

УДК: 159

DOI: 10.25629/НС.2023.07.26

ОСОБЕННОСТИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ У ЛИЦ СТУДЕНЧЕСКОГО ВОЗРАСТА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОЙ НЕСТАБИЛЬНОСТИ

Ефремкина И.Н.

Пензенский государственный технологический университет

АННОТАЦИЯ

В статье рассматривается проблема временной перспективы в связи с психологическим благополучием личности. Представлены результаты исследования особенностей временной перспективы (отношения ко времени) у лиц студенческого возраста с разным уровнем субъективного благополучия. В ходе исследования были выделены две подвыборки испытуемых: с уровнем субъективного благополучия личности выше среднего и ниже среднего. Обнаружены различия в эмоциональном, ценностном отношении ко времени, а также личностном контроле времени у студентов с разным уровнем субъективного психологического благополучия, а именно: выявлены различия по индексу эмоционального отношения к прошлому, настоящему и будущему, а также по индексу «личностный контроль времени» по отношению к настоящему и будущему. По индексу «ценностное отношение» различий между подвыборками не выявлено: для всех испытуемых характерно восприятие прошлого, настоящего и будущего как осмысленных, интересных, насыщенных событиями, значительных, своих. Аттитюд к будущему не обнаруживает связи с показателями субъективного благополучия в обеих подвыборках. Все респонденты дали оценки выше среднего по эмоциональному, ценностному отношению к будущему, а также личностному контролю времени по отношению к будущему.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

временная перспектива, аттитюд (отношение) ко времени, субъективное психологическое благополучие.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время проблема временной перспективы личности относится к числу междисциплинарных. Научные исследования, связанные с нею, ведутся в рамках философии, социологии, педагогики, психологии.

В психологической науке проблема времени личности, временной перспективы изучалась с позиции ценностно-смысловой, мотивационной сфер личности (Абульханова-Славская К.А., Березина Т.Н., Квасова О.Г., Чудновский В.Э., Нюттен Ж. и др.), жизненного пути личности (Ковалев В.И., Головаха Е.И., Кроник А.А.), возрастных особенностей (Толстых Н.Н., Сырцова А., Митина О.В., Овчинников М.В., Петухова А.С. и др.).

Исследователи, занимающиеся проблемой временной перспективы личности (Бойд Дж., Зимбардо Ф., Нюттен Ж.), полагают, что она определяет мироощущение в целом, принятие прошлого и настоящего, планирование будущего, хотя может быть не вполне осознаваемой человеком.

Ж. Нюттен, характеризуя понятие временной перспективы, отмечает его неоднозначность и в качестве одного из аспектов которого определяет как «временную установку, то есть более или менее позитивную или негативную настроенность субъекта по отношению к прошлому, настоящему или будущему» [8, С. 355]. Указанное понимание временной перспективы будет основным в данной статье.

Временную перспективу личности исследователи связывают как с социальными, так и индивидуальными характеристиками личности [3] и определяют как «совокупное видение человеком событий собственной жизни, представление их в определенной временной отнесенности и последовательности» [10, С. 19]. Отмечается интегрирующая функция временной перспективы, которая позволяет человеку не только кодировать, хранить и актуализировать свой опыт, но и выстраивать ожидания, цели, вероятные планы и воображаемые сценарии [3, С. 28] и таким образом регулировать деятельность и жизнь в целом [10, С. 19].

В диссертационном исследовании О.Г. Квасовой предлагается рассматривать временную перспективу как «единство реконструирования прошлого, актуализации настоящего и конструирования будущего» [4, С. 8], как «как динамическое образование, трансформирующееся в процессе изменения смысловой структуры жизненного мира» [4, С. 8].

Исследуется взаимосвязь временной перспективы личности и жизнестойкости у респондентов студенческого возраста [8], временной перспективы и уровня психологической безопасности [6].

В настоящее время исследователями отмечается разрыв между значительными трансформациями, происходящими практически во всех сферах жизни нашего общества, и затруднённой адаптацией к ним, что порождает нарастание тревожности, психоэмоциональной напряжённости и неуверенности в завтрашнем дне [5; 13], при этом акцент в некоторых исследовательских работах делается, с одной стороны, на социальной обусловленности психологического благополучия личности, а с другой – на то, что субъективное благополучие отражает социально-экономические трансформации, происходящие в обществе [14].

Р.М. Шамионов предлагает рассматривать психологическое субъективное благополучие как производное от отношений человека явление и определяет его как «эмоционально-оценочное отношение человека к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное для него значение с точки зрения усвоенных нормативно-ценностных и смысловых представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде, выражающееся в удовлетворенности ею, ощущении счастья» [15, С. 77]. При этом учёный исходит из понимания субъективного благополучия как синтетического социально-психологического образования, которое включает «ряд компонентов, отражающих благополучность различных сторон бытия человека, среди которых наиважнейшими являются он сам, его переживания, деятельность и ее смыслы, созерцание, включенность в общность и общество (ориентированность на себя или на общность)» [16, С. 8].

Е.Е. Бочарова отмечает, что «субъективная оценка психологического благополучия отражает положение личности в системе социальных отношений, в контексте культуры, системы ценностей в соотношении с собственными целями, представлениями и ожиданиями» [2, С. 54].

Балашова Г.К. под благополучием в широком смысле понимает «общую, обычно позитивную, объективную или субъективную оценку качества жизни индивида в долговременной перспективе» [1, С. 58], которую можно применять для изучения не только субъективной удовлетворённости человека различными сторонами жизни, но и реализации жизненной стратегии личности.

Психологическое благополучие рассматривается как «базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку своего функционирования с точки зрения вершины потенциальных возможностей человека» [17, С. 17].

Субъективная оценка психологического благополучия связывается исследователями с «положением личности в системе социальных отношений, в контексте культуры, системой ценностей в соотношении с собственными целями, представлениями и ожиданиями» [2, С. 54].

Можно констатировать, что при всех различиях в приведённых определениях понятия психологического благополучия, они близки в том, что, во-первых, связывают переживание психологического благополучия, прежде всего, с внешними событиями, и, во-вторых, с субъективной оценкой вероятного будущего (временной перспективой). Однако сама взаимосвязь временной перспективы и субъективного благополучия личности исследуется недостаточно.

Прошедшее десятилетие не отличалось позитивными сдвигами в экономической, социальной, политической и культурной жизни российского общества. События 2022-2023 годов также сложно отнести к проявлению социальной стабильности. Как в таких условиях молодой человек видит свою временную перспективу, на основе которой он строит планы и регулирует свою жизнь и деятельность в целом? Есть ли особенности в отношении ко времени у лиц с разным уровнем психологического благополучия? Для получения ответов на эти вопросы необходимо провести исследование.

МЕТОДЫ (МЕТОДИКИ)

Объектом исследования является отношение ко времени, предметом выступают особенности временной перспективы (отношения ко времени) у лиц студенческого возраста с разным уровнем субъективного благополучия.

В основу исследования было положено предположение о существовании различий в эмоциональном, ценностном отношении ко времени, а также личностном контроле времени у студентов с разным уровнем субъективного благополучия.

Исследование проводилось с использованием методики диагностики субъективного благополучия личности Шамионова Р.М. и Бесковой Т.В. [16] и шкалы аттитюдов ко времени Ж. Нюттена (в адаптации К. Муздыбаева [7]).

В структуре субъективного благополучия авторы методики выделяют пять показателей (шкал), которые отражают разные его аспекты: «эмоциональное благополучие», «экзистенциально-деятельностное благополучие», «эго-благополучие», «гедонистическое благополучие» и «социально-нормативное благополучие» [16].

В методике «Шкала аттитюдов ко времени» Ж. Нюттена автор адаптации К. Муздыбаев выделяет три основных показателя (индекса): «эмоциональное отношение ко времени», «ценностное отношение ко времени», «личностный контроль времени» [7].

В исследовании приняли участие 106 человек, обучающихся в вузах г. Пензы, студенты 3-4 курсов в возрасте от 20 до 22 лет.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Обратимся к результатам исследования.

Анализ результатов, полученных при помощи методики диагностики субъективного благополучия личности, позволил выявить две подвыборки испытуемых: с уровнем субъективного благополучия личности выше среднего (1) в количестве 70 человек и ниже среднего (2) в количестве 36 человек.

Применение для статистического анализа t-критерия Стьюдента позволило выявить статистически достоверные различия между указанными подвыборками по всем шкалам опросника.

Таблица 1 – Результаты исследования субъективного благополучия личности

Шкалы	Подвыборка 1	Подвыборка 2	значения t-критерия
Эмоциональное благополучие	3,9	2,9	$t_{Эмп}=5.5^{**}$
Экзистенциально-деятельностное благополучие	3,7	2,9	$t_{Эмп}=4.9^{**}$
Эго-благополучие	3,6	2,7	$t_{Эмп}=5.4^{**}$
Гедонистическое благополучие	3,5	2,0	$t_{Эмп}=4.2^{**}$
Социально-нормативное благополучие	4,2	3,7	$t_{Эмп}=3.4^{**}$
Субъективное благополучие	3,7	3,0	$t_{Эмп}=7.5^{**}$

** при $p \leq 0,01$

Представленные данные позволяют предполагать, что для испытуемых из подвыборки 1 более свойственны переживание радости, оптимизма, хорошего расположения духа, событийно-смысловой насыщенности жизни, больше прикладываемых усилий для достижения благополучия; большая удовлетворённость собой (характером, внешностью), уверенность в себе (самопринятие). Также можно предполагать, что испытуемые из подвыборки 1 в большей степени удовлетворены условиями своей жизни (экономическими, экологическими, социально-психологическими) и её соответствием усвоенным социальным нормам, нравственным ценностям, межличностными отношениями, ощущая при этом внутреннее равновесие.

Таблица 2 – Различия в индексах отношения ко времени у групп с разным уровнем субъективного благополучия

Индексы отношения ко времени	Подвыборка 1	Подвыборка 2	значения t-критерия
Эмоциональное отношение к прошлому	5,4	4,3	$t_{ЭМП}=2.7^{**}$
Эмоциональное отношение к настоящему	4,9	3,8	$t_{ЭМП}=3.1^{**}$
Эмоциональное отношение к будущему	5,3	4,1	$t_{ЭМП}=2.8^{**}$
Ценностное отношение к прошлому	5,5	5,2	$t_{ЭМП}=1.1$
Ценностное отношение к настоящему	5,9	5,4	$t_{ЭМП}=1.8$
Ценностное отношение к будущему	6,2	5,9	$t_{ЭМП}=1.2$
Личностный контроль времени по отношению к прошлому	5,2	4,5	$t_{ЭМП}=2.0$
Личностный контроль времени по отношению к настоящему	5,5	4,4	$t_{ЭМП}=4.1^{**}$
Личностный контроль времени по отношению к будущему	5,7	5,1	$t_{ЭМП}=2.2^*$

* при $p \leq 0,05$

** при $p \leq 0,01$

Анализ полученных по индексу отношения ко времени «эмоциональное отношение» данных позволяет предполагать, что респонденты из подвыборки 1 склонны более позитивно относиться как к своему прошлому, так и настоящему и будущему, воспринимая их безопасными, светлыми, приятными, лёгкими и прекрасными. Тогда как респонденты из подвыборки 2 в основном нейтральны в своих эмоциях по отношению ко времени.

Как видно из таблицы 2, по индексу отношения ко времени «ценностное отношение» различий между обеими подвыборками не обнаружены. Все респонденты дали оценки выше среднего балла по показателям осмысленности, интереса, насыщенности событиями своих прошлого, настоящего и будущего.

Анализ данных, полученных по индексу «личностный контроль времени» показывает, что респонденты из подвыборки 1 оценивают более высокими баллами исполнение надежд, достижение успеха, активность и свободу прежде всего в настоящем.

Применение корреляционного анализа по Пирсону позволило выявить в подвыборке 1 наиболее тесные корреляционные связи (при $p=0.001$) между:

- 1) эмоциональным благополучием и эмоциональным отношением к прошлому (0,39); к настоящему (0,54);
- 2) эмоциональным благополучием и ценностным отношением к прошлому (0,41); к настоящему (0,57);
- 3) эмоциональным благополучием и личностным контролем по отношению к настоящему (0,43);
- 4) экзистенциально-деятельностным благополучием и ценностным отношением к настоящему (0,47);

5) социально-нормативным благополучием и эмоциональным отношением к прошлому (0,43).

Полученные результаты корреляционного анализа дают основание предполагать, что переживаемые испытуемыми позитивные эмоции, их оптимизм, воодушевление связаны с тем, насколько безопасным, лёгким, светлым они воспринимают своё прошлое и настоящее, насколько осмысленным, интересным, насыщенным событиями, принадлежащим себе оценивают прошлое и настоящее, а также насколько успешным, исполненным надежд, активным видят своё настоящее.

Также обнаруживается связь между результативностью прилагаемых усилий для достижения благополучия, событийно-смысловой насыщенностью жизни и восприятием осмысленности, интересности, насыщенности, значительности своего настоящего.

Кроме того, соответствие действий, поступков усвоенным социальным нормам, нравственным ценностям личности в указанной подвыборке связываются с восприятием прошлого как безопасного, приятного, светлого, прекрасного.

В подвыборке 2 наиболее тесные корреляционные связи (при $p=0.001$) обнаружены между:

1) экзистенциально-деятельностным благополучием и эмоциональным отношением к настоящему (0,63);

2) экзистенциально-деятельностным благополучием и ценностным отношением к настоящему (0,57) и будущему (0,65);

3) экзистенциально-деятельностным благополучием и личностным контролем по отношению к настоящему (0,59);

4) социально-нормативным благополучием и эмоциональным отношением к прошлому (-0,54);

5) социально-нормативным благополучием и ценностным отношением к настоящему (0,55);

6) социально-нормативным благополучием и личностным контролем по отношению к прошлому (-0,71).

Результаты корреляционного анализа позволяют предполагать, что у испытуемых с показателями субъективного благополучия ниже среднего характеристики прилагаемых усилий для достижения благополучия и их результативность, а также событийно-смысловая насыщенность жизни связаны с тем, как они ощущают своё настоящее, насколько оно кажется им безопасным, светлым, приятным, лёгким; насколько осмысленным, интересным, насыщенным событиями, значительным, своим собственным они видят своё настоящее и будущее; как оценивают исполнение надежд и успешность, активность и свободу в своём настоящем.

Обратная корреляционная связь социально-нормативного благополучия и эмоционального отношения к прошлому, социально-нормативного благополучия и личностного контроля по отношению к прошлому может говорить о том, что, чем более не соответствует жизнь усвоенным нравственным ценностям личности сейчас, тем более высокие оценки человек даёт своему прошлому, в частности, тому, насколько оно было безопасным, лёгким, светлым, успешным, активным, свободным.

И в то же время усвоенные нравственные ценности личности, соответствие им жизни и поступков связываются с оценкой осмысленности, значительности, насыщенности событиями жизни в настоящем.

Нетрудно заметить, что показатели субъективного благополучия не обнаруживают связи с временным отношением к будущему. Несмотря на то, что выявлены достоверные различия в установках по отношению ко времени между подвыборками, тем не менее, все респонденты дали оценки выше среднего по эмоциональному, ценностному отношению к будущему, а также личностному контролю времени по отношению к будущему.

Полученные данные согласуются с результатами исследования Трушиной И.А., Честюниной Ю.В., Забелиной Е.В., Телицыной А.Ю. [11], которые, сравнивая отношение ко времени японских и российских студентов, отметили оптимистичные (и даже крайне оптимистичные) оценки будущего российскими респондентами–студентами, объясняя это некоторой наивностью и инфантилизмом в отношении будущего, неумением прогнозировать риски и неготовностью к возможным трудностям.

Также полученные данные не противоречат выводу, который делает в своей статье Т.В. Улитенко, отмечая, что испытуемые студенты воспринимают временную зону будущего как более благоприятную, связывая это с ориентированностью молодых людей на будущее, образ которого можно «рассматривать как ресурс построения жизненного пути личности» [12, С. 291]. Автор объясняет это тем, что испытуемые, в силу своего возраста, «могут оценивать будущее как неисчерпаемый ресурс» [12, С. 292], соответственно, воспринимая его неоправданно оптимистично.

ВЫВОДЫ И ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования позволяют сделать следующие выводы.

1. Обнаружены различия в эмоциональном, ценностном отношении ко времени, а также его контроле у студентов с разным уровнем субъективного благополучия, а именно выявлены различия по индексу эмоционального отношения к прошлому, настоящему и будущему, а также по индексу «личностный контроль времени» по отношению к настоящему и будущему.

2. По индексу «ценностное отношение» различий между подвыборками не выявлено: для всех испытуемых характерно восприятие прошлого, настоящего и будущего как осмысленных, интересных, насыщенных событиями, значительных, своих.

3. Аттитюд к будущему не обнаруживает связи с показателями субъективного благополучия в обеих подвыборках. Все респонденты дали оценки выше среднего по эмоциональному, ценностному отношению к будущему, а также личностному контролю времени по отношению к будущему.

Таким образом, гипотеза частично подтвердилась. У студентов с разным уровнем субъективного благополучия существуют различия в отношении, прежде всего, к прошлому и настоящему.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Балашова Г.К. Опыт применения методики изучения субъективного благополучия в социологическом исследовании // Социология: методология, методы, математическое моделирование. 2012. № 35. С. 57-89. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18761909> (дата обращения 05.02.2023).

2. Бочарова Е.Е. Взаимосвязь субъективного благополучия и социальной активности личности: кросскультурный аспект // Социальная психология и общество. 2012. Том. 3. № 4. С. 53-63.

3. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. – СПб., 2010. – 352 с.

4. Квасова О.Г. Трансформация временной перспективы личности в экстремальной ситуации: Автореферат дисс. канд. психол. наук. – М., 2013. – 34 с. – URL: <http://medpsy.com/library/library179.pdf> (дата обращения 12.01.2023).

5. Корниенко Д.С. Личностные предикторы психологического благополучия // Фундаментальные исследования. 2014. №11 (2). С.429-432.

6. Краснянская Т.М., Тылец В.Г. Понятийные ориентиры развития психологической безопасности личности в предметном поле современных исследований // Образовательные науки и психология. 2013. №1 (23). С. 59–64. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21078386> (дата обращения 25.01.2023).

7. Муздыбаев К. Переживание времени в период кризисов // Психологический журнал. 2000. Т.21 №4. С. 5-21.
8. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.
9. Овчинников М.В., Петухова А.С. Взаимосвязь показателей жизнестойкости и временной перспективы личности в юношеском возрасте // Известия Уральского Федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2016. №3 (153). С. 115-120. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27171052> (дата обращения 21.01.2023)
10. Савлакова Н.М. Временная перспектива личности: теоретический анализ проблемы // Философия и социальные науки: Научный журнал. 2010. № 3. С. 18-24. – URL: https://elib.bsu.by/bitstream/123456789/8040/1/pages%20from%20ph%26ss_2010-3.%2018-24pdf.pdf (дата обращения 04.02.2023).
11. Трушина И.А., Честюнина Ю.В., Забелина Е.В., Телицына А.Ю. Адаптация методики «Шкала аттитюдов ко времени» Ж. Нютенна для диагностики отношения ко времени у японских студентов // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2021. №1 С. 107-116. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45586517> (дата обращения 20.02.2023).
12. Улитенко Т.В. Особенности восприятия времени студентами Дальневосточного региона // Вектор науки ТГУ. 2011. №4 (7). С. 289-293. – URL: http://edu.tltsu.ru/sites/sites_content/site1238/html/media67905/094_Ulitenko.pdf (дата обращения 21.01.2023).
13. Усынина Т.П., Цветнова А.Д. Психологическое благополучие студентов и факторы его определяющие // Вестник Совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. 2017. №1 (16) Т. 2. С. 122-124.
14. Фоломеева Т.В., Серегина И.И. Социальные представления о благополучии // Мир психологии. 2004. №3. С. 122-132.
15. Шамионов Р.М. Этнокультурные факторы субъективного благополучия личности // Психологический журнал. 2014. 35(4). С. 68–81. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21836180> (дата обращения 14.03.2023).
16. Шамионов Р.М., Бескова Т.В. Методика диагностики субъективного благополучия личности // Психологические исследования. 2018. Т. 11. №60. – URL: <https://psystudy.ru/index.php/nim> (дата обращения: 11.02.2023).
17. Эвнина К.Ю. Структура ценностно-смысловой сферы личности в контексте позитивной психологии // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: сб. статей / Составитель: Ю.В. Братчикова. – Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т., 2013. – 146с. С.17-22. – URL: <https://studylib.ru/doc/2356881/psihologicheskoe-blagopoluchie-lichnosti-v-sovremennom> (дата обращения 04.03.2023).

PECULIARITIES OF THE TIME PERSPECTIVE OF STUDENT AGE PERSONS WITH DIFFERENT LEVEL OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING UNDER CONDITIONS OF SOCIAL INSTABILITY

Efremkina I.N.

Penza State Technological University

ABSTRACT

The article deals with the problem of time perspective in connection with the psychological well-being of the individual. The results of a study of the characteristics of the time perspective (relations to time) in students of student age with different levels of subjective well-being are presented. In the

course of the study, two sub-samples of subjects were identified: with the level of subjective well-being of the individual above average and below average. Differences were found in the emotional, value attitude to time, as well as personal control of time among students with different levels of subjective psychological well-being, namely: differences were found in the index of emotional attitude to the past, present and future, as well as in the index "personal control of time" according to relation to the present and future. According to the "value attitude" index, no differences were found between the subsamples: all subjects are characterized by the perception of the past, present and future as meaningful, interesting, eventful, significant, their own. Attitude towards the future shows no connection with indicators of subjective well-being in both subsamples. All respondents gave above-average ratings in terms of emotional, value-based attitude to the future, as well as personal control of time in relation to the future.

KEYWORDS

time perspective, attitude to time, subjective psychological well-being.