

ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВРЕМЕННОГО ФОКУСА ЛИЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ-БАКАЛАВРОВ

THE MAIN CHARACTERISTICS OF THE TEMPORARY FOCUS OF PERSONALITY AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS

L. Emelyanova

Summary: The article discusses the problem of the temporary focus of personality. The essence of the concept of "time focus" is revealed. During the pilot study, the main characteristics of the temporary focus of personality among undergraduate students of the 4th year of study were studied.

Keywords: time perspectives of personality, time focus, future, present, past.

Емельянова Лариса Алексеевна

Кандидат психологических наук, доцент, Орский
гуманитарно-технологический институт (филиал)
Оренбургского государственного университета
LARISSA-EM56@yandex.ru

Аннотация: В статье рассматривается проблема временного фокуса личности. Раскрыта сущность понятия «временной фокус». В ходе пилотажного исследования были изучены основные характеристики временного фокуса личности у студентов-бакалавров 4 курса обучения.

Ключевые слова: временные перспективы личности, временной фокус, будущее, настоящее, прошлое.

Введение

В условиях социальных перемен и кризисов человеку важно выбрать правильный жизненный курс, который поможет сохранить внутреннюю гармонию и обеспечит личностное развитие в будущем. Современные психологические исследования сосредоточены на анализе временных трудностей, а именно на развитии личности на протяжении всей жизни, что определяется как «психология жизненного пути». Особое внимание уделяется понятию «временные перспективы личности», которое играет ключевую роль в понимании того, как человек воспринимает своё будущее, прогнозирует грядущие события, ставит перед собой цели и выбирает способы их достижения, основываясь на прошлом опыте. Временной фокус личности исследовался многими учёными, философами, социологами, историками и педагогами.

Проблема построения взаимоотношений человека со временем собственной жизни и формирование временной компетенции являются ключевыми для поддержания психологического благополучия личности. Исследования показывают, что сбалансированное восприятие времени является важным ресурсом для преодоления стресса [1; 5]. Временной фокус, выстроенный человеком, отражает устойчивость и целостность восприятия жизненного пути, демонстрируя вовлечённость в настоящее с учётом прошлого опыта и ориентированность на будущее.

В отечественной психологии встречаются понятия: «восприятие времени» или «временная перцепция» (Ю.М. Забродин, Л.В. Бороздина, И.А. Мусина, В.Е. Котов-Хроменко, М.А. Пономарев и др.); «переживание времени» (Е.И. Головаха, А.Л. Кроник и др.); «отношения ко

времени» (Н.Ю. Григоровская, В.И. Ковалев, Т.А. Нестик); «временная организация» личности (Л.Ю. Кубликене, В.Ф. Серенкова, Е.С. Улитова и др.) [4].

В зарубежной науке для обозначения субъективного восприятия времени можно встретить такие понятия: «временная ориентация» (Holman & Silver), «отношение к времени» (Nuttin), «полихронность» (Bluedorn), «временная глубина» (Bluedorn), «временная перспектива» (Boniwell & Zimbardo, Lewin, Zimbardo & Boyd), «временной фокус» (Shipp et al.).

В 1939 году психолог Л. Фрэнк предложил концепцию «временной перспективы». Это понятие описывает «жизненное пространство» индивида, охватывая его прошлое, настоящее и представления о будущем, включая поставленные цели. К. Левин применил эту идею для анализа целостного восприятия психологической временной перспективы, включающей прошлое, настоящее и будущее.

Время играет ключевую роль в адаптации человека к окружающей среде. На восприятие времени влияют два основных фактора: личностные особенности и внешние обстоятельства.

Связь между фокусировкой на времени и локусом контроля была подробно исследована Дж. Роттером, который выделил две формы причинной атрибуции: внешнюю (экстернальную) и внутреннюю (интернальную). Было замечено, что работающие молодые люди чаще воспринимают своё будущее через призму внутренней ответственности, нежели учащиеся.

Современные исследования подтверждают, что вре-

менное восприятие формируется в процессе социализации. По мнению С.Л. Рубинштейна, личность активно участвует в создании собственного жизненного пути, что включает и формирование её временных установок.

Временной фокус представляет собой важное качество личности, связанное с временным аспектом жизни человека. Он обладает сложной структурой, включающей такие элементы, как продолжительность, направление, согласованность, эмоциональный фон и другие.

Основная цель временного фокуса заключается в осознании конечностью индивидуальной жизни. Это предвидение будущего, фиксация в сознании значимых событий и изменений, происходящих на протяжении всей жизни, а также готовность действовать определённым образом для достижения поставленных целей.

И. Ковалев определил отношение ко времени на основании параметров активности и выделил четыре типа регуляции времени: стихийно-обыденный тип, характеризуется зависимостью от событий и обстоятельств; функционально-действенный тип, активно организующий течение событий; пассивный, созерцательный тип и творчески-преобразующий тип личности

Целью временного фокуса можно считать, осознание личностью конечности индивидуального существования – это «предвидение будущего, его закрепление в сознании, с фиксированием в сознании личности различных событий, изменений результатов на протяжении всей жизни, и в целом объединение всех этих операций в готовности действовать соответствующими способами для достижения поставленных целей» [7]. Временной фокус может влиять на управление временем и достижение целей. Люди с ориентацией на прошлое могут иметь тенденцию к повторению прошлых ошибок и неспособность к адаптации к новым ситуациям. Люди с ориентацией на настоящее могут иметь тенденцию к откладыванию задач на потом и неспособность к планированию и достижению долгосрочных целей. Люди с ориентацией на будущее могут иметь тенденцию к перфекционизму и неспособность к удовлетворению текущих потребностей.

Целью нашего исследования является изучение основных характеристик временного фокуса личности у

студентов-бакалавров 4 курса обучения.

В исследовании принимали участие 163 студента высшего учебного заведения 4-х курсов обучения по программе бакалавриата (53 юноши и 110 девушек) Орского гуманитарно-технологического института (филиал) ОГУ.

Полученные результаты обработаны методами описательной статистики, с применением статистического пакета IBM SPSS Statistics 25.

Методика «Шкала временного фокуса (TFS)» выступает интегрирующим инструментом для лучшей оценки отношения человека ко времени в различных контекстах, таких как образование, коучинг, психотерапия, консультирование и профориентация.

Шкала временного фокуса (TFS) из 12 пунктов, предложенных Шипп, Эдвардсом и Ламбертом, использовалась для измерения временного фокуса и включала три подшкалы: фокус на прошлом, настоящем и будущем. Утверждения TFS оценивались по 5-балльной шкале, описывающей, как часто респондент думал о временных рамках, указанных в утверждении (1 — никогда; 3 — часто; 5 — постоянно). Для каждой подшкалы рассчитывался интегральный индекс. Фокус на прошлом указывает на вовлеченность человека в воспоминания о прошлом, фокус на настоящем — на концентрацию на событиях настоящего, а фокус на будущем показывает склонность размышлять о будущем и стремление строить планы и разрабатывать стратегии для своей жизни.

Результаты и обсуждение

На этапе пилотажного исследования анализируются показатели временного фокуса у студентов-бакалавров 4 курса.

В таблице 1 представлены средние значения и стандартные отклонения показателей временного фокуса.

По всем шкалам опросника уровни статистической значимости для критерия Колмогорова-Смирнова меньше 0,05, следовательно, все распределения значимо отличаются от нормального. (Рис. 1.)

Таблица 1.

Описательные статистики показателей временного фокуса.

Показатели временного фокуса	Среднее значение (стандартное отклонение)	Экссесс	Ассиметрия	Одновыборочный критерий Колмогорова-Смирнова	
		Ст. ошибка	Ст. ошибка	Статистика критерия	Асимп. знач. (двухсторонняя)
Настоящее	3,87 (0,59)	-0,63 (0,378)	-0,73 (0,190)	0,126	< 0,001
Прошлое	3,91 (0,74)	-0,104 (0,378)	-0,75 (0,190)	0,137	< 0,001
Будущее	3,70 (0,66)	0,085 (0,378)	-0,58 (0,190)	0,106	< 0,001

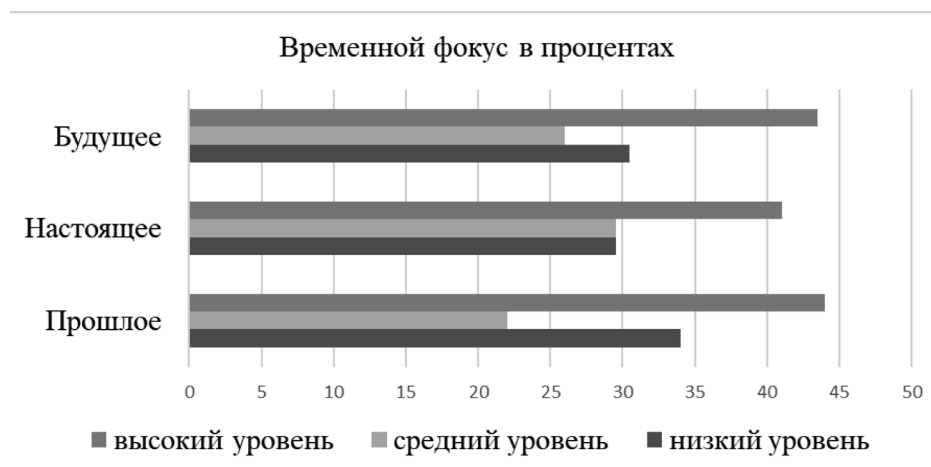


Рис. 1. Показатели временного фокуса в процентах.

Таблица 2.

Гендерные различия временного фокуса у юношей и девушек.

Показатели временного фокуса	Средние ранги девушки (n 110)	Средние ранги юноши (n 53)	Критерий Манна Уитни
Настоящее	88,94	94,93	0,496
Прошлое	90,72	89,88	0,924
Будущее	88,94	101,69	0,085

По полученным результатам, представленным на рисунке 1, студенты сосредоточены на прошлом, ценят старое больше, чем новое. Временной фокус сосредоточен на настоящем у студентов, имеющих повышенный интерес к собственным желаниям, сосредоточенности на себе и самореализации. Для выпускников ВУЗа характерным является нацеленность на личные цели, активное социальное взаимодействие, повышенный интерес к учебной деятельности и саморазвитие. Эти параметры указывают на особую насыщенность и глубину временной перспективы в настоящем, ближайшем будущем и периодом взрослости, имеющим достаточно продолжительный временной отрезок. Почти половина респондентов ориентированы на будущее. Настоящее и ближайшее будущее имеют достаточно четко сформулированные цели и предполагаемый алгоритм их достижения, тогда как период взрослости характеризуется желательностью и носит достаточно неопределенный характер. Ориентация на будущее положительно связана почти со всеми аспектами благополучия, такими как осмысленность жизни, социальная эффективность и на-

стойчивость.

Значимых различий между юношами и девушками не выявлено, данные представлены в таблице 2.

Заключение

Таким образом, проведя пилотажный этап исследования, можно сделать вывод, что у выпускников ВУЗа временной фокус, в основном, сосредоточен на событиях, которые проходили в прошлом. Подобная ориентация на прошлое время может привести к тому, что юноши и девушки будут испытывать трудности при построении и планировании своей профессиональной деятельности и жизни в целом. Рассмотрение жизни в будущем будет исключительно с точки зрения прошлого опыта и тех событий, которые были испытаны. Проблема выстраивания отношений человека со временем своей жизни, формирования компетентности во времени является одной из ключевых в аспекте обеспечения психологического здоровья личности в целом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аванесян, М.О. Воплощенное Я во временной перспективе личности / М.О. Аванесян. // Петербургский психологический журнал. – 2022. – № 41. – С. 48-61.
2. Балабашук, Р.О. Основные направления психолого-педагогического сопровождения становления хронологических характеристик образа мира студентов вузов / Р.О. Балабашук // СМАЛЬТА. – 2021. – № 1. – С. 5-13.
3. Бухарина, А.Ю. Временная перспектива и временная компетентность как факторы учебной мотивации / А.Ю. Бухарина, Н.Н. Толстых // Современная зарубежная психология. – 2019. – Т. 8, № 2. – С. 36-48.

4. Купчигина, И.М. Теоретические подходы к изучению структуры временной перспективы в психолого-педагогических исследованиях / И. М. Купчигина, К.М. Недбаева // Молодой ученый. — 2017. — № 48 (182). — С. 156-158.
5. Особенности временной перспективы личности студентов с различным уровнем осознанной саморегуляции на этапах обучения в вузе / К.Н. Белогай, И.С. Морозова, Е.А. Медовикова [и др.]. // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. — 2018. — Т. 8, № 5. — С. 57-72.
6. Попова, Е.Л. Особенности мотивационной сферы студентов российских вузов / Е.Л. Попова. // Общество. Коммуникация. Образование. — 2020. — Т. 11, № 4. — С. 51-60.
7. Приходченко, Е.И. Феномен «временная перспектива личности» как её ценностная ориентация / Е.И. Приходченко // Вестник Академии гражданской защиты. — 2021. — № 3(27). — С. 67-73.

© Емельянова Лариса Алексеевна (LARISSA-EM56@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»