

СТРУКТУРНА ОРГАНІЗАЦІЯ СУБ'ЄКТИВНОЇ КАРТИНИ ЧАСУ ЖИТТЯ

А.М. Большакова

*кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник
Харківської державної академії культури*

Проведено аналіз суб'єктивної картини часу життя як багатомірної реальності. Визначено, що характеристики ставлення людини до свого психологічного часу (минулого, теперішнього, майбутнього) утворюють між собою складні структурні зв'язки. Виділено та описано вісім типів часових орієнтацій особистості.

Ключові слова: суб'єктивна картина часу життя, типи часових орієнтацій.

Вивчення індивідуально-психологічних особливостей сприйняття та осмислення людиною свого психологічного часу стає все більш розроблюваною проблемою у сучасній психологічній науці. Актуальність дослідження цієї категорії визначається вирішальним значенням психологічного минулого, теперішнього та майбутнього в житті людини, функцією регуляції важливих вчинків та рішень.

Час життя, його етапи – минуле, сучасне та майбутнє – є фундаментальними категоріями людського буття, які здавна викликають теоретичний та практичний інтерес у філософів, психологів, соціологів, антропологів та представників інших наук.

У психологічній науці перші розробки психології часу пов'язують з роботами Л. Френка (запропонував термін «часова довжина») та К. Левіна (ввів поняття «часова перспектива»). Ж. Нюттен розгорнув поняття «часова перспектива» на три аспекти психологічного часу. «Перший аспект – це часова перспектива у власному значенні цього слова, що характеризується довжиною, глибиною, насиченістю, ступенем структурованості та рівнем реалістичності. Другий аспект – часова установка, тобто більш або менш позитивна чи негативна настроєність суб'єкта стосовно свого минулого, теперішнього або майбутнього. ... Третій аспект – часова орієнтація – характеризує поведінку суб'єкта...» [4, 354]. Відому концепцію часової перспективи, що відповідає третьому аспекту теорії Ж. Ньтена, розробив Ф. Зімбардо [5].

В руслі активно розроблюваного у вітчизняній психології біографічного підходу психологічний час вивчається в термінах суб'єктивної картини життєвого шляху, яка визначається як образ, в якому «зафіксовано не тільки минуле особистості – історія її становлення, не тільки її теперішнє – переживання поточної життєвої ситуації, але й майбутнє – плани, побоювання, надії» [3, 43].

У межах різних теоретичних підходів до вивчення часу життя розроблено психодіагностичні методики, спрямовані на дослідження цього феномену у відповідності до уявлень авторів про його сутність.

Ж. Нютеном на основі методики семантичного диференціалу Ч. Осгуда було розроблено «Шкалу часових установок» [4], подібною до якої є «Семантичний диференціал часу» Л.І. Вассермана [1], який оцінює уявлення людини про життя за п'ятьма чинниками: «активність», «емоційне забарвлення», «розмір», «структура», «відчуваємість».

Ф. Зімбардо було розроблено опитувальник ZTPI (Zimbardo Time Perspective Inventory), який дозволяє оцінити часову перспективу за п'ятьма шкалами [5]: «негативне минуле», «гедоністичне теперішнє», «майбутнє», «позитивне минуле», «фаталістичне теперішнє».

В рамках подійно-біографічного підходу було запропоновано декілька психодіагностичних інструментів, серед яких найбільш економичною у використанні, та втім досить інформативною, є методика «Оцінювання п'ятирічних інтервалів» [3]. Її діагностичними показниками є: оцінки насиченості минулого, теперішнього, майбутнього, всього життя в цілому; очікувана тривалість життя, реалізованість, психологічний вік, коефіцієнт дорослості.

Ще однією методикою, створеною в рамках подійно-біографічного підходу, є «Психологічна автобіографія» (О.Ю. Коржова) [2], яка дозволяє оцінити СКЖШ людини за такими показниками: кількість названих подій минулого та майбутнього; середній час ретроспекції та антиципації.

Таким чином, результати аналізу літератури по проблемі суб'єктивної картини часу життя свідчать про відсутність єдності в тлумаченні даної психологічної категорії. Не існує навіть єдиного поняття, що називало б феномени, пов'язані з особливостями ставлення

людини до свого психологічного часу – минулого, теперішнього та майбутнього. Тим більш, досі не вивченим залишається питання про інтеграцію даних, отриманих за допомогою різних психодіагностичних методик, у побудові структурної моделі організації суб'єктивної картини часу життя, що й зумовило актуальність даного дослідження.

Метою даного дослідження було вивчення суб'єктивної картини часу життя як багатомірної реальності, утвореної емоційними переживаннями, установками, мотивами, когнітивними образами.

В дослідженні прийняли участь 87 осіб віком від 19 до 22 років. Особливості суб'єктивної картини часу життя вивчалися за допомогою методик: «Оцінка п'ятирічних інтервалів» [3], «Психологічна автобіографія» [2], «Семантичний диференціал часу» [1], «ZTP1» [5].

Для вивчення внутрішньої структури характеристик суб'єктивної картини часу життя було проведено чинникний аналіз методом головних компонент та обертанням чинникних структур за принципом Varimax. Аналіз отриманої матриці показав можливість виділення восьми чинників, які описують 92,6 % загальної дисперсії.

Чинник 1 (пояснює 18,52 % загальної дисперсії) утворено перемінними (з чинникним навантаженням 0,45 та вище), отриманими за методиками, що діагностують суб'єктивну картину життєвого шляху.

Перемінні, що отримані за методикою «Оцінювання п'ятирічних інтервалів (ОПІ)» та їх чинникні навантаження: оцінка насиченості минулого (0,725); очікувана тривалість життя (-0,738); реалізованість (0,927); суб'єктивна реалізованість (0,801); психологічний вік (0,742); коефіцієнт дорослості (0,88).

Перемінні, що отримані за методикою «Семантичний диференціал часу (СДЧ)»: оцінка минулого за чинниками «емоційне забарвлення» (0,489) та «структура» (0,471); оцінка майбутнього загальна (-0,516) та за чинниками «активність» (-0,473), «емоційне забарвлення» (-0,537), «структура» (-0,749);

За опитувальником ZTP1: оцінки за шкалами «позитивне минуле» (0,469) та «фаталістичне теперішнє» (0,516).

За методикою «Психологічна автобіографія»: середній час ретроспекції (0,491); середній час ретроспекції радісних подій (0,503); кількість подій минулого (0,507) та радісних подій минулого (0,704).

Утворюваний цими перемінними чинник відображає орієнтацію у минуле з негативним, песимістичним ставленням до майбутнього.

Отримана структура перемінних описує минуле як етап життя, що характеризується насиченістю подіями та враженнями, активністю, енергійністю, високим рівнем мотивації, цілеспрямованості, наявністю перспектив, планів та діяльності з їх реалізації. Емоційні переживання, що стосуються минулого, носять позитивний характер, пов'язані з відчуттям спокою, радості, задоволення, впевненості та ін.

Ставлення до майбутнього за цим чинником виражається в оцінках його як безнадійного, пасивного, неструктурованого. Значні життєві цілі та плани відсутні. Властиве відчуття реалізованості, відсутності життєвого потенціалу, «психологічна старість».

Отже, перший чинник характеризується загальним песимістичним ставленням до майбутнього із «втечею» у приємне минуле. З урахуванням названих характеристик, цей чинник можна назвати «позитивне минуле – песимістичне майбутнє».

Чинник 2, який пояснює 15,796 % загальної дисперсії, було утворено наступними перемінними.

За методикою «ОПІ»: оцінка насиченості минулого (0,476).

За «СДЧ»: оцінка минулого загальна (0,701) та за чинниками «активність» (0,928), «емоційне забарвлення» (0,66), «розмір» (0,849).

За опитувальником ZTP1: оцінки за шкалами «негативне минуле» (-0,451), «позитивне минуле» (0,453).

За методикою «Психологічна автобіографія»: середній час ретроспекції (0,702) та ретроспекції радісних подій (0,715); кількість подій минулого загальна (0,462) та радісних подій (0,479).

Перемінні, що створюють цей чинник, пов'язані виключно з позитивною характеристикою прожитого етапу життя людини. Чинник пов'язаний з ідеалізованим сприйняттям минулого як насиченого важливими подіями, активного, стрімкого, радісного, світлого, яскравого, сповненого значними життєвими здійсненнями. Людині властивий відхід у минуле, відсутність життєвих перспектив, значних життєвих очікувань та інтересу до майбутнього, життєва реалізованість.

Назва, яка більш за все підходить до цього чиннику – «занурення у минуле».

Чинник 3 (пояснює 12,641 % загальної дисперсії).

Перемінні, що отримані за методикою «ОПІ»: оцінка насиченості минулого (0,536), майбутнього (0,959) та життя в цілому (0,740); суб'єктивна реалізованість (-0,422);

За методикою «СДЧ»: оцінка минулого за-

гальна (0,456) та за чинником «структура» (0,487); оцінка майбутнього за чинниками «активність» (0,502) та «структура» (0,633).

За опитувальником ZPTI: оцінки за шкалами «майбутнє» (0,689), «позитивне минуле» (0,477), «фаталістичне теперішнє» (-0,454).

За методикою «Психологічна автобіографія»: загальна кількість подій (0,571); кількість подій майбутнього – загальна (0,694) та радісних (0,731).

Утворюваний такими перемінними чинник відображає позитивне сприйняття минулого з орієнтацією у майбутнє. Для його оцінок притаманне приємне, ідеалізоване, ностальгічне уявлення з відсутністю негативних спогадів та переживань. Прожитий етап сприймається як насичений важливими подіями та значними досягненнями. Орієнтація у майбутнє характеризується великою продуктивністю створення його образів, значною кількістю запланованих подій, розробленими життєвими планами та перспективами, усвідомленням наявності нереалізованого життєвого потенціалу.

Названі характеристики чинника дозволяють позначити його як «позитивне минуле – позитивне майбутнє».

Чинник 4 (11,139 % загальної дисперсії).

Перемінні за методикою «ОПІ»: оцінка насиченості теперішнього (0,492) та майбутнього (0,457).

За методикою «СДЧ»: оцінка теперішнього – загальна (0,621), за чинниками «емоційне забарвлення» (0,479), «структура» (0,719); оцінка майбутнього за чинником «структура» (0,542).

За опитувальником ZPTI: оцінки за шкалою «майбутнє» (0,451).

За методикою «Психологічна автобіографія»: середній час антиципації (0,764), антиципації радісних (0,735) та сумних подій (0,642); загальна кількість подій майбутнього (0,472), радісних (0,46) та сумних подій майбутнього (0,459).

Отже, для цього чиннику характерна виражена орієнтація на існування у теперішньому часі, сприйняття його як насиченого, яскравого, пов'язаного з високим рівнем мотивованості, активною діяльністю, спрямованою на досягнення значущих цілей. Людина є відкритою досвіду сьогодення, відчуває позитивні емоції, сповнена енергії. Позитивне ставлення до минулого у цьому чиннику пов'язане із вираженою орієнтацією на структурування свого майбутнього. Людина має добре розроблені, віддалені та розповсюджені у прийдешнє життєві прогнози та плани. При цьому, слід зазначити, що позитивні емоційні оцінки майбутнього у чиннику відсутні.

Таким чином, четвертий чинник можна охарактеризувати як орієнтацію за типом «позитивне теперішнє – структуроване майбутнє».

Чинник 5 (пояснює 9,775 % загальної дисперсії).

За методикою «ОПІ»: оцінка насиченості теперішнього (0,503).

За методикою «СДЧ»: оцінка теперішнього за чинниками «емоційне забарвлення» (0,464) та «відчуваємість» (0,483); оцінка майбутнього – загальна (0,812) та за чинниками «емоційне забарвлення» (0,872), «розмір» (0,797), «відчуваємість» (0,94).

Отже, п'ятий чинник, як і четвертий, відображає ідеалізовану реконструкцію минулого, приємне переживання отриманого досвіду, радість та задоволення, пов'язані із подіями, що вже відбулися. Ставлення до майбутнього також є позитивним – воно сприймається як радісне, світле, яскраве, пов'язане з приємними емоціями та очікуваннями. В той же час, в цьому чиннику позитивні емоційні оцінки майбутнього не пов'язані із когнітивною розробленістю образів майбутнього (відсутній зв'язок із створенням життєвих планів та прогнозів). Отже, п'ятий чинник доцільно назвати «позитивне теперішнє – емоційно забарвлене позитивне майбутнє».

Чинник 6 (8,888 % загальної дисперсії)

За методикою «ОПІ»: оцінка насиченості теперішнього (-0,45); очікувана тривалість життя (-0,453); суб'єктивна реалізованість (0,462); психологічний вік (0,525); коефіцієнт дорослості (0,471).

За методикою «СДЧ»: оцінка теперішнього за чинниками «активність» (-0,703), «емоційне забарвлення» (-0,532); оцінка минулого – загальна (-0,501) та за чинником «емоційне забарвлення» (-0,454); оцінка майбутнього – загальна (-0,492) та за чинниками «емоційне забарвлення» (-0,473), «відчуваємість» (-0,521);

За опитувальником ZPTI: оцінки за шкалами «негативне минуле» (0,836) та «фаталістичне теперішнє» (0,499).

За методикою «Психологічна автобіографія»: середній час ретроспекції (0,467) та ретроспекції сумних подій (0,521); кількість сумних подій минулого (0,803).

Для цього чиннику характерною є фіксація уваги на сумних аспектах минулого, теперішнього та майбутнього. Для всіх життєвих етапів властиві низький рівень активності та ініціативності, що доходить до пасивності та безініціативності; зниження мотиваційного потенціалу, відсутність прагнення до значущих цілей, нестача бажання прикладати зусилля

до перетворення несприятливої ситуації. Для людини властиве відчуття спустошеності та повної реалізованості, «психологічна старість», позиція «спостерігача за власним життям».

Таким чином, шостий чинник, який створюють перемінні, що пов'язані із загальним песимістичним ставленням людини до всіх етапів свого життя, можна охарактеризувати як орієнтацію на «песимістичну суб'єктивну картину часу життя».

Чинник 7 (пояснює 8,392 % загальної дисперсії).

За методикою «ОПІ»: оцінка насиченості теперішнього (0,524); очікувана тривалість життя (0,488).

За методикою «СДЧ» – оцінка теперішнього – загальна (0,536) та за чинниками: «активність» (0,579); «розмір» (0,495); «відчуваємість» (0,459).

За опитувальником ZTPІ: оцінки за шкалою «гедоністичне теперішнє» (0,685).

Отже, до цього чиннику увійшли перемінні, що описують орієнтацію людини виключно на актуальний етап свого існування. Це такі характеристики, як оцінка свого теперішнього як періоду, сповненого значущими, приємними подіями, сприйняття його як радісного, світлого, яскравого періоду пов'язаного із високим рівнем мотивації, активності, енергійності. Також для людини характерним є безтурботне, гедоністичне ставлення до життя; орієнтація на пошук задоволень, насолоди в теперішньому; відсутність турботи про завтрашній день.

Таким чином, сьомий чинник можна охарактеризувати як орієнтацію на «занурення у теперішнє».

Чинник 8 (пояснює 7,457 % загальної дисперсії).

За методикою «ОПІ»: оцінка насиченості теперішнього (0,841) та життя в цілому (0,493); суб'єктивна реалізованість (-0,458); психологічний вік (-0,466); коефіцієнт дорослості (-0,46).

За методикою «СДЧ»: оцінка теперішнього за чинниками «розмір» (0,47) та «структура» (0,461); оцінка минулого за чинниками «розмір» (0,467) та «відчуваємість» (0,831); оцінка майбутнього за чинниками «активність» (0,592) та «структура» (0,479).

За опитувальником часових перспектив ZTPІ: оцінки за шкалами «майбутнє» (0,508) та «позитивне минуле» (0,471).

За методикою «Психологічна автобіографія»: загальна кількість подій (0,454); кількість подій майбутнього (0,469); радісних подій майбутнього (0,551).

Останній восьмий чинник створений перемінними, які пов'язані із конструктивним ставленням людини до всіх етапів свого життя. Минуле сприймається як приємний, радісний, яскравий, насичений період, сповнений цінного, корисного досвіду. Теперішнє пов'язане із позитивними емоційними переживаннями, високим рівнем активності та енергійності, насолодою від життя, відкритістю новим враженням. Майбутнє характеризується позитивними емоційними оцінками, наявністю структурованих, розроблених планів та перспектив, оптимізмом, значними життєвими прагненнями та очікуваннями. Людина досить далеко заглядає у своє прийдешнє, передбачає та планує те, що з нею трапиться. Їй притаманна відсутність відчуття життєвої реалізованості, наявність значного творчого потенціалу, психологічна молодість, переконання в тому, що хоча в минулому й відбулася значна кількість важливих подій, попереду ще досить багато життєвих здійснень, цікавих можливостей для реалізації особистісних ресурсів.

Подібні характеристики ставлення до життя можна позначити як «гармонійний тип» часової орієнтації.

Організація суб'єктивної картини часу життя людини є багатомірною психологічною реальністю. Особливості сприйняття, емоційне ставлення людини, розробленість образів різних життєвих етапів (минулого, теперішнього, майбутнього) та інші компоненти суб'єктивної картини життя утворюють між собою складні структурні зв'язки.

Чинникний аналіз даних, отриманих у дослідженні, дозволив інтегрувати результати різних методик, спрямованих на діагностику часу життя, у побудові структурної моделі суб'єктивної картини життєвого часу. Аналіз перемінних, що увійшли до кожного чиннику, дозволив описати вісім типів орієнтацій у суб'єктивній картині життєвого часу: «позитивне минуле – песимістичне майбутнє», «занурення у минуле», «позитивне минуле – позитивне майбутнє», «позитивне теперішнє – структуроване майбутнє», «позитивне теперішнє – емоційно забарвлене позитивне майбутнє», «песимістична суб'єктивна картина часу життя», «занурення у теперішнє», «гармонійний тип».

Перспективи подальших досліджень мають полягати у створенні теоретично та емпірично обґрунтованої психодіагностичної методики для вивчення організації суб'єктивної картини часу життя як багатомірної реальності.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Вассерман Л.И.* Семантический дифференциал времени как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах / [Л. И. Вассерман, О. Н. Кузнецов, В. А. Ташлыков и др.]. – СПб.: СПб НИПНИ им. В.М.Бехтерева, 2005. – 27 с.
2. *Коржова Е.Ю.* Методика «Психологическая биография» в психодиагностике жизненных ситуаций [Текст] / Е Ю. Коржова. – К.: МАУП, 1994. – 109 с.
3. *Кроник А.А.* Каузометрия [Текст] : Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути / А. А.Кроник, Р. А. Ахмеров. – М.: Смысл, 2003. – 258 с.
4. *Нюттен Ж.* Мотивация, действие и перспектива будущего [Текст] / Ж. Нюттен. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.
5. *Сырцова А.* Методика Ф.Зимбардо по временной перспективе [Текст] / А. Сырцова, Е. Соколова, О. Митина // Психологическая диагностика. – 2007. – № 1. – С. 85-106.

Стаття надійшла до редакції 12.10.2009 р.

