприйняття часу особистістю відіграє роль своєрідного показника її вміння вибудовувати адекватні взаємини у суспільстві, регулювати власну поведінку.

Значна кількість науковців [1; 2; 4; 5 та ін.] єдина в міркуванні, що однією з функцій суб'єктивного часу є регулятивна, яка забезпечує більш «... адекватне визначення особистістю своїх можливостей...», внаслідок чого «... особистість здійснює вибір адекватного (зовнішнім і внутрішнім запитам) способу діяльності (в спілкуванні, в способі життя)» [1]. Це твердження К.О.Абульханової та споріднені йому думки інших дослідників слугують підставою для пошуку корелятивних зв'язків між проблемою сприйняття часу та поведінковими проблемами, зокрема, агресивними проявами.

Концепція хронотопічної та соціально-психологічної детермінації розвитку особистості в онтогенезі розглядається нами як методологічна засада поєднання проблем вивчення специфіки сприйняття часу підлітками та особливостей їхньої агресивної поведінки. Значущою психолого-педагогічною проблемою є з'ясування можливості розвитку системи якостей, пов'язаних із адекватним сприйняттям часу та часовою самоорганізацією. Аналіз наукових підходів демонструє однакостайність дослідників щодо думки, що ці якості не є стабільними і

можуть піддаватися корекції під впливом певних умов [2; 3].

При дослідженні регулятивної функції часового фактора, з нашого погляду, особливий інтерес становить специфіка сприйняття часу такою соціальною категорією, як підлітки, що мають очевидні поведінкові порушення, зокрема, для яких характерні різноманітні прояви агресивної поведінки.

Припущення про регулятивну властивість адекватного часового сприйняття підтверджується його науково доведеними зв'язками з процесами гальмування та збудження, що мають безпосереднє відношення до агресивної поведінки, виступають її біопсихічним підґрунтям. Так, у дослідженні С.Г.Геллерштейна [3] та ін. зазначено, що певна схильність до рівномірності психічних процесів та рухів є запорукою у точності оцінювання часових інтервалів. Прискорення суб'єктивного часу стосовно об'єктивного пов'язане з домінуванням процесів збудження, а відносно уповільнення суб'єктивного часу – з домінуванням гальмівних процесів.

Отже, можна припустити, що індивідуальні відхилення у швидкості процесів гальмування, що можуть зумовлювати специфіку агресивної поведінки, водночас спричиняють деяку часову дезорієнтацію, яка може призводити до неадекватної поведінки з точки зору її організації в часі. Якщо ж шляхом психолого-педагогічного впливу на особистість ми коригуємо індивідуальне часове сприйняття, ймовірно, що цей вплив повинен водночас сприяти стабілізації психоемоційного стану і, як наслідок, зниженню інтенсивності агресивних проявів.

Тісний взаємозв'язок часового сприйняття з психічними проявами, відзначений у дослідженнях, дає підстави міркувати про його можливості щодо регуляторного впливу на психіку. Зокрема це стосується проблеми регулювання надмірної агресивності у підлітків.

Аналіз теоретичних викладок дає змогу припустити, що існує об'єктивний взаємозв'язок між агресивністю як своєрідним емоційним проявом особистості та сприйняттям часу як одним із способів її адаптації у соціумі: адже, з погляду К.О.Абульханової [1], організація часу – це оптимальне співвіднесення різних етапів, періодів життя, встановлення оптимальної для особистості послідовності життєвих подій; це одна з умов розвитку особистості, реалізації її завдань.

У дослідженні О.В.Полуніна [6] також зазначено, що час є формою

психічної адаптації, яка полягає у співвіднесенні внутрішньої та зовнішньої змінностей психіки і являє собою базисний елемент (метафізичну складову) концептуальної системи, на якій будується сприйняття світу і, як наслідок, регулюється поведінка. Таким чином, зі сприйняттям часу тісно пов'язані поведінкові прояви, що виступають критеріями сформованості загальної адаптованості особистості в об'єктивно і суб'єктивно детермінованому середовищі життя. Можна припустити, що вплив агресивності на сприйняття часу відображає біопсихічний аспект цього взаємозв'язку, а вплив сприйняття часу на агресивність – його соціально-психологічний аспект.

Таким чином, характерною рисою підліткової агресивності можемо вважати її зумовленість чинниками, що впливають з недостатності регулятивного досвіду, зокрема, в контексті часової самоорганізації.

Наявність взаємозв'язку визначає ймовірність коригування агресивності через підвищення рівня сформованості загальної адаптованості особистості, причому вищою мірою цієї сформованості ми розглядаємо компетентність. У психолого-педагогічній літературі поняття «компетентність» визначається як спроможність кваліфіковано діяти у певних умовах, виконувати завдання або роботу; компетентність розглядається як особистісна якість, яка базується на знаннях, досвіді, здібностях і проявляється в готовності особистості до виконання певної діяльності. Таким чином, поняття «компетентність» пов'язане з діяльністю, здібністю особистості виконувати певні дії, в основі яких лежать необхідні знання, вміння та навички, що в свою чергу, може забезпечувати більш високу емоційну стабільність.

Система перелічених характеристик відображає провідну функцію часової компетентності – регулювання своєї діяльності та поведінки в часовому контексті. Це є особливо актуальним для учнів підліткового віку в яких нездатність до відповідного регулювання є вагомим чинником зростання агресивності, що є небезпечно з багатьох точок зору (соціальної, медичної, юридичної та ін.).

Під часовою компетентністю ми розуміємо інтегровану якість особистості, що включає спеціальні знання, вміння і навички, поєднанні відповідною спрямованістю, яка дозволяє здійснювати процес часової регуляції і одержувати продуктивні результати.

На основі результатів нашого експериментального дослідження

було встановлено, що здібність до часової організації та планування діяльності підлітків пов'язана з помірним рівнем агресивної поведінки та точністю сприйняття інтервалів часу. Припускаємо, що вказаний зв'язок ґрунтується на ідентичності механізмів, які активізуються у процесі організації людиною своєї життєдіяльності, у процесі сприйняття часу, при формуванні проявів агресивності.

Литература

1. Абульханова К.А. Время личности и время жизни / К.А.Абульханова, Т.Н.Березина. – СПб.: Алетейя, 2001. – 304 с.
2. Болотова А.К. Психология организации времени: учеб. пособ. для студ. вузов / А.К.Болотова. – М.: Аспект Пресс. – 2006. – 254 с.
3. Геллерштейн С.Г. «Чувство времени» и скорость двигательной реакции / С.Г.Геллерштейн. – М.: Медгиз, 1958. – 148 с.
4. Головаха Е.И. Психологическое время личности / Е.И.Головаха, А.А.Кроник. – К.: Наук. думка, 1984. – 207 с.
5. Григоровская Н.Ю. Особенности осознаваемого и неосознаваемого компонентов личностной организации времени: дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Григоровская Наталья Юрьевна. – М., 1999. – 167 с.
6. Полунін О.В. Переживання людиною плину часу: експериментальне дослідження: монографія / О.В.Полунін. – К.: Гнозис, 2011. – 360 с.
7. Wittmann M. Felt Time. The Science of How We Experience Time / M. Wittmann. – London: The MIT Press, 2017. – 167 p.

Ковтун Елена, г.Одесса

ВРЕМЯ КАК ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫЙ СИНТЕЗ

“Способность поверхности воды колебаться
связана или не связана с водой?”

Нимбарка (XI век)

Несмотря на долгую историю изучения категории времени и множества подходов в психологии, затрагивающих вопросы его восприятия, мы

считаем любопытным обратиться к работам родоначальника немецкой классической философии и представить его уникальный взгляд на этот предмет.

По вопросу о сущности времени, у Иммануила Канта был свой оригинальный взгляд, отличный от концепций Ньютона и Лейбница, которые признавали реальность времени в качестве условия существования всех объектов и вещей. В отличие от своих предшественников, он заявляет о неправомерности сведения философской категории времени к естественнонаучным направлениям. С точки зрения Канта, "...время следует считать действительным", но "не как объект, а как способ представлять меня самого как объект" [4, с. 140].

Проблему времени Кант рассматривал в тесной связи с сознанием. Он указывал, что именно через термин и понятие времени, необходимо фиксировать способы деятельности познающего сознания.

Для понимания разработанной им теории "субъективного времени", требуется уточнить, что, по мнению Канта, нельзя ограничивать понимание процесса познания исключительно воспроизведением предметов как таковых. Философ подчеркивает, что познание предметов есть деятельность и она протекает последовательно, т.к. уже "...при проведении прямой линии мы ...последовательно определяем внутренне чувство..." [4, с. 206]. По мнению Канта, последовательность деятельности познания, мышления и восприятия предметов не исключает, а предполагает сохранение предыдущих частей, результатов или элементов деятельности – поэтому эта деятельность определяется как синтез.

Способ деятельности сознания, состоящий в последовательном синтезировании предмета, и был назван Кантом временем. Время есть сама эта осуществляемая через деятельность сознания последовательность "схватывания", в терминологии Канта, или конструирование предмета. Поэтому "...время мы можем мыслить не иначе, как обращая внимание при проведении прямой линии... исключительно на действие синтеза многообразного, при помощи которого мы последовательно определяем внутреннее чувство и тем самым имея в виду последовательность этого определения" [там же].

В этом суждении Канта не только отмечается связь представлений

о времени и разнородной информации (посредством понятия о многообразии), но и привлекается внимание к проблемам синтеза. Но реляционный синтез предполагает высокую способность ума, поэтому Кант связывает представление о времени с представлением о деятельности и активности сознания. Сознание “знает” время постольку, поскольку оно мыслит линию и конструирует предмет как явление. Для бездействующего сознания не может быть времени как своеобразной характеристики его самого.

Время Кант определяет, как форму внутреннего чувства, в противоположность пространству, как форме только внешнего чувства. “Время не может быть определением внешних явлений: оно не принадлежит ни к внешнему виду, ни к положению...” [4, с. 138]. Так как познать что-то вне нас самих мы можем только через собственное сознание, то время окажется “...условием всех явлений вообще” [там же]. Таким образом, способ синтезирующей активности сознания зависит от субъекта: “...я произвожу само время в схватывании созерцания”, – говорит Кант [4, с. 224].

Вне отношения к сознанию, к субъективной деятельности познания, с точки зрения Канта, нет и не может быть времени самого по себе. Время в собственном смысле – это в первую очередь, нечто зависимое и производное от деятельности синтеза в познании. Время – это определение или даже название некоторых особых методов и способов субъективной синтезирующей деятельности познания предмета.

Поскольку последовательность синтезирования производит, по Канту, наглядное представление о предмете (линия, круг и т. д.), то время, как метод последовательного синтеза, можно назвать необходимым и всеобщим способом, формой наглядного представления и созерцания предмета в сознании. Наглядность представления, созерцание, отождествляется Кантом с чувственностью, именно поэтому время, с точки зрения Канта, есть форма чувственности. Следует помнить, что время – не предмет созерцания и даже вообще не знание, что Кант специально оговаривает.

Он определяет время, как единое представление, объемлющее, соединяющее собой многообразное конкретное содержание сознания. Это единство зависит от синтезирующей деятельности сознания, сохраняющего, воспроизводящего и объединяющего моменты времени

в синтезе цельного и единого представления предмета.

Этот подход весьма гармонично сочетается со словами А.А. Меграбяна о том, что в нарушениях переживания времени огромную роль играет степень полноты и богатства предметного содержания сознания личности [3]. И потому, определение времени Канта, кажется нам весьма интересным при изучении широкого спектра явлений искажения восприятия времени в связи с феноменом расщепления. Такие искажения могут иметь место при диссоциации, синдроме психического отчуждения. Так же, это может быть, потеря чувства времени при диссоциативном расстройстве идентичности, отсутствие ощущения времени при шизофрении и др.

Термин “диссоциация” был предложен в конце XIX века П. Жане. Он в ходе наблюдений выяснил, что комплекс идей может отщепляться от основной личности и существовать независимо, и как бы, вне сознания, по причине того, что они недостаточно сильны для сохранения общей связи.

Эта концепция была заменена динамической концепцией «вытеснения» Фрейда - активного выталкивания в бессознательное воспоминаний или импульсов, которые неприемлемы для сознательного эго. Винникотт рассматривает «диссоциацию» как нечто такое в конституции пациента, о чем он сам не знает; это находится вне диапазона опыта эго, сознательного или бессознательного. М. Кляйн объясняла процесс расщепления естественной защитой, в основе своей имеющей отклонение инстинкта смерти. Под давлением этой угрозы, недостаточно слитное эго имеет тенденцию к распаду на части, что, по её мнению, лежит в основании состояний дезинтеграции шизофреников. Она предполагала, что поскольку, раннее эго расщепляет объект и свое отношение к нему, расщеплению подвергается и само эго [5].

Диссоциация, то есть расщепление объекта и импульсов, ведет к тому, что мы перестаем получать биологические сообщения от нашего организма/бессознательного, теряем способность к интуиции и прочувствованному восприятию себя и мира.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что если мы определяем расщепление как неспособность одновременно синтезировать все актуальные элементы психики, то именно оно является препятствием к последовательному синтезу, то есть, адекватному ощущению времени,

согласно концепции И. Канта и проживанию его без искажений.

Литература

1. Гантрип Гарри. Шизоидные явления, объектные отношения и самость. - М. : Институт общегуманитарных исследований, 2016.
2. Демина Н.И. Проблема времени в философии И. Канта // Историко-философский сборник. Материалы теоретической конференции аспирантов МГУ. М., 1972.
3. Иванов М. В. Пространственные представления при нормативном и нарушенном развитии. Известия Пензенского гос. Пед. университета им. В.Г. Белинского. Гуманитарные науки. 2012. № 28. С. 1245-1248.
4. Кант И. Сочинения в 6-ти томах. Т. 3. М., 1964.
5. Кляйн М., Айзекс С. и др. Развитие в психоанализе М.: Академический проект, 2001 г. - 512 с.

Колесникова Н.В., г.Одесса

ЕДИНИЦА ВРЕМЕНИ ИНДИВИДА, КАК ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЙ ПАРАМЕТР ПСИХИКИ В РАБОТАХ Б.И. ЦУКАНОВА

Как часто мы слышим выражения «мне не хватило времени», «я опять опаздываю», «уже поздно», «я успел» и т.д. Человек в любой своей деятельности опирается на время. Так что такое время? Человек создает время или время человека? Какую роль играет время в нашей жизни? Эти и многие другие вопросы особенно актуальны в наши дни. В дни усиленного развития технологий, прогресса и начала качественно новой ступени в познании себя.

Существует множество разных взглядов на проблему времени в жизни человека. Одни ученые считают, что время – это лишь то, что индивидуально переживается человеком и вне человека времени не существует. Другие полагают, что время – это объективные изменения окружающего мира в которых существует человек. Исследования в данной области показали, что выделение времени, как объекта, независимого от индивида, и последующее выделение его свойств, с точки зрения физических наук – невозможно. Но, и человеческий

механизм, который преобразует время в нечто субъективное, также не был найден [1].

В любом случае, человек со своей индивидуальной психикой, тесно связан со временем. Он предстает собой целостную индивидуальную организацию субъективно преломляемого времени, биологических процессов, врожденных психических особенностей, типа темперамента и ощущения собственной хронологии.

Феномен времени подробно изучал доктор психологических наук Борис Иосифович Цуканов. Он разработал свой подход к пониманию времени: «Чтобы понять действительную природу времени, необходимо принципиально признать, что время как реальность существует в виде непосредственно переживаемой индивидом длительности. Именно благодаря этой реальности время становится объектом... для личности. То, что дано непосредственно индивиду, «объективируется» во внешний мир, и человек начинает думать, что он существует в объективном времени. На самом же деле объективность «реальности особого рода» (т.е. времени) проявляется в том, что личность субъективно отражает свойства времени, которые скрыты в реальных особенностях индивидуально переживаемой длительности» [1, с. 31].

Борис Иосифович Цуканов связывал субъективно воспринимаемое время человеком с ходом его внутренних биологических ритмов, которые определяют его отношение ко времени и восприятие времени в целом.

На основании эмпирических исследований, Б.И. Цуканов выделил три типа людей, соответсвенно переживанию ими времени: «спешащие», «точные» и «медлительные». Индивид, обладающий своей субъективной единицей времени назван «т –типом».

На основании результатов исследования установлено, что «т –тип» является врожденным субъективным свойством индивида. Следовательно, в основе специфики восприятия времени индивидом лежит типология, которая впервые была выделенна Гиппократом. А именно, преобладание одной из четырех жидкостей в организме определяет характер. Жёлтая желчь (холе, «желчь, яд») делает человека импульсивным холериком; лимфа (флегма, «мокрота») делает человека спокойным и медлительным флегматиком; кровь (сангвис, «кровь») делает человека подвижным и весёлым сангвиником; черная желчь

(мелэна холе, «чёрная желчь») делает человека грустным и боязливым меланхоликом. Четыре врожденных типа личности напрямую связаны с « τ –типом» индивида и во многом определяют его чувство времени (внутреннего «шага») и определение себя в нем.

Исходя из полученного распределения « τ –типов», Борис Иосифович Цуканов вывел границы внутреннего восприятия времени индивидом, которые относят каждого человека к своей типологической группе.

У первых - «спешащих» индивидов - временные рамки определены интервалом $0,7с \leq \tau < 1,0с$, где τ – субъективное восприятие времени индивида или его внутренний «шаг» счета времени. У вторых – «точных» индивидов - восприятие времени не отличается от объективной реальности и $\tau = 1,0с$. У третьих – «медлительных» индивидов - время выражено как $\tau > 1,0с$ [2].

Поскольку, субъективное переживание длительности времени во многом зависит от « τ –типа», установленная интервальная типология отвечает на вопрос, почему одним людям хватает времени, а другие находятся в его постоянном дефиците. Так, индивиды, относящиеся к холероидной группе и соответствующие «спешащему» типу, живут в постоянной острой нехватке времени, для них время летит очень быстро, практически мимолетно. Индивиды, относящиеся к сангвиноидной группе, также считаются «спешащим» типом, но не в той мере, что холероиды. Для них время идет быстрее чем на самом деле, им часто не хватает времени, но не так остро, как холерикам. Меланхолики не испытывают дефицит времени, так как время для них стоит на месте. Соответственно, флегматики относятся к «медлительной» группе и часто попадают в ситуацию переизбытка времени. Также выявлено, что индивиды относящиеся к «спешащим», чувствуют крайний дискомфорт в ожидании и стараются его избежать, а «медлительный» тип, наоборот, избегает спешки.

Поскольку, « τ -типы» находятся в прямой связи с типологическими группами, они, также, как и типы темперамента, имеют свою закономерность в сменяющемся потоке популяций. Эта закономерность устанавливает, что процесс воспроизведения « τ –типов» устойчив, и что не менее важно, что « τ –тип» индивида, как и тип темперамента, является врожденным качеством человека [3].

Чтобы выявить систему воспроизведения « τ –типов», Борис Иосифович

Цуканов обследовал 50 семей, имеющих одного или более ребенка. В результате исследования было обнаружено три комбинации родительских пар со стойкими направлениями воспроизводства потомков [2].

Комбинации заключались в том, что родители, принадлежащие к холероидной и сангвиноидной группам, воспроизводят детей в направлении меланхолидной и флегматоидной групп. Родители, которые принадлежат к меланхолидной и флегматоидной группам, воспроизводят детей в направлении сангвиноидной и холероидной групп. Из этих комбинаций Борис Иосифович Цуканов сделал вывод: «...Если родители занимают места в типологических группах по одну сторону оси симметрии, проходящей через точку нахождения «равновесного» индивида в сплошном спектре « τ – типов», то процесс воспроизводства потомков идет в направлении зоны свободных типологических групп»[2].

Стоит отметить, что родители занимающие противоположные относительно оси симметрии типологические группы (холероидную или флегматоидную), воспроизводят детей в зонах свободных типологических групп. На основании данных комбинаций, Б.И. Цуканов сформулировал общее правило, в котором говорится о том, что направление воспроизводства детей устанавливается в связи с расположением родителей на линии сплошного спектра « τ – типов»[2]. На примере семей, у которых более четырех детей, профессор обнаружил механизм инверсии направления воспроизводства потомков. Также, он заметил, что воспроизводство людей в пределах одного спектра типов сравнимо с колебанием маятника: «...Воспроизводство индивидов в пределах сплошного спектра « τ – типов» представляет колебательный процесс, аналогичный колебаниям маятника. Эти колебания, совершающиеся от одного крайнего состояния ($\tau = 0,7c$), до другого крайнего состояния ($\tau = 1,1c$), симметричны относительно положения равновесия ($\tau = 0,9c$), и способны обеспечить неизменное число типологических групп в сменяющемся потоке поколений человеческой популяции. Колебательный процесс воспроизводства потомков является дискретным, так как потомки в порядке рождения сдвинуты относительно друг друга на $\Delta\tau = 0,1; 0,2; 0,3; 0,4c$.» [2].

Подводя итог, еще раз стоит подчеркнуть, что каждый человек, не

зависимо от внешнего фактического времени, находится в своем субъективном времени и переживает его со своей длительностью. Индивиды делятся на три группы по особенностям восприятия времени: «спешащие», «точные» и «медлительные». Эта специфика восприятия фактического времени является имманентно присущей и зависит от врожденного типа темперамента, т.е., от хода внутренних биологических часов (от внутреннего ритма или «шага»).

Проблема времени еще во многом не изучена. Но сведения, полученные до сих пор, являются огромным шагом на пути к его осмыслению и открывают нам новые идеи для познания данного феномена.

Исследования Бориса Иосифовича Цуканова внесли колоссальный вклад в область понимания времени. Его незаменимые труды и исследования приблизили нас к пониманию таинства времени.

На основе этих знаний можно еще раз убедиться, насколько каждый человек индивидуален и своеобразен. И что к каждому нужен особенный и глубоко специфический подход.

Литература

1. Цуканов Борис Иосифович. Время в психике человека: /Монография. – Одесса: Астропринт, 2000/ – 220 с.
2. Цуканов Борис Иосифович. Собственная единица времени в психике индивида. Общая характеристика работы /Онлайн ресурс// <http://childpsy.ru/dissertations/id/20035.php>
3. Цуканов Борис Иосифович. Фактор времени и природа темперамента / 3.Х 1986 г.// С.129-136

Кононенко К.А., г.Одесса

СВЯЗЬ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ИСПОЛНЕННОСТИ С ПЕРЕЖИВАНИЕМ ВРЕМЕНИ ЛИЧНОСТЬЮ

Связь экзистенциальной исполненности с переживанием времени личностью

Время является такой же объективно существующей реальностью, как и пространство, поскольку все явления действительности существуют

не только в пространстве, но и во времени. В качестве объекта познания, время является чрезвычайно многогранной стороной окружающей реальности. Однако, попытки выделить время, как объект, и описать его свойства (течение, направление, необратимость, разделение на прошлое, настоящее и будущее) в рамках физических законов не только оказались безуспешными, но и привели представителей физических наук к выводу, что объяснение природы времени следует искать в самом познающем субъекте, в его разуме, сознании.

Время носит сквозной характер по отношению ко всем психическим процессам, оно пронизывает и связывает их. Фон Нейман [2] высказал предположение, что для решения вопроса о необратимости времени необходимо выйти за рамки физики и апеллировать к активной роли наблюдателя. Такой выход из проблемы неизбежно приводит к выводу, что “необратимость — не в природе, а в нас”.

Разделение времени на прошлое, настоящее и будущее следует искать в человеческом разуме, а не в физическом мире. Таким образом, происходит опосредование времени как концепции. Такое отношение к переживаемому времени является собственно человеческим образованием. Оно возникает благодаря социальному опыту и речи. Речь выступает инструментом для оценок непосредственно переживаемых отрезков времени, так как в речи закрепляются социально принятые меры времени.

В онтогенезе благодаря речи человек овладевает законом последовательности. Он подчеркивал, что овладение этим законом означает целую революцию в психике человека, ибо перед ним открывается временная перспектива с полярностью прошлого и будущего. К началу подросткового возраста субъекту открывается непрерывность течения времени. Осознание текучести переживаемого времени отражается в субъективном отношении к скорости его течения, что выражается в разнообразии оценок и суждений о том “быстро или медленно протекает время”, совпадает ли его скорость со скоростью течения времени у других людей, и т.д. Подобное разнообразие оценок получило название психологической относительности течения субъективного времени.

Закрепляясь в ходе онтогенеза в форме понятий, время как бы отрывается от уровня непосредственно переживаемых изменений и

становится “психологическим временем личности”. Именно здесь, на уровне понятийного отношения к времени, возможно символическое преобразование последовательности за счёт частой повторяемости рядов временной перспективы, что, в известной мере, освобождает человека от тяжести необратимости изменений, от безвозвратно ушедшего времени.

Это нашло своё отражение в идеях экзистенциальной психологии, признающей личность как целостную уникальную систему, “открытую возможность”, ждущую своей реализации. Основной движущей силой человека является стремление к поиску и реализации во внешнем мире смысла как средству снятия фрустрации и апатии от столкновения с аспектами экзистенции.

С точки зрения В. Франкла [3], смысл не является чем-то субъективным, человек не придумывает его, а находит в окружающем мире. В. Франкл называет три пути, идя по которым человек может сделать свою жизнь осмысленной:

- Созидание в материальном, или духовном плане;
- Получение нового опыта или встреча с кем-то на жизненном пути;
- Нахождение смысла в жизни, в том числе в страданиях.

В случае если у человека фрустрировано стремление к смыслу, то, по мнению Франкла, он пребывает в состоянии экзистенциального вакуума, о котором писали философы-экзистенциалисты. Франкл различает две стадии синдрома бессмысленности — собственно экзистенциальный вакуум и экзистенциальный невроз. Экзистенциальный вакуум, или “экзистенциальная фрустрация” — распространенный феномен, характеризующийся субъективными переживаниями скуки, апатии и пустоты. Человек настроен цинично, лишен чувства направленности жизни и ставит под сомнение большинство жизненных занятий. Большое количество клиентов Франкла жаловались на пустоту и смутное недовольство, наступающие с окончанием рабочей недели, поскольку свободное время заставляло их осознать, что нет ничего, что они хотят делать. Франкл утверждает, что экзистенциальная фрустрация встречается все чаще и наблюдается во всех уголках мира [3]. В противоположность пиковым переживаниям, описанных в работах А. Маслоу [11], экзистенциальный вакуум можно считать «переживанием

бездны». Это переживание бессмысленности также сказывается и на временной перспективе, приводя к её сужению. На практике это проявляется в снижении способности к созданию целостной временной перспективы жизни (что приводит к затруднениям в интеграции опыта) и нарушении способности строить долгосрочные планы (из-за размытости и нестабильности будущего).

Таким образом, переживание времени является сложным психофизиологическим процессом, как по причине сложности объекта, так и по причине взаимодействия большого количества психических и физиологических процессов.

Литература

1. Василюк Б. Ф. Психология переживаний. — М.: Изд-во моск. ун-та. 1994. С.317.
2. Фон Нейман И. Математические основы квантовой механики. — М.: Наука, 1964. С.207.
3. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник / Общ. Ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. — М.: Прогресс, 1990. С.368.

Мелёхин А.И.

КОГНИТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ В ПОЖИЛОМ И СТАРЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Временная перспектива выступает «линзой» или «очками», через которые пожилой человек смотрит на мир, структурирует свой жизненный опыт, выбирает темп собственной жизни. Изменения в временной перспективе в пожилом и старческом возрасте, являются одним из биопсихосоциальных маркеров течения старения [2;4;9]. Показано, что наличие этих изменений является индикатором:

- Адаптации к изменяющимся жизненным обстоятельствам [9];
- Здоровье-сберегающего и профилактического поведения. Например в отношении сердечно-сосудистых расстройств, колоректального рака, рака молочной железы и сахарного диабета [4];
- Положительного функционирования [1];
- Удовлетворенности качеством жизни, субъективного благополучия [8];

- Эмоционального состояния: стресс реактивность/ гипогиперркортизолемиическая тенденция [7]; депрессии позднего возраста [3]; агрессии; тревожного спектра расстройств [2];
- Психологической устойчивости [9].

Выделяют следующие компоненты временной перспективы (по Z.R. Mello, F.C. Wortel [6] и C.J. Lennings [5]):

- Когнитивный компонент (cognitive aspect): отношение ко времени или связанность временных зон; плотность времени или временная глубина; концептуализация времени.
- Эмоциональный компонент (affective aspect): временная установка; временная направленность или доминантная временная зона; временная перспектива будущего.

Участники исследования: 1) 55-60 лет – 120 человек (17 мужчин и 103 женщины, $56,6 \pm 1,8$ лет); 2) 61-74 лет - 120 человек (13 мужчин и 107 женщин, $66,7 \pm 3,9$ лет) и 3) 75-90 лет – 50 (11 мужчин и 39 женщин, $79,4 \pm 3,5$ лет) проходившие амбулаторное обследование состояния здоровья в Консультативно-диагностическом центре № 2.

Методы и методики исследования. Оценка когнитивного компонента временной перспективы осуществлялась с помощью проективной техники, графического кругового теста Т. Коттла (circles test).

Результаты исследования

Связанность временных зон. Наблюдаются темпоральная ригидность или временной разрыв проявляющаяся в сниженной связанности, интегрированности временных зон между собой. Это говорит о дестабилизации в осознании своего «Я» во времени или прерывистой временной взаимосвязи между прошлым, настоящим и будущим в позднем возрасте (табл.1).

Таблица 1

Степень связанности временных зон (круговой тест Т. Коттла) у респондентов трех возрастных групп

Параметры оценки	55-60 лет (A)		61-74 лет (B)		75-90 лет (C)		Уровень значимости критерия Манна-Уитни
	n=120		n=120		n=50		
	M	SD	M	SD	M	SD	
Индекс степени связанности временных зон [18]	4,06	3,52	2,88	2,47	2,56	3,25	AB**, AC**, BC**.
Связь прошлого и настоящего [6]	3,1	1,23	4,4	1,5	2,84	1,67	AB*, BC*.

Примечание. M – среднее значение. SD-стандартное отклонение. В квадратных скобках указан максимальный балл по параметрам теста. ** - $p < 0,01$, * - $p < 0,05$ при попарном сравнении групп- A,B,C с помощью U-критерия Манна-Уитни.

Отсутствие временной непрерывности (temporal continuity) является индикатором «хрупкая» пограничная личностная организация, которая в условиях неопределенности приводит к сниженной способности справляться с субъективной неопределенностью. У респондентов 61-74 лет наблюдается большая преемственность прошлого и настоящего времени, по сравнению с группами 55-60 и 75-90 лет. Это говорит о большей интеграции прошлого опыта как ресурса или наоборот деструктивного фактора в настоящее, в зависимости от эмоциональной оценки прошлого времени. У большинства респондентов наблюдается преобладание дискретной временной перспективы, для которой характерно неопределенность в доминирующей временной зоне или одновременная значимость прошлого, настоящего и будущего времени, однако при этом не прослеживается связанность этих временных зон (табл.2). Эти три несвязанные временных зоны формируют у человека

позднего возраста прерывистую цепь жизни, что говорит о наличии неопределенности «Я» перед лицом настоящего и будущего.

Таблица 2

Виды отношения ко времени	Примеры изображений	55-60 лет (n=120)	61-74 лет (n=120)	75-90 лет (n=50)
Несвязанные временные зоны. Дискретная ВП.		38(46)	46(55)	54(27)
Непрерывные временные зоны		17(21)	12(14)	16(8)
Линейно-непрерывно связанные временные зоны		22(27)	9(11)	2(1)
Интегрированные временные зоны		5(6)	6(7)	10(5)
Связанное прошлое и настоящее время		7(9)	16(19)	10(5)
Связанное настоящее и будущее время		4(5)	2(3)	1(1)
Связанное прошлое и будущее время		1(1)	1(1)	0
Двойное будущее время		2(2)	3(4)	0
Отсутствие будущего времени		2(3)	5(6)	6(3)

Примечание. ВП – временная перспектива, П – прошлое время, Н – настоящее время, Б – будущее время, Б1 – «реальное» будущее, Б2 – «желаемое» будущее

У респондентов 55-60 лет прослеживается большая интеграция временных зон между собой, при которой прошлое, настоящее и будущее непрерывны, но не связаны между собой. Мы отметили наличие негативных мыслей, связанных с отрицательным прошлым, защитной обеспокоенностью за будущее с преобладанием игнорирования мыслей о будущем, тенденцией избегать тем, связанных с будущим. У пожилого человека появляются негативные мысли о том, что он не может контролировать будущее и с максимальной уверенностью планировать свою деятельность в нем. Появляется страх роста обязательств в будущем, с которыми по убеждениям пожилого человека, он не сможет справиться. Присутствуют следующие символические тенденции в изображении круга будущего времени:






- Круг из пунктирных линий. Например, «будущее для меня туманное» (Ж, 67);
- Жирный крест. Например, «крест поставила, потому что вижу, как я умерла...» (Ж,64);
- Жирная точка. Например, «для меня будущее – это черное неизвестное пятно в моей жизни» (Ж,67);
- Знак вопроса или восклицательный знак. Например, «в будущем болезнь, наверное, болезнь, но, честно, я его не вижу и не хочу думать о том, что там будет» (Ж,63).
- Феномен «двойного будущего». Заключается в том, что респонденты пожилого возраста (55-60 и 61-74 лет) изображали будущее время с помощью двух кругов. Первый круг они называли как «Желаемое будущее», т.е., каким хотели бы они видеть его респонденты. Второй круг называли как «Реальное будущее», как они реально видят его на основе актуальной жизненной ситуации.

Анализ векторов жизненного пути. У большинства респондентов преобладал четвертый тип вектора жизненного пути (табл.3). Для таких людей характерна высокая ценность функциональной автономии, стремление действовать самостоятельно, желание жить в соответствии со своей системой ценностей, идеями, удовлетворять свои индивидуальные потребности.

Таблица 3

Типы векторов жизни (по круговому тесту Т. Котлла) у респондентов

трех возрастных групп

Группы	Векторы жизненного пути (по А.А. Гудзовской)							
	1	2	3	4	5	6	7	8
								
55-60 лет	5(6)	7(9)	4(5)	57(69)	2(2)	8(10)	6(7)	10(12)
61-74 лет	4(5)	15(18)	2(2)	56(67)	1(1)	7(9)	2(2)	13(16)
75-90 лет	4(2)	10(5)	0	72(36)	0	6(3)	4(2)	4(2)

Примечание. П – прошлое время, Н – настоящее время, Б – будущее время.

Из таблицы 3 видно, что в позднем возрасте встречается второй и шестой типы, для которых характерны следующие особенности: пессимизм в отношении прогноза собственного старения, преобладание пассивных копинг-стратегий, повышенное внимание к финансовой безопасности и престижу. Для седьмого типа характерны: ригидность, зависимость и повышенная доверчивость. В пожилом возрасте (55-60 и 61-74 лет) наблюдается восьмой тип вектора жизненного пути, для которого свойственны активные копинг-стратегии, высокий интерес к самореализации, удовлетворенность качеством жизни, стремление к руководству действиями других людей.

Литература

1. Boniwell I., Osin E., Linley P.A. A question of balance: time perspec-

- tive and well-being in British and Russian samples. //J. Posit. Psychol. 2010. Vol. 5, P. 24–40. doi: 10.1080/17439760903271181
2. Gabrian M., Dutt A.J., Wahl H.W. Subjective Time Perceptions and Aging Well: A Review of Concepts and Empirical Research - A Mini-Review. //Gerontology. 2017. Vol. 63. № 4. P. 350-358. doi: 10.1159/000470906
3. Grünh D., Sharifian N., Chu Q. The limits of a limited future time perspective in explaining age differences in emotional functioning. //Psychol Aging. 2016. Vol. 31. № 6. P. 583-593. doi: 10.1037/pag0000060.
4. Laureiro-Martinez D., Trujillo C. A., Unda, J. Time Perspective and Age: A Review of Age Associated Differences. //Frontiers in Psychology. 2017. Vol. 8, №. 101. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5313535/> (дата обращения: 20.04.2018) doi: 10.3389/fpsyg.2017.00101
5. Lennings C.J. Self-efficacy and temporal orientation as predictors of treatment outcome in severely dependent alcoholics. //Alcoholism Treatment Quarterly, 1996. Vol. 14, P. 71–79.
6. Mello Z.R., Worrell F.C. The Relationship of Time Perspective to Age, Gender, and Academic Achievement Among Academically Talented Adolescents //Journal for the Education of the Gifted. 2006. Vol. 29, №. 3, P. 271-289. doi: 10.1177/016235320602900302
7. Olivera-Figueroa L.A., Juster R.P, Morin-Major J.K. A time to be stressed? Time perspectives and cortisol dynamics among healthy adults. // Biol Psychol. 2015. P. 90-99. doi: 10.1016/j.biopsycho.2015.09.002.
8. Pethtel O., Moist M., Baker S. Time perspective and psychological well-being in younger and older adults. Journal of Positive Psychology and Wellbeing. 2018. Vol. 2. № 1. P. 45-63.
9. Time Perspective Theory; Review, Research and Application/ ed. Maciej Stolarski, Nicolas Fieulaine, Wessel van Beek. NY.Springer. 2015. 545 p.

Назарова М. В., г.Одесса

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ У ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ТЕМПЕРАМЕНТА

Время существует объективно, непрерывно одна минута сменяет

другую, один день - другой, проходят месяцы, годы, века. Но, несмотря на то, что ход времени во всем мире подчиняется одним и тем же законам, для каждого отдельного человека один и тот же промежуток объективно прошедшего времени может представляться короче или длиннее, чем он был на самом деле. Для разных людей один и тот же отрезок времени может иметь совершенно разные значения.

Существование в философии проблемы отнесения категории «времени» к объективным или субъективным показателям окружающего мира порождает трудности в определении понятия «восприятие времени» как отдельного вида перцептивного процесса, свойственного человеческому виду в целом.

Проблему восприятия времени разные школы рассматривали под различными взглядами. Так, бихевиористы утверждали, что время существует как реальный объективный фактор, который влияет на человека как один из раздражителей. Этот раздражитель приводит к определенным изменениям в организме, к которым и относится ориентировка во времени.

Когнитивное направление делало акцент на внутренних процессах, на когнитивной активности человека. В рамках этого направления, время представляет собой «когнитивную конструкцию, продукт умственной активности», оцениваемый в зависимости от объема информации, подвергшейся когнитивной обработке за определенный промежуток времени.

И. М. Сеченов в рамках марксистского подхода определял время как объективную форму бытия, существующую вне человека, его сознания и деятельности. Воспринимается оно с помощью слуховой и кинестетической чувствительности.

Представители деятельностного подхода, в частности А. Бергсон, утверждал, что длительность любого события определяется с помощью действия, заполнявшего конкретный промежуток времени, а потому одновременными моментами считаются те, которые составляют части одного и того же действия.

Восприятие времени не имеет специального анализатора, способного указать человеку на объективные характеристики прошедшего отрезка времени. Этот анализатор заменяется непосредственным переживанием, основанном на опыте каждого, которое называется «чувством времени».

Связано оно с постоянным изменением в нервной системе человека, с процессами возбуждения и торможения.

Зависимость восприятия времени с личностными и характерологическими особенностями человека доказано экспериментально.

В этом аспекте центральными можно считать исследования Б. И. Цуканова, который продолжал труды Д. Г. Элькина, направленные на установление субъективно-метрологических индивидуальных свойств собственной единицы времени и сопоставление их длительности с индивидуальными свойствами темперамента [1]. До него, вопрос о течении переживаемого времени у людей, принадлежавших к различным типологическим группам не был должным образом освещен в психологической литературе. Он соотнес степень выраженности индивидуальных особенностей, обнаруживаемых с помощью опросника темперамента, со значениями τ -типов индивида (единица переживания индивидом собственного времени, является константной в течении всей жизни человека). Проанализировав несколько схем темперамента, он выбрал линейную схему, предложенную Гиппократом (холерик – сангвиник – меланхолик – флегматик).

Б. И. Цуканов проводил исследование на двух выборках (451 испытуемый), использовал опросник Г. Айзенка (экстраверсия – интроверсия; эмоциональная стабильность – невротизм), опросник Я. Стреляю (возбуждение, торможение, подвижность), а также процедуру воспроизведения интервалов для определения τ -типа.

В результате исследования, он выделил четыре τ -типа, соответствующие четырем классическим типам темперамента, а также добавил свой, пятый, «уравновешенный» тип.

Он дает указанным пяти “ τ -типам” точную психологическую характеристику, относя каждый из них к “чистому” типу темперамента (кроме уравновешенного).

У индивидов с $\tau = 0,7$ сек. высокая экстраверсия и эмоциональная стабильность, а возбуждение вдвое превышает торможение, они целеустремленные и агрессивные в поведении. Индивиды с $\tau = 0,7$ сек. – «чистые» холерики.

Индивиды с $\tau = 0,8$ сек. имеют высокую экстраверсию и нейротизм, высокий уровень возбуждения и торможения, которые

уравновешивают друг друга, в поведении они отличаются веселостью, жизнерадостностью, оптимизмом, подвижностью. Индивиды с $\tau = 0,8$ сек. – «чистые» сангвиники.

Индивиды с $\tau = 0,9$ сек. показывают средний уровень возбуждения и торможения, они проявляют себя как амбиверты. Индивиды с $\tau = 0,9$ сек. названы «уравновешенными».

Индивиды с $\tau = 1,0$ сек. имеют выраженную интраверсию и высокий нейротизм, а торможение вдвое выше возбуждения, они чувствительны, ранимы, со скрытой агрессивностью. Индивиды с $\tau = 1,0$ сек. – «чистые» меланхолики.

Индивиды с $\tau = 1,1$ сек. демонстрируют выраженную интраверсию и эмоциональную стабильность, высокий уровень возбуждения и торможения, уравновешивающие друг друга, их подвижность вдвое меньше, чем у других типов, они спокойны, невозмутимы, продуктивно работают в привычной обстановке. Индивиды с $\tau = 1,1$ сек. – «чистые» флегматики [3].

Однако, «чистых» типов в природе практически не существует, это лишь определенная абстракция. На деле же существуют реальные индивиды, которые в той или иной мере приближаются к подобной абстракции. И чем ближе тот или другой конкретный человек к «чистому» типу, тем ярче он проявляет себя в избранном виде деятельности. Впрочем, в другом исследовании Б.И. Цуканов все же изучал представителей классических «чистых» типов, и показывал, что такие индивиды достигают особенно высоких результатов в учебной деятельности.

Резюмировав эти исследования, можно сказать, что скорость течения времени наиболее быстрая у индивидов-холериков, затем по скорости идут сангвиники, медленнее у меланхоликов и наиболее медленное течение времени наблюдается у флегматиков.

Предложенная Б. И. Цукановым теория времени в психике индивида разработанная в контексте концепции темперамента открывает новые возможности для учета практическим психологами целой совокупности психодинамических задатков развития способностей личности, а также предоставляет еще один способ диагностики темперамента.

Подобное исследование, под руководством Б.И. Цуканова, проводила С.М. Бондаревич. Исследование индивидуально-типологических особенностей субъектов и их взаимосвязи с временными параметрами

личности стало частью ее диссертации. Число выборки для исследования составляло 387 человек. Были использованы такие же методики, как и в исследовании Б.И. Цуканова.

Качественные аспекты восприятия времени изучались Е. Г. Фильштинской и Т. И. Латыповым. В исследовании были использованы методика семантического дифференциала времени, методика диагностики темперамента Я. Стреляу, опросник EPQ Г. Айзенка. Выборку составили 40 человек (20 мужчин и 20 женщин) в возрасте 20–22 лет.

Данное исследование показало, что холерики и сангвиники прошедшее время видят как яркое, структурированное, близкое, активное, наполненное событиями. Настоящее время – активное, наполненное, напряженное, яркое, радостное, понятное, ритмичное, близкое. Будущее время они видят как яркое, позитивное, четкое, структурированное.

Флегматики и меланхолики воспринимают прошедшее как печальное, тусклое, тревожное, далекое, непонятное, необратимое. Настоящее время в целом оценивают позитивно. Будущее меланхолики видят как тревожное, прерывистое и непонятное, а флегматики – туманное, неструктурированное, непонятное, у них отсутствуют планы и представления. [2]

Подводя итоги, нужно отметить, что существует прямая связь между типом темперамента индивида и фактором его временного восприятия. Б.И. Цуканов установил эту зависимость и определил, что по линейной шкале, ход времени холериков самый быстрый, затем идут сангвиники, меланхолики и самый медленный – у флегматиков. Так же им был выделен 5 тип, независимый от классической типологии Гиппократата – «уравновешенный» тип. Помимо этого, существуют качественные особенности восприятия прошлого, настоящего и будущего у различных типов темперамента.

Углубление знаний в данном вопросе может стать полезным в правильном распределении времени, модифицировании трудового процесса и в преобразовании временных регламентов в соответствии с индивидуальными особенностями человека так, чтобы увеличить эффективность деятельности и сделать ее максимально комфортной для каждого в отдельности.

Литература

1. Киреева З.А. Развитие сознания, детерминированное временем. Монография. – Одеса, 2010. – 380 с.
2. Фильштинская Е.Г., Латыпов Т.И. Взаимосвязь темперамента с психологическим восприятием времени // Инновации в науке: сб. ст. по матер. LIX междунар. науч.-практ. конф. № 7(56). – Новосибирск: СибАК, 2016. – С. 101-109.
3. Цуканов Б.И. Время в психике человека: Монография. – Одесса: Астропринт, 2000. – 220 с.

С.А. ПОЛЩУК, м.Львів

РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ У МАСШТАБІ БІОЛОГІЧНОГО ЦИКЛУ

Постановка проблеми. Відомо, що біологічний цикл людини значною мірою залежить від її тау-типу. Водночас психологічні особливості старіння, як етапи розгортання біологічного циклу, безпосередньо від тау-типу не залежать, проте знаходяться у прямому зв'язку з особливостями переживання людиною стресових ситуацій (Л. Виготський, М. Ланге, О. Леонтєв, А. Макаренко, І. Мечніков, Л. Толстой, К. Ушинський, М. Фребель, М. Фур'є та інші), в тому числі і тих, які викликані суб'єктивними кризами біологічного циклу.

Виклад основного матеріалу.

Оглядово-критичний аналіз проблеми дозволяє констатувати чітку залежність між динамікою старіння людини і специфікою переживання нею стресових ситуацій.

На думку Д. Бродлея, існує 5 типів старіння: 1) конструктивний (1–2 % населення); 2) залежний; 3) захисний; 4) ворожий; 5) відраза до себе.

Не менш цікава, але достатньо кардинальна є класифікація старіння Л. І. Анциферової, яка пропонує два діаметрально протилежних типи: 1) «тепла осінь» (конструктивний); 2) «сувора зима» (неконструктивний). За І.С. Коном, старіння є більш диференційованим явищем і може виявлятися в одному з шести типів: 1) агресивні старі буркуни (нескінченні претензії до оточуючих, повчання молоді, що спричиняє конфлікти між поколіннями); 2) самотні сумні невдахи (джерело

страждань шукають в собі, у житті, «яке не вдалося», звинувачують себе у реальних або уявних невикористаних можливостях); 3) беруть участь у суспільному житті, творчо спрямовані; 4) займаються самоосвітою, відпочинком, дозвіллям; 5) переймаються проблемами і благополуччям сім'ї; 6) турбуються про власне здоров'я.

Привертає увагу той факт, що представники так званого «позитивного типу» знаходяться у меншості, і досвід нашої консультативної роботи показує, що однією з основних причин цього явища є необізнаність людини у власних психологічних характеристиках, в тому числі, належності до певного типу та пов'язаних із ним суб'єктивних кризах розвитку.

Зауважимо на важливій деталі, яка визначатиме подальший напрямок нашої дослідницької роботи: у повсякденній суспільній свідомості сформувалися помилкові погляди на старіння як проблему лише літніх людей, проте ретельне вивчення цього питання дозволяє стверджувати про його незупинність, що розгортається впродовж всього життя і має чітко виражений індивідуальний зміст. Саме тому, незалежно від віку, ми спостерігаємо ознаки нормального старіння, його уповільнені темпи або випереджаючі тенденції. Перший і другий варіанти є сприятливими, оскільки вказують на резерви організму, потенціал його розвитку, здатність продуктивно «переживати стреси життя». Останній варіант – це ознака виснаженості і відсутності необхідних ресурсів для тривалості та якості життя, а, значить, неможливість продуктивно реагувати на стресові ситуації, в тому числі пов'язані із перебуванням у суб'єктивних кризах, які є класичним прикладом концепції розвитку Пауля Б. Балтеса про внутрішню динаміку надбань і втрат.

Упродовж життя пропорції між надбаннями і втратами змінюються, і це значною мірою впливає на темпи старіння: особливо така диспропорція спостерігається під час суб'єктивних криз на трьох рівнях самосвідомості індивіда: організмичному, соціальному та особистісному, на що однаково впливають життєвий досвід, розуміння закономірностей змін та готовність до їх переживання з орієнтацією на майбутні надбання (саме таке спрямування стимулює адаптацію до стресової життєвої ситуації, підтримуючи її в часі).

Загальновідомо, що оптимальну компенсацію «життєвих втрат» здатна забезпечити пластична нервова організація людини, яка визначає

специфіку функціонування генотипної і фенотипної саморегуляції – «вітаукту», згідно з основними положеннями якого однією з відмінностей всього живого є механізми саморегуляції («щось зникає, а щось з'являється»). На думку В. Фролькіс, від цього залежить здатність організму до тривалої підтримки адаптації, а, отже, здатності оптимально реагувати на «стреси життя».

Механізми саморегуляції (відновлення, компенсація і репарація, або «ремонт», окремих клітинних структур) оптимально функціонують лише у відповідності до принципу природності, який відображено в двох визначальних правилах практичного життя, свого часу сформульовані І. Мечніковим: 1. Природно-історична необхідність фізичної праці як елемента щастя. 2. Недоцільність розподілу праці: доки людина зберігає властиву саме їй оптимальну міру життєвої активності, доти вона здатна впливати на тривалість стресової ситуації, її перебіг, тим самим запобігаючи негативним наслідкам і пов'язаним з цим життєвих втрат.

Одним з показників «генотипного вітаукта» слід вважати особливості роботи біологічного годинника людини: чим вона якісніша, тим сприятливіші є умови для функціонування вродженої саморегуляції, а, отже, переживання кризових ситуацій (у тому числі, суб'єктивних криз).

Особлива дослідницька роль тут належить відомому українському вченому Б. Цуканову – автору вивчення життєвого циклу людини через суб'єктивне сприйняття нею різних часових проміжків: він наголошує, що час є індивідуальним явищем, яке визначається тау-типом людини і її життєвим досвідом («комусь часу не вистачає, хтось має зайвий час, а дехто стверджує, що його є рівно стільки, скільки потрібно»), виокремлюючи при цьому 5 тау-типів (τ), віддалених між собою лише на 0,1 секунди.

Отже, міра володіння людиною інформацією про власний тау-тип, його «потреби» і періодичність виникнення суб'єктивних криз з розумінням їх особливостей сприятимуть зростанню «коефіцієнта задоволеності життям», а, отже, його гармонізації з можливістю продуктивного переживання стресових ситуацій. Проживаючи у власному часовому вимірі людина здатна реально запобігти дисгармонії між «бажанням жити» і «можливістю жити» (І. Мечніков), створюючи собі можливості

для продуктивного функціонування впродовж усього життєвого циклу. У практиці консультативної роботи знання названих закономірностей життєвого циклу дозволяє максимально вирішувати проблеми людей шляхом вивчення їх індивідуально-вікових особливостей, в тому числі через дослідження належності до певного тау-типу і суб'єктивних криз. Отже, особистість отримує інформацію про себе і, як наслідок, реальні важелі впливу на власне життя, що сприяє пролонгованому ефекту.

Висновок. Процес старіння – це вікове динамічне явище, яке водночас не відповідає певним віковим періодам, а стосується онтогенезу в цілому, у зв'язку з чим потрібно зважати на тау-тип людини і відповідний йому життєвий цикл з властивими йому суб'єктивними кризами.

Література

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 288 с.
2. Долинська Л. В. Геронтопсихологія : Практикум. Хрестоматія : Навч. посібник / Л. В. Долинська, Л. М. Співак. – К. : Каравела, 2012. – 240 с.
3. Мечников И. И. Пессимизм и оптимизм / И. И. Мечников. – М. : Советская Россия, 1989. – 640 с.
4. Рибалка В. В. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці / В. В. Рибалка. – К. : НАПН України, Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих, 2009. – 575 с.

Полунін О.В., м.Київ

МАТЕМАТИЧНІ ОПЕРАЦІЇ З СУБ'ЄКТИВНИМИ ЧАСОВИМИ ІНТЕРВАЛАМИ ЯК МЕТОД ДОСЛІДЖЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЧАСОВОГО МЕХАНІЗМУ

Експериментальні дослідження особливостей функціонування часового механізму представлені роботами Б. Й. Цуканова (1992, 2000), Л. Г. Аллан (1979, 1998), Г. Люне та М. Ришельє (1996), Р. Блока (2003), Р. Блока та Д. Цакая (1996), Т. Раммзайера (1992, 2003), Дж. Веардена (1999, 2003) та багатьох інших. При цьому в більшості випадків дослідники

послугуються традиційними експериментальними техніками на кшталт відмірювання, відтворення, оцінки та порівняння. Вивчення ж особливостей функціонування часового механізму потребує, на нашу думку, певного розширення дослідницького інструментарію. Тому пропонуємо комплексний підхід, який поєднує в собі як класичні методи, так і їх комбінування з використанням математичних операцій із часовими інтервалами. Це відкриває нові можливості вивчення особливостей функціонування окремих складових часового механізму, наприклад, внеску переходу від референтної пам'яті до компаратора в обробку часової інформації (Полунін, 2008).

Численні експерименти проведені психологами (Елькін, 1662; Цуканов, 2000; Фресс, 1985; Пьоппель, 1995) з використанням відтворення, відмірювання та оцінки часових інтервалів, мають на меті з'ясування особливостей функціонування часового механізму. Однак досить рідко натрапляємо на дослідження із застосуванням математичних операцій з суб'єктивними часовими інтервалами для вивчення роботи часового механізму. Одна із причин цього полягає в тому, що дослідники не беруть до уваги, що особливості перетворення часового інтервалу в математичній операції розкривають особливості функціонування часового механізму. Якщо кожна з операцій у властивий для неї спосіб створюватиме специфічне навантаження на окремі складові часового механізму (Полунін, 2008, 2011), то відхилення в результатах математичних операцій із суб'єктивними часовими інтервалами говоритимуть про особливості функціонування часового механізму індивіда.

Суб'єктивний часовий інтервал на сьогодні конвенційно подають як натуральне число, однак при цьому ігнорується питання про нетотожність за своєю природою інтервалу фізичного та інтервалу суб'єктивного. Подання часового інтервалу натуральним числом зумовлене радше фізичною процедурою його вимірювання. Але в психології в першу чергу ідеться саме про суб'єктивний часовий інтервал, його презентацію в когнітивній системі, а не лише про його тривалість, виміряну в фізичних одиницях часу. До того ж залишається мало дослідженим питання про справедливість прийнятих в алгебрі правил для арифметичних операцій з натуральними числами при застосуванні їх для суб'єктивних часових інтервалів.

Під вивченням арифметичних операцій розуміємо дослідження таких операцій із часовими інтервалами, як додавання, віднімання, множення, ділення. Експериментальні процедури, в яких реалізуються зазначені операції із часовими інтервалами, мають певну схожість із традиційним методом відтворення. Різниця полягає, однак, у перебігу відмірювання інтервалу-відповіді та в інструкції, згідно з якою випробуваний мусить не просто відтворювати тривалість продемонстрованого йому стимульного інтервалу, а наприклад, помножити її чи поділити. При цьому для операцій додавання та віднімання можливі різні варіанти подання стимулів: (а) обидва інтервали, задіяні у виконанні операції, подаються у фізичній формі або ж (б) безпосередньо демонструється лише один інтервал, а тривалість іншого інтервалу подається у вербальній формі. В останньому випадку за рахунок зміни послідовності форми презентації стимульних інтервалів («вербальна форма + фізична» або «фізична + вербальна») можна вивчати вплив порядку активації інформації в робочій та довготривалій пам'яті на функціонування часового механізму. В кінцевому підсумку залежно від способу генерації референтних інтервалів, задіяних у виконанні операції, по-різному навантажуватимуться окремі компоненти часового механізму. Останнє проявитиметься в результатах виконання операції – середньому та середньоквадратичному відхиленні. Плідність дослідження операцій із часовими інтервалами для вивчення функціонування окремих складових часового механізму вже продемонстрована в попередніх роботах (Полунін, 2008, 2011).

Досліджуючи математичні операції із часовими інтервалами, варто як опорну взяти одну з моделей часового механізму. Більш доцільно брати багатокomпонентну модель, наприклад, скалярну. Вибір опорної моделі визначатиме опис перебігу виконання математичної операції із часовими інтервалами та окремі кроки перетворення інформації між компонентами моделі. Залежно від дизайну експерименту можуть вивчатися: (а) функціонування окремих компонент, і (б) особливості перенесення інформації між компонентами.

В більшості багатокomпонентних моделей часового механізму (Гіббон, Чарч, Мекк, 1984; Блок та Цакай, 1996; Полунін, 2011) для порівняння тривалості відмірюваного інтервалу-відповіді і тривалості інтервалу-цілі потрібен референтний інтервал. У дослідях із традиційними

методами референтна пам'ять зберігає кількість імпульсів, які було акумульовано під час демонстрації інтервалу-зразка (стимулу). А при відмірюванні відповіді на задану математичну операцію когнітивна система сама має сформувати референтний інтервал. Таким чином використання математичних операцій дозволяє з'ясувати особливості формування референтних інтервалів когнітивною системою та їхні відмінності від референтних інтервалів сформованих екстернально, через демонстрацію інтервалу-стимулу.

Різні математичні операції передбачають різні маніпуляції з первинно продемонстрованим інтервалом-стимулом чи інтервалами-стимулами. Зміст таких перетворень визначатиметься сутністю виконуваної операції. У випадку множення збережений інтервал-зразок має бути трансформований у бік збільшення відповідно до заданого в експерименті коефіцієнта множення. Завдяки цьому відкривається можливість дослідження впливу коефіцієнта множення на чутливість компаратора. Означене уможливорює перевірку тези про зв'язок між точністю відмірювання інтервалу-результату та чутливістю компаратора.

Роль робочої пам'яті, а також процес довільного розпаду репрезентації стимульного інтервалу, наприклад, у випадку додавання чи віднімання, можна досліджувати шляхом варіювання інтерстимульного інтервалу (ICI). При цьому процес старіння буде більш виражений щодо репрезентації першого, а не другого інтервалу. Що більшим буде ICI, то більшим має бути розпад репрезентації стимульного інтервалу. Особливості старіння кожного з інтервалів, наприклад у разі додавання, можуть бути досліджені також шляхом зміни порядку демонстрації доданків при паралельній маніпуляції ICI, у сенсі $A+(ICI)B$ і $B+(ICI)A$, де A та B – інтервали-доданки. Плідним для вивчення егзекутивної компоненти моделі (компаратора) було б дослідження стандартних похибок у випадку додаванні інтервалів із різним ступенем розпаду та кінцевого впливу похибок інтервалів-доданків на похибку відмірювання інтервалу-відповіді.

Дж. Веарден (1999) також вважає, що кожна із компонент часового механізму робить свій характерний внесок в стандартне відхилення відтвореного чи оцінюваного інтервалу. У цьому сенсі середня величина інтервалу-відповіді, його стандартна похибка, а також час,

потрібний на виконання операції, є своєрідним ключем до розуміння особливостей функціонування елементів часового механізму та зав'язків між ними.

Детально опис використання окремих математичних операцій – додавання, віднімання, множення і ділення був представлений нами раніше (Полунін, 2011). Там же представлені і їх варіації у вигляді серійних додавання, віднімання, множення і ділення. Вони полягають в послідовному додаванні або відніманні певного інтервалу до/від тривалості інтервалу-стимулу. Це може бути подано, наприклад, як такі послідовності: 2; 2+2; 2+2+2; 2+2+2+2 (сек.) або 8; 8-2; 8-2-2; 8-2-2-2 (сек.). Систематична помилка відмірювання, типова для операції, має підсилено проявлятися у випадку її серійного виконання. Наголосимо, що у дослідженнях з математичними операціями слід брати до уваги також вплив чутливості компаратора на тривалість відмірюваного інтервалу, що продемонстрував Дж. Веарден (2003).

Висновки. Математичні операції з часовими інтервалами утворюють цілий комплекс методів для вивчення особливостей функціонування часового механізму. При цьому доцільно виходити з того, що кожна з виконуваних математичних операцій у специфічний для неї спосіб навантажує ту чи іншу складову часового механізму. Отже, виконання певної операції виявлятиметься у характерних змінах середнього та змінах помилки відмірювання порівняно із класичним відтворенням інтервалів відповідної тривалості. За рахунок того, що різні математичні операції по-різному навантажують компоненти часового механізму, стає можливим вивчення функціональних особливостей різних компонент механізму. При цьому широкий спектр можливих математичних операцій із часовими інтервалами відкриває нові горизонти в експериментальній роботі.

Література

1. Block R., D.Zakay. Models of psychological time revisited // Time and Mind / H.Helfrich (Ed.). – Seattle, Toronto, Göttingen, Bern: Hogrefe & Huber Publishers, 1996. – P. 171 – 195.
2. Wearden J.H. Applying the scalar timing model to human time psychology: progress and challenges // Time and Mind II: Information Processing Perspectives / H.Helfrich (Ed.). – Seattle, Toronto, Göttingen, Bern: Ho-

grafe & Huber Publishers, 2003. – P.21–39.

3. Полунін О.В. Відтворення часових інтервалів: роль референтної пам'яті і її зв'язку з компаратором // Психологія і суспільство. – 2008. – № 1. – С.143–150.

4. Полунін, О.В. Переживання людиною плину часу: експериментальне дослідження: [монографія]. – К.: Гнозис, 2011. – 360 с.

5. Цуканов Б. И. Время в психике человека: [монография]. – Одесса: Астропринт, 2000. – 224 с.

Савчин О.В., м. Івано-Франківськ

СУБ'ЄКТИВНЕ ТЕПЕРІШНЄ ЯК ОБ'ЄКТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Що ж таке час і як ми його переживаємо? Що таке “зараз” і скільки це? Коли є, були чи будуть ці “щойно”, “от-от” чи “скоро” або навіть “незабаром”? Коли “я роблю” стає “я зробив”, коли “я зайнятий” стає “я був зайнятий, тепер вільний”? Коли “я хочу” перетікає у “я роблю, що хочу”, коли відчуття хотіння переходить у задоволення хотіння? Де є і чи взагалі є ті чи інші темпоральні межі? Чи потік нашої свідомості справді безперервний в часі, чи це лише на перший погляд видається так, а насправді він є сегментованим, тобто утворений сукупністю послідовних часових цілісностей досвіду? Неодмінною складовою відповіді на ці та інші питання суб'єктивної темпоральності є вивчення та дослідження феномену суб'єктивного теперішнього.

Суб'єктивне теперішнє можна розглядати як форму організації досвіду в потоці свідомості [3]. Відповідно до цього наші переживання розгортаються в часі суцесивними суб'єктивними теперішніми, тобто послідовністю інтернально цілісних сегментів безпосередньо даного і внутрішньо довершеного досвіду.

Чому ж варто досліджувати цей феномен? Як мінімум тому, що усе, що відбувається, відбувається виключно в теперішньому. Крім цього, саме безпосередність суб'єктивного теперішнього і є чи не єдиною безпосередністю буття індивіда, що підкреслює необхідність дослідження феноменології переживання суб'єктивного теперішнього,

вивчення досвіду свідомого буття в теперішньому [2, 5].

Також феномен суб'єктивного теперішнього має значущу релевантність психотерапевтичній практиці. Адже, як уже зазначалося, все, що відбувається, в тому числі уся взаємодія між психологом та людиною та будь-яка психотерапевтична робота, відбувається саме у теперішньому. Крім цієї фундаментальної значущості, суб'єктивне теперішнє є основоположним феноменом, в рамках якого здійснюється цілий ряд психотерапевтичних технік, зокрема такі як звернення уваги та аналіз того, що відбувається “тут і тепер”, техніки майндфулнесс та абсолютна більшість медитативних технік.

Звернення до потенціалу суб'єктивного теперішнього є також значущим фактором для благополуччя у повсякденному житті, однією із складових протистояння плину часу та психологічному старінню, і на додачу навіть основою цілих напрямків духовного розвитку [9].

Все це свідчить про різносторонню та практично всюдищу значущість феномену суб'єктивного теперішнього та знань про нього.

В цілому ж в сфері дослідження суб'єктивного теперішнього досі немає консенсусу. Основними фундаментальними і все ще відкритими питаннями тут є: 1) Що ж власне являє собою феномен суб'єктивного теперішнього? та 2) Яка його тривалість?

Щодо першого запитання, то наразі наявні такі дві парадигми підходу до означення феномену суб'єктивного теперішнього:

а) теперішнє утворюється симультанними подіями потоку свідомості;

в) теперішнє утворюється змістом свідомості, розгорнутим в часі [3, 7].

Відповідно до підходу (а) відбувається певна підміна поняття теперішності поняттям моменту та одночасності, тоді як відповідно до підходу (в) теперішнє визначається динамікою власне потоку свідомості, без прив'язки до фізичної одночасності/різночасності подій. Тому, на наш погляд, доцільно однозначно розмежувати такі поняття як “суб'єктивний момент ‘зараз’” та “суб'єктивне теперішнє”. Поняття “суб'єктивний момент ‘зараз’” відображає феномен (чи навіть феномени), що відповідає одночасності різних подій, тоді як “суб'єктивне теперішнє” відповідає утворенню цілісних сегментів переживань/досвіду, незалежно від їх протяжності щодо фізичного часу чи навіть внутрішньої одночасності. Тобто коли мова йде про “зараз”, то людина, як правило, не здатна виділити у ньому менші темпоральні

різночасні складові, тоді як “теперішнє” здатне бути протяжним у часі, як відносно фізичної тривалості проміжку, так і за суб’єктивними відчуттями самої людини щодо цього сегменту власних переживань [3, 8].

Ще однією дилемою є питання про те, чи є тривалість, тобто темпоральний розмір, теперішнього константним, чи мінливим? Так абсолютна більшість підходів є зосередженими на віднаходженні певної фіксованої фізичної тривалості, яка слугує сталими інтеграційними вікнами, чергування яких відбувається із певною константною частотою [8]. Альтернативою цьому підходу ж є відмова від орієнтуру на фізичні розміри теперішнього, та акцент на його смисловій довершеності, незалежно від того, який часовий проміжок займає формування цієї цілісності. Тобто тут мову варто вести радше про оптимальну тривалість теперішнього, яка відповідає ситуації та стану психічної системи і відображає той динамічний рівень активації, який є для неї зараз найбільш підходящим [4].

Повернімося тепер до більш детального розгляду феномену суб’єктивного теперішнього. Суб’єктивне теперішнє являє собою цілісний сегмент потоку свідомості у вигляді безпосередньо даного досвіду, інтернальна (темпоральна) цілісність якого утворена двома суцесивними межами, що представлені у потоці свідомості так званими транзитивними елементами переживань [6, 5, 3]. Між транзитивними елементами вміщується субстантивний елемент, що представляє собою власне зміст того чи іншого суб’єктивного теперішнього (як цілісного проміжку). Транзитивний та субстантивний елементи кардинально відрізняються один від одного за рядом характеристик, а саме [2]:

А. Транзитивний елемент:

- походить від відчуттів, є чуттєвим та інтуїтивним;
- досить невизначений та важкий для вербалізації;
- обумовлений подіями внутрішнього світу та спрямовує свідомість на себе;
- кожен із них є схожим із іншими, тобто за своїм феноменологічним проявом вони є одноманітними.

В. Субстантивний елемент:

- походить від думок, є раціональним та розумовим;
- досить визначений та піддається вербалізації;

- відображає події та об'єкти зовнішнього світу, значною мірою обумовлений ними;
- субстантивні переживання є різноманітними, та, як правило, несхожими один на одного за своїм вмістом.

Наявність таких суттєвих відмінностей у характері переживань межі та вмісту переживання відкриває можливість для відзначення відносно відокремлених сегментів у потоці переживань. При цьому навіть без попереднього інструктажу щодо характеристик таких елементів свідомості, людина в процесі дослідження сама приходиться до їх розрізнення.

Відповідно до всього вищесказаного, в основу нашого методу [1] був покладений принцип, що випробуваний сам здатен розкривати та маніфестувати своє переживання плину часу. Основою методу є процес, в ході якого випробуваний звертає увагу на плин потоку власної свідомості, і слідкує за послідовністю своїх переживань до того моменту, поки в потоці свідомості не з'являється переживання завершеності сегменту теперішнього, що він проявляє як натискання клавіші комп'ютера. Метод спрямований на те, щоб перенести переживання теперішнього, переживання його межі через акт поведінки (натискання кнопки) до його зовнішнього відображення і тим самим зробити переживання плину часу відкритим для спостереження. В результаті ми отримуємо послідовність безперервно відміряних сегментів потоку свідомості - суб'єктивних теперішніх - які відображають динаміку розгортання потоку переживань з точки зору власне людини, яка і є їх суб'єктом (що є безумовно важливим, так як мова йде саме про дослідження суб'єктивного часу).

Головний же висновок можемо сформулювати так: суб'єктивне теперішнє як форма організації досвіду не описується якоюсь постійною фізичною тривалістю, воно не є сталою фізичною величиною, вимірюваною в секундах; сталість його полягає в постійності структури теперішнього, яка конститується певними елементами потоку свідомості.

Література

1. Полунін О.В. Вільне безперервне відмірювання як метод дослідження суб'єктивного теперішнього / О.В.Полунін // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей / АПН України,

- Ін-т соц. та політ. психології. – К.: Міленіум, 2009. – Вип. 24 (27). – С. 49–61.
2. Полунін О.В. Психологічне дослідження феноменології переживання теперішнього / О.В.Полунін // Психологія і суспільство. – 2007. – № 4. – С.138–143.
 3. Полунін О.В. Переживання людиною плину часу: експериментальне дослідження [монографія] / О.В. Полунін // К.: Гнозис, 2011. – 360 с.
 4. Полунін О.В. Тривалість суб'єктивного теперішнього: експериментальне дослідження / О.В.Полунін // Актуальні проблеми психології: Екологічна психологія / за ред. С.Д.Максименка. – К.: Ін-т психології ім. Г.С.Костюка НАПН України, 2011. – Т. 7. – Вип. 25. – С. 134–142.
 5. Husserl, E. Husserliana, Gesamte Werke, Band X, Zur Phänomenologie des inneren Zeitbewusstseins (1893-1917) / E.Husserl. – Den Haag: Martinus Nijhoff, 1962.
 6. James, W. The principles of psychology. 2 Vols. / James, W. – New York: Holt. – 1891.
 7. Le Poidevin, R. The Experience and Perception of Time, The Stanford Encyclopedia of Philosophy (Summer 2015 Edition), Edward N. Zalta (ed.), URL: <https://plato.stanford.edu/archives/sum2015/entries/time-experience/>
 8. Montemayor C., Wittmann M. The varieties of presence: Hierarchical levels of temporal integration. *Timing & Time Perception*. – 2.3 (2014). – pp. 325-338.
 9. Tolle, Eckhart. The power of now: A guide to spiritual enlightenment. – New World Library. – 2004.

Сеник О.М., Різник Р.М., Горбаль І.С., м.Львів

АДАПТАЦІЯ «ШКАЛИ ВРАХУВАННЯ МАЙБУТНІХ НАСЛІДКІВ» УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ

Від часу створення «Шкали врахування майбутніх наслідків» (Consideration of Future Consequences – CFC) у 1994 році, із її використанням було

проведено чимало досліджень. Зокрема, було доведено, що врахування майбутніх наслідків позитивно корелює зі здоров'єорієнтованою поведінкою / намірами / настановленнями: готовністю регулярно виконувати фізичні тренування (Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Оулет та ін., 2005), слідкувати за індексом маси тіла (Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Адамс і М. Уайт, 2009), лімітовано приймати сонячні ванни (К. Гекман, Д. Вілсон і Л. Інгерсол, 2009), використовувати контрацептиви та регулярно перевірятися на ВІЛ і діабет (П. Еплбі та ін., 2005; Н. Дор та ін., 1999; Р. Крокет та ін., 2009). Особи із вищими значеннями за шкалою CFC також більш схильні вакцинуватися (Л. Морісон, П. Кодзоліно і С. Орбел, 2010) та здійснювати профілактичну поведінку для попередження рецидивів хвороб (Ф. Сіроа, 2004), менш схильні курити та вживати алкоголь (Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Догерті і Дж. Брейз, 2010; А. Стратман та ін., 1994) та більш схильні кинути курити (В. Ковач, 2007). С. Орбел з колегами також встановили, що за умови довгострокових позитивних наслідків здійсненої поведінки, особи із вищими балами за шкалою CFC більш схильні проходити профілактичні перевірки на діабет (С. Орбел і М. Геггер, 2006) і колоректальний рак (С. Орбел, М. Перуджіні і Т. Раков, 2004), та використовувати сонцезахисні креми (С. Орбел і М. Кирякакі, 2008). Натомість особи із нижчими балами за шкалою CFC більш схильні здійснювати перелічену поведінку за умови її короткострокових / безпосередніх позитивних наслідків.

Отже, шкала CFC має високий ступінь прогностичності стосовно цілого ряду поведінкових патернів та інших психологічних конструктів, що зумовлює актуальність її адаптації українською мовою з метою її подальшого використання фахівцями різних галузей психології та медицини.

Характеристика групи досліджуваних. Дослідження проводилося з жовтня 2014 року по травень 2015 року. Всього у дослідженні взяли участь 514 осіб, з них 202 чоловіків і 230 жінок, 82 особи не вказали своєї статі. Середній вік досліджуваних становить 22,62 роки (Min = 16, Max = 57, SD = 6,02).

Оцінка надійності. Для перевірки надійності опитувальника оцінювалась внутрішня консистентність шкали та її відтворюваність. Внутрішню консистентність визначали розрахунком коефіцієнта α -Кронбаха, відтворюваність – методом повторних тестів.

Коефіцієнт α -Кронбаха розраховувався як для окремих субшкал – Близьке майбутнє та Віддалене майбутнє, так і для шкали в цілому (загальний показник врахування майбутніх наслідків). Для субшкали Близьке майбутнє коефіцієнт α -Кронбаха склав 0,73, для субшкали Віддалене майбутнє – 0,68 та для шкали в цілому – 0,76. Таким чином, можемо зробити висновок про гомогенність як шкали в цілому, так і окремих її субшкал.

Перевірка відтворюваності шкали методом тест-ретест проводилася з інтервалом у два і чотири тижні. У дослідженні із двотижневим інтервалом взяли участь 80 осіб, у дослідженні з інтервалом в чотири тижні – 107 осіб. В ході дослідження кожен досліджуваний вказував своє прізвище, ім'я або нікнейм, які замінялися на порядковий номер по завершенню дослідження. За допомогою розрахунку коефіцієнта кореляції r -Пірсона та значення t -критерію Ст'юдента було підтверджено високий рівень відтворюваності Шкали: коефіцієнт кореляції між вихідним балом досліджуваних та балом, набраним при ретесті, коливався від 0,70 до 0,86 ($p < 0,001$); значення t -критерію Ст'юдента коливалися від -0,942 до 0,561 при $0,347 \leq p \leq 0,991$, що свідчить про високий ступінь відтворюваності українського варіанту Шкали врахування майбутніх наслідків.

Оцінка валідності. Перевірка факторної структури шкали, яка здійснювалася за допомогою експлораторного (ЕФА) та конфірматорного (КФА) факторного аналізу.

У відповідності з концепцією авторів Шкали врахування майбутніх наслідків експлораторний факторний аналіз проводився для факторної моделі, що складається з двох факторів. Виявлено, що виділені два фактори в сумі описують 38,03% сукупної дисперсії даних у порівнянні з 51,2% в оригінальній версії шкали. Водночас коефіцієнт кореляції між факторами такий самий, як і в оригінальній версії: -0,37.

Результати експлораторного факторного аналізу також показали, що усі твердження за навантаженнями відповідають тим факторам, до яких вони мають належати згідно з концепцією авторів методики, а саме твердження № 3, 4, 5, 9, 10, 11 і 12 – до фактору Близьке майбутнє, твердження № 1, 2, 6, 7, 8, 13, 14 – до фактору Віддалене майбутнє.

Отриману факторну структуру української версії Шкали врахування майбутніх наслідків було перевірено за допомогою конфірматорного

факторного аналізу. Виявлено, що факторні навантаження усіх тверджень достовірно вищі за 0,3. Отже, можемо зробити висновок, що кожне твердження шкали вагомо працює на свій фактор.

Результати перевірки двофакторної структури за допомогою КФА також показали, що вона має достатній рівень відповідності зібраним даним: $\chi^2 = 119,637$; $df = 50$; $\chi^2 / (df) = 2,39$; $p = 0,000$, $GFI = 0,932$; $CFI = 0,944$; $NFI = 0,910$; $SRMR = 0,043$; $RMSEA = 0,052$ ($LL = 0,041$, $UL = 0,064$). Як видно з моделі, майже усі показники знаходяться в межах достатнього рівня відповідності, а показник $SRMR$ – в межах доброго рівня відповідності моделі. Для прийняття такого рішення значення GFI (goodness of fit index / якість індексу відповідності), CFI (comparative fit index / порівняльний індекс відповідності) і NFI (normed fit index / нормований індекс відповідності) повинні бути вищі за 0,90. Значення від 0,90 до 0,95 вважаються прийнятними і вищі за 0,95 – добрими. Для доброї відповідності моделі значення $SRMR$ (standardized root mean square residual / стандартизований середньоквадратичний залишок) і $RMSEA$ (root mean square error of approximation / середньоквадратична помилка апроксимації) повинні бути нижчими за 0,05, а значення від 0,05 до 0,08 вказують на задовільний рівень відповідності.

Показники моделі для однофакторного рішення шкали, як і в оригінальній версії, виявилася незадовільними: $\chi^2 = 484,14$; $df = 77$; $\chi^2 / (df) = 6,29$; $p = 0,000$, $GFI = 0,857$; $CFI = 0,672$; $NFI = 0,637$; $SRMR = 0,085$; $RMSEA = 0,115$ ($LL = 0,106$, $UL = 0,124$).

Наступним кроком у перевірці валідності шкали стала оцінка її критеріальної валідності. В якості критерію було вибрано відповіді досліджуваних на запитання анкети про те, чи вони курять, оскільки відомо, що особи з більш віддаленою орієнтацією на майбутнє ведуть більш здоровий спосіб життя (див. вище). Відповідно, була поставлена гіпотеза про те, що особи, які не курять, матимуть вищий рівень за шкалою Віддалене майбутнє у порівнянні з особами, які курять.

Для перевірки поставленої гіпотези частині досліджуваних пропонувалося дати відповідь на запитання: «Ви курите? Так / Ні (підкресліть).» Всього таку анкету заповнили 342 особи, з них 57 осіб вказали, що курять, і 285 осіб, – що не курять. За статевим розподілом у цій групі досліджуваних було 220 жінок і 40 чоловіків, 82 особи не вказали своєї статі. Середній вік досліджуваних – 23,64 роки ($Min = 16$,

Max = 57, SD = 7,3).

За допомогою порівняльного аналізу (t-критерію Ст'юдента) виявлено, що особи, які курять, мають нижчий рівень розвитку Віддаленого майбутнього у порівнянні з особами, які не курять: Mкурці = 30,61, Mнекурці = 33,12, $t = -2,73$, $p = 0,007$, Nкурці = 57, Nнекурці = 285. Отже, гіпотеза про те, що особи, які не курять, матимуть вищий рівень за шкалою Віддалене майбутнє у порівнянні з особами, які курять, підтвердилася. Отримані результати узгоджуються із дослідженнями Дж. Сансона (2012) з колегами про переважання часової орієнтації на майбутнє у не-курців в різних країнах, а також підтверджують коректність використання шкали саме як двофакторної, оскільки показано, що субшкали Віддалене майбутнє і Близьке майбутнє незалежно пов'язані із таким зовнішнім психологічним конструктом, як куріння.

Висновки. В результаті проведеної адаптації Шкали врахування майбутніх наслідків отримано надійний і валідний інструмент, який дає змогу вимірювати орієнтацію на віддалене майбутнє й орієнтацію на близьке майбутнє українською мовою. За допомогою експлораторного і конфірматорного факторного аналізу, а також зовнішнього незалежного критерію, підтверджено двофакторну структуру української версії Шкали врахування майбутніх наслідків, що збігається із факторною структурою оригіналу. Натомість використання цієї шкали, як однофакторної, не задовільняє статистичні критерії відповідності, а отже, не є коректним. За допомогою розрахунку коефіцієнта α -Кронбаха та методу повторного тестування перевірено та підтверджено надійність отриманого інструменту.

Сушенко Я. В., м. Київ

ІНДИВІДУАЛЬНА ОСВІТНЯ ТРАЄКТОРІЯ ОСОБИСТОСТІ: ЧАСОВИЙ ВИМІР

Інтерес до вивчення психологічного часу особистості зумовлений дослідженням проблеми навчання упродовж життя та психології супроводу індивідуальної освітньої траєкторії (далі – ІОТ) особистості. ІОТ розглядаємо в аспекті просторово-часових характеристик

особистості – її «топографії» як унікального поєднання внутрішніх засобів, способів, умов діяльності для досягнення поставленої освітньої мети в певних заданих зовнішніх умовах; як особливості руху/розвитку особистості на освітній мапі місцевості; як психолого-педагогічну технологію, що зумовлює дидактичну потребу в постійному перевизначенні, довизначенні навчального змісту в конкретних умовах [2]; виходимо з того, що ІОТ особистості має біопсихосоціокультурну природу, її психолого-педагогічний зміст конкретизується в освітньо-дидактичній, ресурсній, індивідуально- та соціально-психологічній, картографічно-хронологічній категоріях; з того, що в психологічному вимірі індивідуальна освітня траєкторія є відображенням/проекцією освітнього потенціалу, потреб і можливостей суб'єкта навчання (як динамічної відкритої, саморегулюючої системи в єдності її когнітивних, мотиваційних, особистісних, ціннісних характеристик) в освітньому просторі або, метафорично – картографією особистості на мапі освітнього простору, невід'ємним атрибутом якого є часовий вимір.

Проблема психологічного часу особистості ґрунтовно розробляється в одеській науковій школі. За Б. Цукановим властивості тривалості часу, що безпосередньо проживається індивідом, визначаються мозком, який і виконує роль власного центрального годинника індивіда. Вроджена константна одиниця виміру – власна одиниця часу (τ) індивіда визначається ним як відношення суб'єктивної відповіді до заданої тривалості. У ході багаторічних емпіричних досліджень встановлений діапазон значень власної одиниці часу індивіда в людській популяції (від 0,7 с. до 1,1 с.); виділені типи «квапливих», «точних» і «неквапливих» індивідів і показано як вони співвідносяться з типами темпераменту, ставленням до минулого, майбутнього та теперішнього. Також дослідником розраховане передаточне число у власному (біологічному) годиннику індивідів, що визначає дворічний та великий біологічний (від 5,9 до 9,3 років) цикли у житті людини, поєднується з періодами та фазами її психосоматичного розвитку, точками «психологічних переломів» і появою характерних психосоматичних хвороб [4]. В. Бугановою показано, що дискретність плину часу в психіці зумовлює періодичне коливання суб'єктивного стану та відображається на навчальній діяльності [1]. З. Киреевою доведено, що різні за своїм потенціалом пізнавальної діяльності індивіди досягають подібних

результатів в пізнанні дійсності за рахунок істотної ролі досвіду в організації пізнавальної взаємодії суб'єкта зі світом [3]. Зазначені результати підтверджують доцільність вивчення ІОТ особистості у часовому вимірі та спонукають до наукових розвідок у даному напрямку. Результати власних емпіричних досліджень (загальна вибірка – 962 особи, у т.ч. – учні випускних класів (206 осіб), педагогічні працівники під час перебування на курсах підвищення кваліфікації (700 осіб), студенти (80 осіб)) засвідчили існування каузальних зав'язків між часовими властивостями психіки, що діагностувалися за методикою Б. Цуканова (τ -тип, орієнтація в часі, якість ходу власного годинника, фази великого біологічного циклу) та такими референтами ІОТ як загальні здібності (короткий відбірковий тест, адаптація В. Бузиним тесту Е. Вандерліка), тип мотивації до навчальної діяльності (Т. Гордєєва, О. Сичов, Є. Осин, на основі «Шкали академічної мотивації» Р. Валлеранда), імпліцитні цілі навчального процесу (Т. Корнілова, С. Смирнов, на основі опитувальників К. Двек), стиль навчальної діяльності (опитувальник стилів діяльності (П. Хоні, А. Мемфорд, адаптація А. Ішкова, Н. Милорадової) та стиль взаємодії суб'єктів навчання (анкета, укладена на основі визначених П. Лушиним типів реалізації особистісно зорієнтованого принципу навчання).

Визначено, що τ -тип індивіда впливає на особливості розвитку його загальних здібностей – технічного інтелекту ($p=0,01$), уважності ($p=0,02$), на уподобання щодо типу взаємодії у процесі навчання, зокрема у плані готовності до переживання ситуацій невизначеності ($p=0,03$). Орієнтація особистості в часі пов'язана з розвитком загального ($p=0,02$) та вербального ($p=0,01$) інтелекту, з проявом стилю діяльності ($p=0,05$). Якість ходу власного годинника є передумовою розвитку загальних здібностей, зокрема загального ($p=0,001$), вербального ($p=0,001$), технічного інтелекту ($p=0,001$), формування домінуючого стилю діяльності ($p=0,04$), а також імпліцитних уявлень про інтелект як властивість, яка змінюється, «нарощується» та збагачується під час навчання ($p=0,03$). Взаємозв'язок між фазами (чвертями) великого біологічного циклу та референтами ІОТ підтверджено на рівні тенденції: «нарощений інтелект» ($p=0,07$), «особистість, здатна до розвитку» ($p=0,09$); академічна мотивація досягнення ($p=0,08$); «узгоджувальний» ($p=0,07$) та «трансформаційний» ($p=0,06$) типи реалізації особистісно

зорієнтованого принципу навчання.

Перспективи подальших наукових розвідок пов'язуємо з вивченням ролі фазової сингулярності в динаміці освітніх переходів, а також з дослідженням особистісних чинників ІОТ особистості.

Література

1. Буганова В. М. Дискретність психічного розвитку в масштабі часу [Текст]: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. психол. наук : 19.00.01 – загальна психологія, історія психології / Буганова Ванда Миколаївна; Південноукраїнський держ. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. – Одеса, 1997. – 24 с.
2. Лушин П. В. Хаос и неопределенность: от страдания – к росту и развитию [Текст]: Монография / Лушин П. В. – Киев, 2017. – 144 с. – (Серия «Живая книга»; Т. 4).
3. Киреева З. А. Развитие сознания, детерминированное временем. Монография. – Одеса, 2010. – 380 с.
4. Сухенко Я. В. Психологічний час особистості: змістово-хронологічна логіка дослідження феномену / Я. В. Сухенко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». – 2017. – Випуск 6. – Том 2. – С. 96–100.
5. Цуканов Б. И. Время в психике человека / Б. И. Цуканов. – Одесса: Астропринт, 2000. – 220 с.

Наукове видання

Розквітання психології часу

м.Одеса, 27 квітня 2018 року

(Мова укр., рос.)