

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ И САМООРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

**Кочнева Е.М., Блохина М.А.**

В статье представлены результаты теоретического анализа исследований времени как феномена характеризующего социально-психологическую реальность жизнедеятельности человека. Обозначены направления исследования проблемы осознанного построения временных перспектив в разных контекстах: временная перспектива и личное отношение ко времени как основа всех остальных психологических процессов и отношений; временная перспектива личности как поле для разворачивания субъективной картины жизненного пути со всеми событиями и связями между ними; типология личностей как связующее звено между субъективным (психологическим) и объективным (физическим, социокультурным, историческим) временем; способность человека к прогнозированию (механизмы прогнозирования) как необходимое условие формирования и развития временной перспективы; временная перспектива как новообразование подросткового и раннего юношеского возраста. Приведены результаты исследования особенностей (когнитивных и эмоциональных компонентов) субъективного восприятия времени обучающимися, его осознанию и осмыслению. Исследованы показатели по пяти факторам оценки времени (активность времени, эмоциональная окраска времени, величина времени, структура времени и ощущаемость времени) в отношении прошедшего, настоящего и будущего времени у юношей и девушек. Исследована сформированность навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, особенностей структурирования деятельности. Проанализирована взаимосвязь между показателями субъективного восприятия времени и уровнями самоорганизации деятельности респондентов.

**Ключевые слова:** семантический дифференциал времени, прошедшее время, настоящее время, будущее время, активность времени, эмоциональная окраска времени, величина времени, структура времени и ощущаемость времени, самоорганизация деятельности, студенты.

## **PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF TIME PERCEPTION AND SELF-ORGANIZATION OF STUDENTS' ACTIVITIES**

**Kochneva E.M., Blokhina M.A.**

The article presents the results of a theoretical analysis of time research as a phenomenon that characterizes the socio-psychological reality of human life. There are marked the directions of the study of the problem of consciously constructing time perspectives in different contexts: a temporal perspective and a personal attitude to time as the basis of all other psychological processes and relationships; the temporal perspective of the individual as a field for the unfolding of the subjective picture of the life path with all the events and connections between them; typology of personalities as a link between subjective (psychological) and objective (physical, socio-cultural, historical) time; the ability of a person to predict (forecasting mechanisms) as a necessary condition for the formation and development of a time perspective; temporary perspective as a neoplasm of adolescence and early adolescence. The results of the study of the features (cognitive and emotional components) of the subjective perception of time by students, their awareness and understanding are given. The indicators for the five factors of time evaluation (activity of time, emotional coloring of time, amount of time, structure of time and sensibility of time) are investigated in relation to the past, present and future time of young men and women. The formation of tactical planning skills and strategic goal-setting, features of the structuring of activities. The interrelation between the indicators of subjective perception of time and the levels of self-organization of respondents' activity is analyzed.

**Keywords:** semantic time differential, past tense, present tense, future tense, activity of time, emotional coloring of time, amount of time, structure of time and sensibility of time, self-organization of activity, students.

## Введение

Время как научная категория в психологической науке понимается как множество разнообразных психологических/социально-психологических явлений (психическое время, психологическое время, культурно-историческое время, социальное время, временная перспектива и т.д.), каждое из которых имеет свое научное обоснование и терминологический аппарат.

В философии «время – это присущая человеческому сознанию форма восприятия изменения: возникновения, становления, течения, разрушения в мире, а также его самого вместе со всем тем, что к нему относится. Время существует, поскольку сознание воспринимает изменения, постоянно происходящие во внутреннем и внешнем мире» [6, с. 85]. Следует отметить, что различают «объективное» (измеряемое физическими изменениями) и «субъективное» время (основанное на осознании, переживании, отношении к времени) [4].

В психологии накоплен определенный опыт исследований времени как феномена характеризующего социально-психологическую реальность жизнедеятельности человека в разных контекстах, так: а) показано, что представления о времени формируются на основе генетически детерминированного уровня переживания времени (Л.Я. Беленькая, Е.И. Головаха, Ф. Зимбардо, А.А. Кроник, А.В. Рыжухин и др.); б) доказано, что мотивация влияет на восприятие времени в деятельности (Н.Ф. Будиянский, Н.А. Калугина, Ж. Нюттен, В.С. Шин, М.Ю. Широкая и др.); в) изучены психологические и психофизиологические особенности восприятия времени здоровыми и больными людьми (К.Н. Блохин, М.Н. Горбачев, О.В. Сысоева и др.); г) особенности восприятия времени людьми разного возраста (Н.В. Давиденко, Е.В. Лебедева и др.).

В психологической науке наблюдается стойкий интерес к проблеме осознанного построения временных перспектив среди отечественных и зарубежных авторов, которые изучали: а) временную перспективу и личное отношение ко времени как основу всех остальных психологических процессов и отношений (Дж. Бойд, Ф. Зимбардо, Д. Креч, Р. Крачфилд, К. Левин и др.); б) временную перспективу личности как поле для разворачивания субъективной картины жизненного пути со всеми событиями и связями между ними (Р. А. Ахмеров, Е. И. Головаха, Е. В. Камнева, А. А. Кроник, Е.М. Кочнева, Д. А. Леонтьев, Е. Ю. Мандрикова, К.Е. Орлова, В. С. Хомик, Е. В. Шелобанова и др.); в) типологию личностей как связующее звено между субъективным (психологическим) и объективным (физическим, социокультурным, историческим) временем (К. А. Абульханова-Славская, Т. Н. Березина, Н. Ю. Григоровская, В. И. Ковалев, Л. Ю. Кублицкене и др.); г) способность человека к прогнозированию (механизмы прогнозирования) как необходимое условие формирования и

развития временной перспективы (П. К. Анохин, Н. А. Бернштейн, Г. Е. Журавлев, В. А. Иванников, Б. Ф. Ломов, А. К. Осницкий, Л. А. Регуш, Е. Н. Сурков, И. М. Фейгенберг); д) временную перспективу как новообразование подросткового и раннего юношеского возраста (М. Р. Гинзбург, И. С. Кон, С. В. Кривцова, В. Г. Немировский, Н. Н. Толстых, Д. И. Фельдштейн и др.) [5].

Таким образом, продолжительность многих социально-психологических ситуаций, в которых находится человек, многократно сокращаются из-за увеличения темпа современной жизни. То, что раньше можно было сделать за неделю, сегодня необходимо выполнить за один день. Все это накладывает отпечаток на восприятие, отношение и переживание человеком времени как атрибутивного свойства своей жизнедеятельности, а неспособность «успевать» может привести к социально-психологической дезадаптации, невротическим расстройствам, повышению социальной тревожности и отказу человека от активного руководства (планирования, прогнозирования, проектирования и т.д.) своей жизнью.

Целью нашего эмпирического исследования стало изучение особенностей (когнитивных и эмоциональных компонентов) субъективного восприятия времени обучающимися, его осознанию и осмыслению, а также исследование способности студентов к самоорганизации деятельности.

Гипотезы: а) существует связь между показателями субъективного восприятия времени и уровнями самоорганизации деятельности респондентов; б) существуют гендерные различия в субъективных показателях восприятия времени и самоорганизации деятельности.

В исследовании приняли участие 44 студента педагогического вуза, 14 юношей и 30 девушек. В качестве диагностического инструментария мы использовали опросник самоорганизации деятельности и методику семантического дифференциала времени.

Анализ, полученных результатов проводился по следующим направлениям: а) расчет средних показателей по пяти факторам (активность времени, эмоциональная окраска времени, величина времени, структура времени и ощущаемость времени) относительно прошедшего, настоящего и будущего времени; б) сопоставление средних показателей по пяти факторам оценки времени у юношей и девушек; в) расчет и сопоставление данных о сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, особенностей структурирования деятельностью.

Расчет и сопоставление данных по методике «Семантический дифференциал времени». Анализ результатов по методике «Семантический дифференциал времени» позволил сделать следующие выводы. Существуют различия в оценке времени (прошедшее, настоящее, будущее) у юношей и девушек, однако результаты по всем факторам находятся в пределах нормативных показателей (Таблица 1).

Таблица 1.

Сопоставление средних результатов юношей и девушек по методике семантического дифференциала времени (n=44)

		прошедшее		настоящее		будущее	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
1	Активность времени	-0,71	3,8	1,5	4,15	4,6	5,3
2	Эмоциональная окраска времени	-1,4	5,5	3,8	4,8	2,6	6,8
3	Величина времени	2,0	8,1	0,33	3,8	7,2	8,1
4	Структура времени	-2,3	0,15	2,0	3,1	2,2	5,3
5	Ощущаемость времени	0,6	3,6	1,8	4,2	-3,8	3,25

Юноши воспринимают прошедшее и настоящее время по фактору активности как пассивное и застывшее; по фактору эмоциональной окраски – тусклым, печальным, тревожным и серым (74%); по фактору величины времени – маленькое, мгновенное, мелкое (72%); по фактору структуры времени – неритмичным, непонятным, прерывистым (68%); по фактору ощущаемости времени – далеким и замкнутым (64%).

Респонденты девушки воспринимают прошедшее и настоящее время более позитивно и отмечают следующие характеристики: по фактору активности как активное, стремительное и плотное (65%); по фактору эмоциональной окраски – радостное, яркое и цветное (64%); по фактору величины времени – большое и широкое (62%); по фактору структуры времени – понятным и ритмичным (58%); по фактору ощущаемости времени – реальным и близким (64%).

Респонденты (юноши и девушки) одинаково позитивно оценивают будущее время по четырем факторам (фактор активности, фактор эмоциональной окраски, фактор величины и фактор структура времени). По фактору ощущаемости времени юноши демонстрируют отрицательные результаты, что свидетельствует о том, что для них будущее время – это далекое, кажущееся, неоощуемое и замкнутое (76%). Девушки относятся к будущему времени более оптимистично (72%).

Расчет и сопоставление данных о сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, особенностей структурирования деятельности. Анализ результатов по методике показал, что у подавляющего большинства юношей (76%) и девушек (82%) показатели по шкалам «настойчивость», «фиксация», «самоорганизация», «ориентация на настоящее» находятся в пределах нормы, т.е.

респондентам в рамках нашей выборки удается сочетать структурированный подход к организации своей жизнедеятельности со спонтанной и гибкой жизненной позицией (Таблица 2).

Таблица 2.

Сопоставление средних показателей по шкалам  
самоорганизации деятельности юношей и девушек  
(n=44)

	Планомерность	Целеустремленность	Настойчивость	Фиксация	Самоорганизация	Ориентация на настоящее	Общий балл
Юноши	24	25,5	24,5	20	13	9,5	116,5
Девушки	16,8	23,7	17,4	20,9	10,4	9,4	98,6

По шкале «планомерность» многие юноши (52%) имеют результаты выше нормы, что свидетельствует о том, что они достаточно планомерны, ориентированы на последовательную реализацию поставленных целей, имеют навыки тактического планирования. По шкале «целеустремленность» у респондентов (68% юношей и 74% девушек) имеют результаты ниже нормы, следовательно, они не всегда четко видят свои цели или не склонны ставить перед собой конкретные цели, им может быть не свойственно целенаправленное стремление для достижения своих целей. Эти данные подтверждаются данными, которые были получены и опубликованы нами ранее [1; 2; 3; 7].

Проверка гипотезы о наличии связи между показателями субъективного восприятия времени и уровнями самоорганизации деятельности респондентов (коэффициент корреляции Пирсона) выявила слабую и статистически незначимую связь рассматриваемых показателей.

Таким образом, гипотезы о существовании связи между показателями субъективного восприятия времени и уровнями самоорганизации деятельности респондентов и о наличии половых различий в субъективных показателях восприятия времени и самоорганизации деятельности, подтвердились частично.

#### Литература

1. Кочнева Е.М., Пахомова Л.Ю. Условия оптимизации развития мотивационной готовности студентов к профессиональной деятельности// Вестник АГУ. Серия 3: Педагогика и психология, 2011. №3. С. 53-61.

2. Кочнева Е.М. Подходы к изучению понятий «позиция» и «профессиональная позиция» в психологии / Е.М. Кочнева, Д.В. Жарова, Е.А. Костылева, Т.Г. Харитоновна // Азимут научных исследований: педагогика и психология, 2017. Т.6. №2 (19). С. 255-259.

3. Кочнева Е.М., Морозова Л.Б. Профессиональная ответственность как предмет психологических исследований // Вестник Мининского университета. 2016 г. №4 (17). С. 30.  
URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/311>

4. Время: Свободная энциклопедия Википедия. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Время> (дата обращения: 26.10.2018).

5. Электронная библиотека диссертация «disserCat». URL: [www.dissercat.com](http://www.dissercat.com) (дата обращения: 26.10.2018).

6. Философский словарь: основан Г. Шмидтом. – 22-е, новое, переработ. изд. под ред. Г. Шишкоффа / Пер. с нем. / Общ. ред. В.А. Малинина. – М.: Республика, 2003. – 575 с.

7. Kochneva E.M., Blokhina M.A. SOCIAL ANXIETY SUCCESSFULNESS OF EDUCATIONAL ACTIVITIES IN STUDENTS. MODERN SCIENCE. 2018 – No 8. pp. 29-33.

---

*Кочнева Елена Михайловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии, факультета психологии и педагогики, ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К.Минина», e-mail: [e.m.kochneva@yandex.ru](mailto:e.m.kochneva@yandex.ru)*

*Блохина Мария Александровна, магистр факультета психологии и педагогики, ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К.Минина», e-mail: [maria03.21.96@mail.ru](mailto:maria03.21.96@mail.ru)*