

УДК 159.923.2

Т. В. Мезенцева

зав. лабораторії кафедри загальної психології та психології розвитку особистості, ОНУ імені І. І. Мечникова

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ З РІВНЕМ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ

У статті розглядається проблема часової перспективи особистості у контексті особистісної зрілості особистості. Виявлені особливості часової перспективи у особистостей з різним рівнем особистісної зрілості.

Ключові слова: часова перспектива, часова орієнтація, дорослість, зрілість, самоактуалізація, особистісна зрілість.

Постановка проблеми

Під час соціальних катаклізмів, розпаду держави, у періоди економічних криз порушується ритм та темп життя, розлагоджується синхронність соціальних процесів, утруднюється координація життєвих подій. У такий час раптово і примусово можуть бути змінені цінності і пріоритети у суспільстві. Багатьом здається, що вони випадають з незворотного життєвого потоку, оскільки не можуть пристосуватися до нових вимог життєвих обставин. У зв'язку з цим актуалізується проблема часових перспектив особистості, оскільки вона пов'язана з формуванням і трансформацією моделі власного майбутнього людини.

Сьогодні проблему часу розглядають у руслі самовизначення, виявляють часові аспекти «Я-концепції», ідентичності, категоріальних настанов особистості, самосвідомості, «образу Я» і т. ін. І в цьому зв'язку актуалізується феномен особистісної зрілості. Проблемі особистісної зрілості присвячені праці багатьох вітчизняних і зарубіжних дослідників (А. Маслоу, К. Гольдштейн, К. Левін, Ф. Перлз, Е. Фромм, В. Франкл, Б. Г. Ананьев, Л. І. Анциферова, К. О. Абульханова-Славська, Б. С. Братусь, Є. І. Головаха, ін.). Сучасні дослідження з даної проблематики більшою мірою знаходяться у рамках гуманістичної психології. Особистість стає старше, проходить різні вікові етапи, дорослішає. Однак, на думку гуманістів, «дорослість» і «зрілість» поняття не тотожні. Б. Г. Ананьев також підкреслював, що етапи зрілості людини як індивіда, як особистості, як суб'єкта діяльності, пізнання, спілкування не збігаються за часом [4]. Таким чином, існує безліч різних теоретичних підходів до визначення особистісної зрілості, проте до цієї пори проблема особистісної зрілості і часових перспектив практично не вивчена.

Мета статті. Провести теоретичне та емпіричне дослідження з метою виявлення взаємозв'язку між рівнем особистісної зрілості та часовою орієнтацією особистості.

Аналіз сучасних літературних джерел

Досліджуючи теоретичні підходи до розуміння особистісної зрілості, ми визначили, що в сучасних психологічних публікаціях виділяють два основні аспекти — зрілості як етапу життя і зрілості як рівня розвитку. Більш ранні дослідження вчених свідчать про те, що розуміння зрілості було прямо пов'язане з процесом дорослішання. Однак сучасні дослідження показують, що «зрілість» і «дорослість» поняття не тотожні.

Зрілість, на думку представників гуманістичної психології, виступає якістю особи, яка обумовлює способи здійснення і самоздійснення, організує життєвий шлях особистості, його напрямок, стратегії проходження, що регулює систему відносин особистості з навколишнім світом і самим собою, з результатами власної діяльності. Ці якості передбачають високий рівень розуміння себе, свого місця у світі, свого призначення. Отже, особистісно зріла людина має адекватну самооцінку, прагнення до досягнень, громадянську позицію, здатність до психологічної близькості з іншою людиною, не порушуючи меж своєї особистості та оточуючих. Особистісно зріла людина усвідомлює і приймає своє минуле, інтегрує його в своє теперішнє, планує своє майбутнє, пов'язуючи його з досвідом минулого, тобто у неї сформована часова перспектива.

Теоретичний аналіз літератури із проблеми часової перспективи дозволив зазначити, що означена перспектива — це часова глибина, або часове вимірювання життєвого світу (простору); при відсутності часової перспективи навколишній світ перетворюється в психологічне поле, а поведінка стає «польовою». Часова перспектива — це важливий особистісний конструкт, що відображає часовий аспект життя людини і має багатомірну структуру, що включає певний зміст і ряд динамічних параметрів: довжина, спрямованість, узгодженість, емоційний фон та інші. Американський дослідник Ф. Зімбардо розробив методику визначення часової перспективи особистості. У ній він виділив 5 основних часових орієнтацій: негативне минуле, позитивне минуле, гедоністичне теперішнє, майбутнє і фаталістичне теперішнє.

Організація та методики дослідження

У ході реалізації завдань нашого дослідження на всіх його етапах використовувався комплекс методів: теоретичний аналіз літературних джерел і емпіричні методи дослідження: спостереження, бесіда, тестування, методи описової статистики, порівняльний аналіз. В нашій роботі ми використовували наступні методики:

1) для визначення рівня особистісної зрілості: тест-опитувальник особистісної зрілості Ю. З. Гільбуха і методика діагностики самоактуалізації особистості А. В. Лазукіна в адаптації Н. Ф. Каліна (САМОАЛ);

2) методика вивчення часової перспективи, розроблена Ф. Зімбардо;

3) проективна методика «Американські гірки», розроблена Євою-Марією Ницше у рамках психотерапевтичного напрямку символ-драма.

Відповідно до поставленої мети дослідження нами було протестовано 49 осіб: 25 жінок і 24 чоловіки у віці від 17 до 51 року. Група наших піддослідних складалася з людей не тільки різного віку і статі, але й різних професій, рівня освіти, сімейного стану, соціального статусу.

Обробка і інтерпретація емпіричних даних

Провівши емпіричне дослідження, ми визначили рівень особистісної зрілості наших піддослідних і отримали наступні результати:

- Високий рівень особистісної зрілості мають 28,5 % випробуваних;
- Середній рівень особистісної зрілості — 59,1 % випробуваних;
- Низький рівень особистісної зрілості — 12,2 % випробуваних.

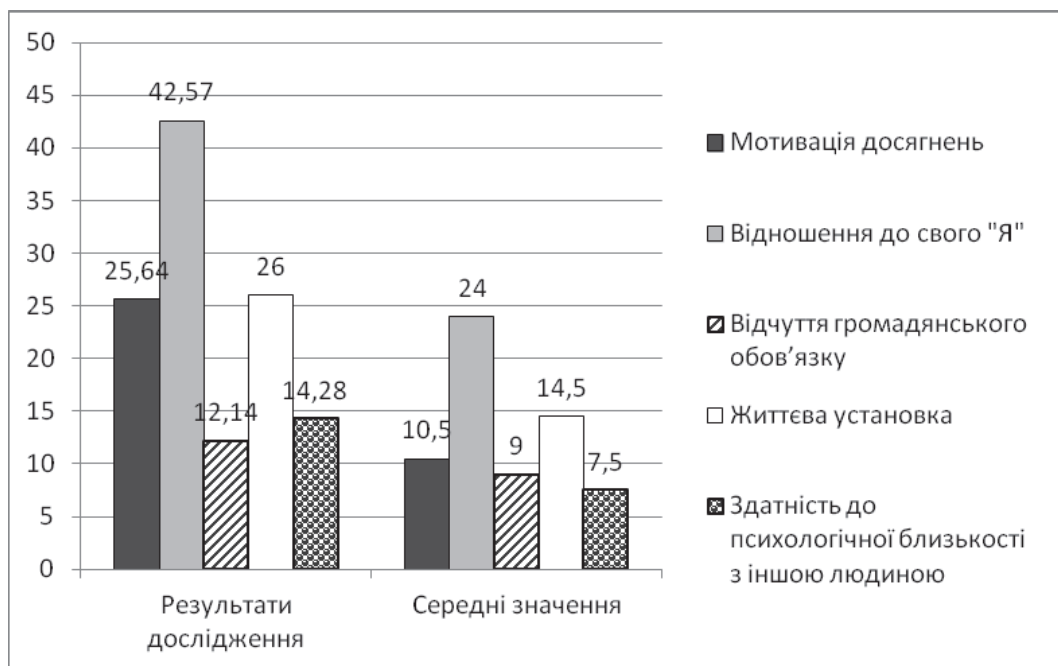


Рис. 1. Результати дослідження рівня особистісної зрілості — група з високими показниками

Як видно з рисунку 1, найбільш високі результати у групі з високими показниками особистісної зрілості по шкалах «Мотивація досягнень» та «Здатність до психологічної близькості з іншою людиною». Найменший показник по шкалі «Відчуття громадянського обов'язку».

Аналізуючи отримані результати (рис. 2) по групі із середніми показниками особистісної зрілості, можна констатувати, що майже по усіх шкалах тесту-опитувальнику Ю. З. Гільбуха у випробуваних середні показники.

За даними рисунку 3 можна зробити наступний висновок: у групі з низькими показниками особистісної зрілості найбільш розбігаються показники по шкалах «Мотивація досягнень» та «Відчуття громадянського обов'язку».

За допомогою методики А. В. Лазукіна ми визначили рівень самоактуалізації випробуваних і отримали такі дані:

- Високий рівень самоактуалізації — 28,5 % випробуваних;
- Середній рівень самоактуалізації — 59,1 % випробуваних;
- Низький рівень самоактуалізації — 12,2 % випробуваних.

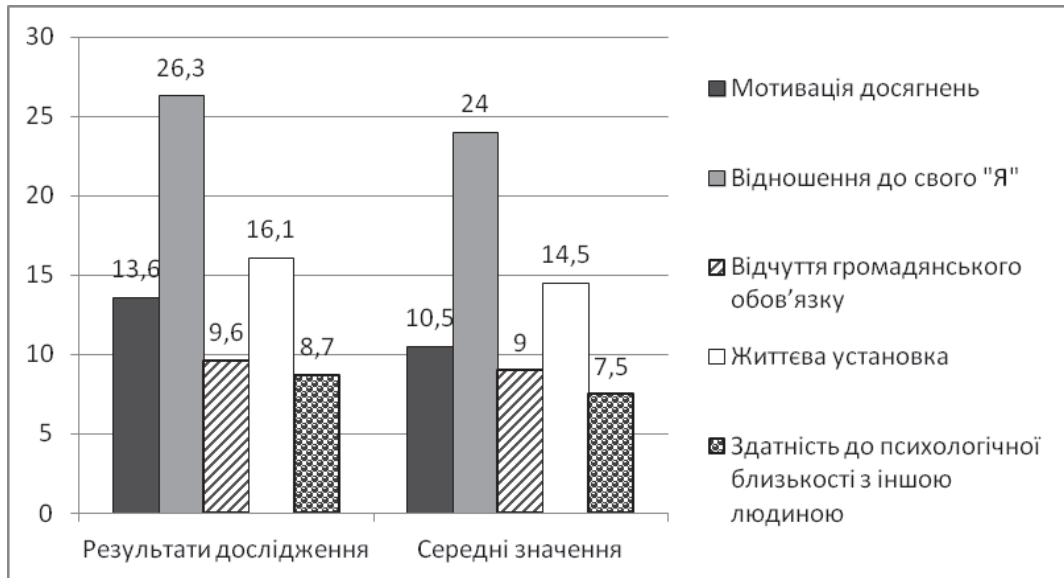


Рис. 2. Результати дослідження рівня особистісної зрілості — група із середніми показниками



Рис. 3. Результати дослідження рівня особистісної зрілості — група із низькими показниками

Як видно з отриманих даних, рівні особистісної зрілості і самоактуалізації збігаються.

Часову перспективу наших піддослідних ми визначили за допомогою методики Ф. Зімбардо. Орієнтацію на негативне минуле показало 6,12 % піддослідних; орієнтацію на гедоністичне теперішнє показало 34,6 % випробуваних; орієнтацію на майбутнє (мінімальне завищення від норми) —

8,16 % піддослідних, значне — 6,12 % випробуваних; орієнтацію на позитивне минуле показало 10,2 % випробуваних; орієнтацію на фаталістичне теперішнє — 18,36 % піддослідних.

Використовуючи порівняльний аналіз отриманих даних, ми визначили, що випробувані з високим рівнем особистісної зрілості і високим рівнем самоактуалізації не мають явно вираженої часової орієнтації.

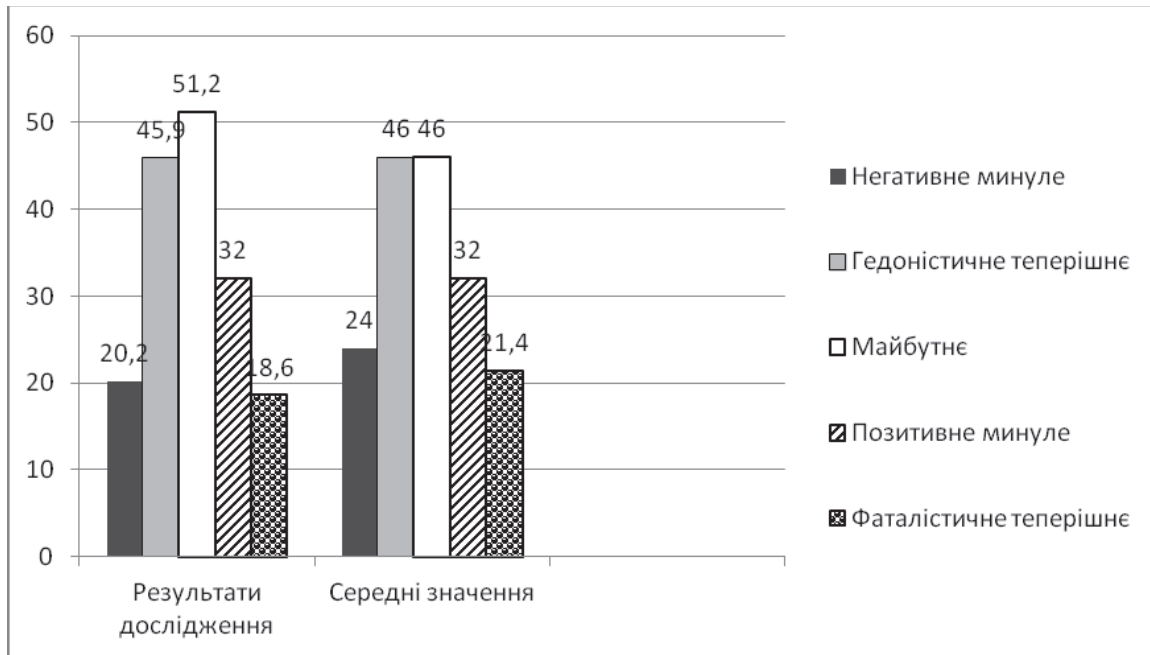


Рис. 4. Показники часової орієнтації у осіб з високим рівнем особистісної зрілості

Отримані дані можуть свідчити про те, що формуванню особистісної зрілості сприяє позитивний досвід минулого, що значно впливає на самооцінку, самосприйняття, саморозуміння, несе позитивний заряд з минулого в теперішнє і майбутнє, дає ресурс для реалізації цілей. Також можна припустити, що особистісно зрілі люди адекватно сприймають себе в сьогоденні, усвідомлюють свої можливості, потенціал, вміють планувати своє життя. Низькі показники за шкалою «Фаталістичне теперішнє» можуть говорити про те, що особистісно зрілі люди усвідомлюють ступінь своєї персональної відповідальності за те, що відбувається з ними як особисто, так і у взаємодії з навколишнім світом.

Середній рівень особистісної зрілості показали 59,1 % випробуваних нашої вибірки.

Провівши дослідження часової перспективи осіб із середнім рівнем особистісної зрілості, ми виявили, що у 58,6 % випробуваних цієї групи переважає часова перспектива «Гедоністичне теперішнє». На нашу думку, ця часова орієнтація могла бути сформована у результаті нестабільності нашого життя у всіх її проявах. У цьому випадку час як би «стискається» до «тут і тепер». У ході бесіди і заповнення анкет випробувані з даним типом часової орієнтації поводитися досить розкуто, невимушено, відволікали інших, ставили питання, впоралися із завданням досить швидко, йшли,

не цікавлячись, коли можна отримати результати. Орієнтованими в майбутнє виявилися 10,34 % випробуваних. Під час бесіди люди цієї часової орієнтації проявляли себе неспокійними, тривожними. Багато разів перепитували про те, коли можна отримати результати, справляли враження людей, що «вічно поспішають і вічно запізнюються». Можливо, саме ці особистісні особливості (тривожність, схильність до стресу) не дозволяють даним випробуваним досягти високого рівня особистісної зрілості.

Також 10,34 % учасників експерименту показали часову перспективу, орієнтовану на позитивне минуле. В ході теоретичного аналізу часової перспективи ми встановили, що позитивне минуле несе в собі позитивний заряд на майбутнє, формує адекватну самооцінку, позитивне сприйняття сьогодення. Однак воно може як би утримувати людину, змушуючи її постійно повертатися в минуле, позбавляти її нових цілей, ризикованих вчинків, які могли б якісно змінити її життя.

Часова перспектива «Фаталістичне теперішнє» була визначена у 10,34 % випробовуваних. При цьому вони показали досить низькі бали за шкалами «Майбутнє» і «Гедоністичне теперішнє». На нашу думку, це пов'язано з тим, що ці випробовувані належать до глибоко релігійних людей. Також 10,34 % випробовуваних показали високі результати за шкалою «Негативне минуле». По решті шкал, крім шкали «Фаталістичне теперішнє», вони показали низькі бали. Люди з фіксацією на негативному минулому не можуть повною мірою відчувати себе у теперішньому, тим більше в майбутньому. Вони сприймають життя крізь призму своїх страхів, образ, а часто і агресії на те, що саме з ними сталося щось негативне. Негативні події минулого заважають людині прийти до розуміння і прийняття себе, інших, до розуміння своїх цілей, смислів, призначень. Тому така фіксація на минулому не дозволяє особистісно рости, розвиватися, реалізовувати свій потенціал.

Низькі результати рівня особистісної зрілості показали 12,2 % випробовуваних.

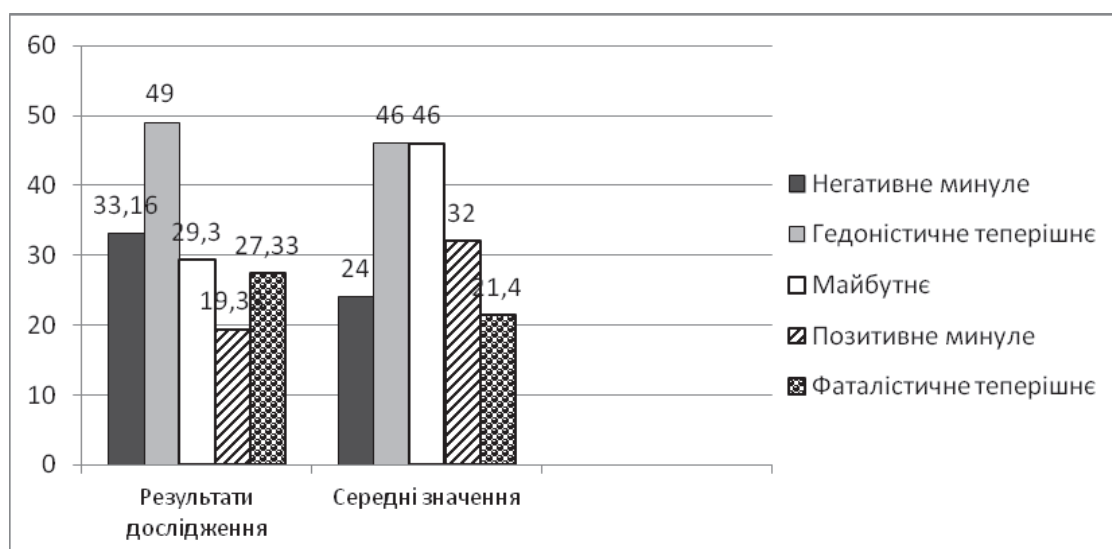


Рис. 5. Показники часової орієнтації у осіб з низьким рівнем особистісної зрілості

За результатами, отриманими в ході експерименту, можна зробити наступні висновки: особи з низьким рівнем особистісної зрілості мають високі бали по шкалах «Негативне минуле» і «Фаталістичне теперішнє». Також велика частина випробуваних (66,6 %) показала високі бали за шкалою «Гедоністичне теперішнє», в той час як інші учасники за цією шкалою показали низькі результати. За шкалами «Майбутнє» і «Позитивне минуле» учасники експерименту показали низькі бали.

На підставі отриманих даних можна припустити, що люди з низьким рівнем особистісної зрілості в минулому мають сильні негативні фіксації, вони не живуть у теперішньому, не відчують радості, схильні до депресії. 66,6 % учасників експерименту, які показали високі результати за шкалою «Гедоністичне теперішнє», мають алкогольну залежність. Вони не вміють та й не хочуть будувати плани, ставити перед собою цілі, їх життя позбавлене сенсу. Випробувана Н. О. (47 років) під час бесіди говорила: «Мені аби день до вечора, а там...»

Наступний етап нашого експерименту проходив за допомогою проективної методики «Американські гірки». Учасники експерименту, які показали високий рівень особистісної зрілості, продемонстрували наступне: більшість побачила себе такими, що їдуть на великій швидкості в надійних безпечних автомобілях. Під час руху вони відчували задоволення від того, що відбувається. Попереду чітко простежувалася панорама — мета їхнього руху. Позаду — відчуття потужного тилу і захищеності. Під час команди: «Стоп!» зупинилися у русі вгору, до вершини. Після зупинки залишилося бажання рухатися далі, побачити мету свого руху, як би утримати її у фокусі своєї уваги.

Піддослідні, які показали середній результат за рівнем особистісної зрілості, уявили наступне: учасники експерименту з фіксацією на «Фаталістичному теперішньому» не відчували руху (один навіть полетів над атракціоном в небо), не отримували задоволення від того, що відбувається, рухалися з невеликою швидкістю в невідомому напрямку. Після команди «Стоп!» зупинилися і вийшли з машин. Перспектива, що відкрилася, була звичною, очікуваною (лісосмуга), була повна байдужість при виборі — йти туди чи ні.

Випробувані з фіксацією на позитивному минулому рухалися повільно, з дитячою радістю. Підійматися вгору їм було страшно «...ми краще по прямій... і так добре». Їх машини були міцними, надійними.

Випробувані з фіксацією на негативному минулому почувалися дуже некомфортно і невпевнено, відчували страх перед швидкістю і висотою атракціонів.

Особі, які показали низький рівень особистісної зрілості, поводитися таким чином: 66,6 % (учасники, що показали високі бали за шкалою «Гедоністичне теперішнє» за методикою Ф. Зімбардо) із задоволенням сіли у машини і на великій швидкості помчали вперед. Їх заносило, підкидало, але це не лякало. «Хочеться нестися з шаленою швидкістю, закрити очі і нічого не бачити». А останні двоє ніяк не могли впоратися із завданням. Їм важко давався образ, і обговорювати його вони відмовилися.

Таким чином, за допомогою проективної методики «Американські гірки», розробленої Євою-Марією Ницше у рамках психотерапевтичного методу символ-драми, ми підтвердили отримані дані в ході тестування: випробувані з високим рівнем особистісної зрілості показали добру орієнтацію як у теперішньому, так і в минулому, і в майбутньому; особи із середнім рівнем особистісної зрілості більш фіксовані на теперішньому; особи з низьким рівнем особистісної зрілості фіксовані у негативному минулому і фаталістичному теперішньому.

Отже, ми виявили певні особливості часової перспективи та її зв'язок із рівнем зрілості особистості.

Список літератури

1. Абульханова К. А., Березина Т. Н. Время личности и время жизни. — СПб.: Алетейя, 2001.
2. Головаха Е. И., Кроник А. А. Психологическое время личности. — Киев.: Наукова думка, 2004.
3. Ньюттен Дж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Под ред. Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2004.
4. Психология временной перспективы. Ф. Зимбардо. — Электронный ресурс:// http://www.trainingcity.ru/interest/articles/psixologiya_vremennoj_perspektivy.html
5. Реан А. А. Личностная зрелость и социальная практика//Теоретические и прикладные вопросы психологии. — СПб., 1995. — Вып. 1.

Т. В. Мезенцева

зав. лабораторией кафедры общей психологии и психологии развития личности ОНУ имени И. И. Мечникова

ВЗАИМОСВЯЗЬ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ С УРОВНЕМ ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ

Резюме

В статье рассматривается проблема временной перспективы в контексте личностной зрелости личности. Определены особенности временной перспективы у лиц с разным уровнем личностной зрелости.

Ключевые слова: временная перспектива, временная ориентация, взрослость, зрелость, самоактуализация, личностная зрелость.

T. V. Myezyentseva

I. I. Mechnikov Odessa National University

THE CORRELATION OF TIME PERSPECTIVE WITH THE LEVEL OF PERSONAL MATURITY

Summary

The article considered the problem of time perspective in the context of personal maturity of the personality. The features of the time perspective for persons with different levels of personal maturity are defined.

Key words: time perspective, time orientation, adult age, maturity, self-actualization, personal maturity.