

ВРЕМЕННАЯ ПЕРСПЕКТИВА И ЕЕ ОСОБЕННОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Длительное время изучением временной перспективы занимался бельгийский психолог, автор теории мотивации в целостной структуре поведения человека и теории временной перспективы личности, Жозеф Нюттен. Он выделяет три аспекта временной перспективы. Первый аспект – это как раз и есть сама временная перспектива. Ее характеристиками выступают протяженность и насыщенность, степень структурированности объектов (наличия связей между ними) и также степень яркости и реалистичности. Второй аспект – это, так называемая временная установка. Под ней подразумевается позитивная настроенность к прошлому, настоящему или будущему. Третий – это временная ориентация. Она указывает на главенствующую направленность индивида на объекты прошлого, настоящего или будущего. «Переживание жизненных событий (прошлого, настоящего и будущего) осуществляется через систему личностных смыслов, на основе которых человек соотносит свои возможности и цели, распределяет события жизни по значимости на данный момент времени» [1].

Временную перспективу образуют объекты и события, существующие на когнитивном уровне поведенческой деятельности. Объекты умственного представления не имеют привязки к настоящему моменту, в котором непосредственно происходит акт репрезентации.

Будущее, в представлении Нюттена, это место мотивации. Перспектива будущего непосредственно связана с четко определенными объектами, в которых потребности опредмечены. Подобно пространственной перспективе объекты, ограниченные во времени, составляют временную перспективу [1].

Для юношеского возраста важным является не только осознание своего прошлого, настоящего и будущего, но также их единство и целостность во временной перспективе. В юношеском возрасте также важно приобретение умения переосмыслить сложившуюся перспективу и умение создать новую. Временная перспектива в юношеском возрасте как одно из проявлений фактора времени влияет на осмысленность жизни, ее управляемость и насыщенность.

Цель исследования: изучить особенности временной студентов.

Материал и методы. для решения исследовательских задач использовался комплекс взаимодополняющих методов: изучение и анализ научной литературы по исследуемой проблеме; эмпирическое исследование – опросник временной перспективы Зимбардо (Zimbardo Time Perspective Inventory, ZTPI); методы математической статистики, обеспечивающие качественный и количественный анализ результатов. В исследовании приняли участие 23 человека, возраст испытуемых от 16 до 18 лет

Результаты и их обсуждение. Результаты исследования временной перспективы студентов показали, высокий уровень фактора восприятия негативного прошлого выявлен у 26% учащихся, средний уровень выявлен у 44% учащихся и низкий уровень выявлен у 30% учащихся. Фактор восприятия позитивного прошлого на высоком уровне у 35% учащихся, на среднем уровне у 39% учащихся и на низком уровне у 26% учащихся. Фактор восприятия фаталистического настоящего на высоком уровне у 35% учащихся, на среднем уровне у 39% учащихся и на низком уровне у 26% учащихся. Фактор восприятия гедонистического настоящего на высоком уровне у 26% учащихся, на среднем уровне у 39% учащихся и на низком уровне у 30% учащихся. Степень ориен-

тации на будущее на высоком уровне у 26% учащихся, на среднем уровне у 44% учащихся и на низком уровне у 30% учащихся.

Таким образом, можно сказать о том, что в исследуемой выборке присутствует как высокий уровень восприятия негативного прошлого, так и высокий уровень восприятия позитивного прошлого. Также в исследуемой выборке есть учащиеся с высоким уровнем восприятия фаталистического настоящего и с высокой степенью ориентации на будущее.

Заключение. Многочисленные практические исследования временной перспективы в современной психологической науке указывают на особую сензитивность юношеского возраста, который совпадает часто со студенческим, к формированию данного конструкта. Вследствие того, что в данный период происходит становление и развитие временной перспективы, необходимость проведения профилактических и коррекционно-развивающих процедур со студентами с целью отработки у них навыков разумного планирования и снижения восприятия будущего как проблемы, представляется наиболее правильным решением. Данный процесс позволяет развить у учащихся способность к рефлексии жизни, и стремление смотреть на человеческую жизнь с позиции ее ценности и смысла. Способность видеть собственное прошлое, настоящее и будущее единым целым, позволит студентам задуматься о возможности соотносить близкие и дальние цели, свои возможности и желания.

Список использованной литературы:

1. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Ньттен / Под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.
2. Свешникова, С.Л. Временная перспектива как фактор социально-психологической адаптации подростков: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / С.Л. Свешникова. – Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова. – Ярославль, 2019. – 224 с
3. Социальная психология : учебно-методический комплекс по учебной дисциплине для специальностей: 1- 02 01 01 История и обществоведческие дисциплины; 1-02 03 04 Русский язык и литература. Иностранный язык; 1-02 04 01 Биология и химия / сост.: М.Е. Шмуракова, Е.И. Совейко ; Учреждение образования "Витебский государственный университет имени П. М. Машерова", Фак. социальной педагогики и психологии, Каф. психологии. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2022. – 210 с. URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/35634> (Дата обращения 14.08.2023)

Муравейко А.С.

Республика Беларусь, г. Витебск ВГУ имени П.М. Машерова
Научный руководитель – Куткина Р.Р., старший преподаватель

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ

Проблема психологического здоровья подростков является объектом многочисленных научных исследований. Данный вопрос разрабатывали в своих теоретических трудах и практической деятельности И.В. Дубровина, В.А. Ананьев, О.Е. Хухлаева, З. Фрейд, А.М. Прихожан, В.С. Мухина, А.Е. Личко, Т.В. Драгунова, Р. Мэй, В.С. Торохтий, С.В. Кривцова, Л.С. Выготский, а также многие другие зарубежные и отечественные исследователи.

Впервые разграничение понятия «психическое здоровье» с новым понятием «психологическое здоровье» предложила И.В. Дубровина. С ее точки зрения, если термин