

ФІЛОСОФСЬКА АНТРОПОЛОГІЯ

УДК: 159.937.53

О.А. Бакаленко

Харківський національний університет радіоелектроніки,
доцент кафедри філософії

ЧАС ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН: СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ

У статті розглядаються основні аспекти дослідження проблеми часу в психології на сучасному етапі розвитку наукового психологічного знання. Описуються особливості існуючих напрямків досліджень, чинники сприйняття часу. Особлива увага приділяється аналізу біологічного та когнітивного підходів до проблеми сприйняття часу.

Ключові слова: психологічний час, сприйняття часу, теорії сприйняття часу, чинники сприйняття часу.

Е.А. Бакаленко

ВРЕМЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН: СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ

В статье рассматриваются основные аспекты исследования проблемы времени в психологии на современном этапе развития научного психологического знания. Описываются особенности существующих направлений исследований, факторы восприятия времени. Особое внимание уделяется анализу биологического и когнитивного подходов к проблеме восприятия времени.

Ключевые слова: психологическое время, восприятие времени, теории восприятия времени, факторы восприятия времени.

О.А. Bakalenko

THE TIME AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON: THE CURRENT STATE OF THE PROBLEM

The article discusses the main aspects of the time problem studies in psychology at the present stage of development of scientific psychological knowledge. The features of the existing areas of research and perception of time factors are described. Particular attention is paid to the analysis of biological and cognitive approaches to the problem of the perception of time.

Keywords: psychological time, the perception of time, the theory of perception of time, perception of time factors.

Проблема часу має особливий статус в житті людини і є однією з центральних тем психології. У тому чи іншому аспекті вона розроблялася багатьма вітчизняними та іноземними вченими (В. Вундт, П. Фресс, К. Левін, С.Л. Рубінштейн, Л.С. Виготський, Ж. Піаже, Д.Г. Елькін, Б.Й. Цуканов, Х. Хогланд, К.О. Абульханова-Славська, Т.М. Березіна, О.О. Кронік, Є.І. Головаха, Р. Орнштейн та ін.). Актуальність даної теми обумовлена тим, що процеси і механізми сприйняття часу поки ще залишаються недостатньо вивченими, феноменологія дуже різноманітна і вкрай суперечлива. Настільки ж суперечливими є і поняття, які вживаються. Вивчаючи час як психологічний феномен, дослідники використовують найрізноманітніші терміни, серед

яких можна зустріти «сприйняття часу», «відображення часу», «відчуття часу», «почуття часу», «психологічний час», «уявлення про час», «судження про час», «пам'ять на час», «переживання часу», «усвідомлення часу» та інші. Кожне з цих понять має своє власне теоретичне навантаження і позначає певну предметну галузь науково-психологічного пізнання. Така різноманітність визначень і трактувань часу як предмета психологічного дослідження свідчить про те, що в психології сприйняття часу розглядається не як єдиний феномен, а скоріше, як безліч різноманітних явищ власне психологічного та соціально-психологічного плану.

Дослідження проблеми часу в психології здійснюється в декількох напрямках, які фактично мало пов'язані один з одним. У психофізіологічному напрямі проводяться дослідження особливостей нейрофізіологічної організації часу людини. Цьому питанню приділяли увагу Т.А. Доброхотова, Н.Н. Брагіна, Ю.М. Забродін, С. Шервуд та інші. Так, наприклад, встановлено, що індивіди з домінуванням лівої півкулі головного мозку мають направленість на майбутнє та досить добре розвинуті здібності до прогнозування. Індивіди з домінуванням правої півкулі головного мозку зосереджені на переживанні сьогодення та направлені на події та переживання минулого [1].

П. Фресс, С.Л. Рубінштейн, Ж. Піаже, Б.Й. Цуканов та інші автори вивчали суб'єктивне відображення об'єктивного часу в вигляді образу тривалості, вродженого почуття часу, здатності до усвідомленої оцінки часу. К. Вьєрордт сформулював закон, згідно з яким короткі інтервали часу переоцінюються, а довгі недооцінюються. Найбільш точно сприймається нейтральний інтервал, що має середнє значення. Цей закон згодом був неодноразово підтверджений іншими психологами. Правда, при зіставленні даних різних авторів, що стосуються зон коротких, довгих і нейтральних інтервалів, можна побачити чимало протиріч. Так, У. Блеклі вважав, що нейтральний інтервал становить 0,7 с, Скотт – 0,9 с, Г. Вудроу – від 0,36 до 5,0 с. На думку Б.Й. Цуканова, Ю.В. Бушова та Н.М. Несмелової, зону коротких інтервалів становлять тривалості до 0,5 с, нейтральних від 0,5 до 1,0 с, зона довгих інтервалів – більше 1,0 с [2]. За деякими ж даними єдиного нейтрального інтервалу для всіх людей взагалі не існує, як немає і єдиного критерію для чіткого розподілу інтервалів часу на короткі і довгі. Величина нейтрального інтервалу визначається в кожному конкретному випадку діапазоном інтервалів, що оцінюються, та способом їх порівняння випробуванним.

П. Фресс вважав, що в залежності від тривалості інтервалів слід розрізняти сприйняття та оцінку часу. Він експериментально довів, що все, що відноситься до інтервалу менше 2 секунд, людиною сприймається, а все, що більше – тільки оцінюється. Б.Й. Цукановим була розроблена оригінальна концепція психологічного часу, основним поняттям якої є власна одиниця часу. Для кожного психологічного типу, а їх автор виділив п'ять, існує особливий індивідуальний квант часу, за допомогою якого люди конструюють власну картину подій свого життя [3]. Описаний підхід до проблеми часу має низку специфічних обмежень. Одним із принципів обмежень є те, що внутрішній світ особистості розглядається в межах даного підходу як другорядний та залежний від зовнішніх фізичних вимірів. Внутрішні переживання стають лише фоном, що визначає об'єм помилок в експериментальних реакціях піддослідного.

Інший підхід до проблеми часу, заснований на розумінні часу не як лінійної послідовності або абстрактної тривалості, а в зв'язку з існуванням живої людини в життєвому світі у взаємозв'язку, взаємопереході минулого, сьогодення і майбутнього, представлений в роботах К.О. Абульханової-Славської, Т.М. Березіної, Л. Кублицькене, Є.І. Головахи, О.О. Кроніка. В рамках даного напрямку досліджується особистісна організація часу життя і діяльності та часу життєвого шляху, «особистісного часу». Згідно з розробленою Є.І. Головахою та О.О. Кроніком причинно-цільовою концепцією, психологічний час формується на підставі переживання особистістю

детермінаційних зв'язків між основними подіями її життя. Ними можуть бути будь-які зміни в умовах життя людини, її внутрішньому світі, сім'ї, побуті, навчанні, дозвіллі. Специфіка детермінації людського життя полягає в тому, що поряд з причинною обумовленістю наступних подій попередніми (детермінація минулим), має місце і детермінація майбутнім, тобто цілями і передбачуваними результатами життєдіяльності. Такого роду причинні цільові зв'язки є, згідно запропонованої концепції, одиницями аналізу психологічного часу особистості [4].

К.О. Абульханова-Славська досліджує проблему часу в контексті життєвого шляху особистості. Вона вважає, що особистість творчо перетворює свій минулий досвід, долає вузькість і обмеженість сьогодення, структурує і регулює діяльність у часі, здатна передбачити майбутні події. Ускладнення особистісної структури часу життя в результаті накопичення індивідуального життєвого досвіду і появи сукупності часових перспектив життя, що приводить до утворення часового кругозору особистості, згідно концепції К.О. Абульханової-Славської, може бути позначено як особистісний час. В емпіричних дослідженнях, виконаних в рамках даного напрямку, виявлено цілу низку параметрів психологічного часу особистості, їх співвідношення з особливостями особистості і діяльності людей, запропоновано кілька типологій, які базуються на характеристиках психологічного часу [5].

Існують різноманітні класифікації концепцій, підходів і поглядів на проблему психології часу. Продуктивна класифікація психології часу представлена в роботах М.Ш. Магомед-Емінова. Він виділяє три підходи. Перший – презентативний підхід, ґрунтується на даності, представленості факту. За умови об'єктивістської орієнтованості він займається сприйняттям і оцінкою тривалості, одночасності і послідовності фактів, процесів, рухів. У разі суб'єктивістської орієнтації він акцентує увагу на відчуттях, сприйнятті, переживанні моменту, сьогодення. Другий тип підходів – репрезентативний, ґрунтується на репрезентації фактів, подій. Репрезентації формують минуле в контексті пам'яті і формують майбутнє в контексті уяви, фантазії, очікування. У змістовному плані акцент може бути зроблений на ретроспекцію досвіду – складаються біографічні підходи, підходи життєвого шляху, організації часу, дослідження орієнтації на майбутнє. Третій підхід – абстрактно-гіпотетичний, будується на абстрагуванні, узагальненні часових відносин в концептуальному просторі поняття часу, понять минулого, сьогодення і майбутнього, інших часових відносин і їх концептуального синтезу. Час тут розуміється як родова часова форма для трьох видів часу – минулого, сьогодення і майбутнього [6].

Х.Р. Шиффман виділяє два основні підходи до проблеми сприйняття часу: біологічний та когнітивний. Біологічний підхід базується на циклічній природі багатьох фізіологічних процесів, що відбуваються в організмі, до числа яких належать зміна температури тіла і процеси, що лежать в основі обміну речовин. Так, відповідно до гіпотези Хогланда, мозок має певний біологічний годинник, що регулює швидкість процесів обміну речовин, яка, в свою чергу, впливає на сприйняття плину часу. Збільшення температури тіла прискорює процеси, що протікають в організмі, і людині здається, що час йде швидше, тобто має місце переоцінка часу. Зниження температури тіла, навпаки, уповільнює метаболічні процеси (і хід передбачуваного біологічного годинника), і в результаті людина недооцінює перебіг часу. Дослідження сприйняття часу за умов, коли температура тіла піддослідних знижувалася або підвищувалася, проведені багатьма вченими, підтверджують, що тривалість певного часового інтервалу, який сприймається людиною, дійсно залежить від температури тіла. Разом з тим, деяким вченим не вдалося виявити надійного зв'язку між температурою тіла і сприйняттям часу, що робить остаточний висновок проблематичним [7].

На сприйняття часу впливає не тільки температура тіла, але і деякі лікарські препарати. Відомо, наприклад, що під впливом амфетамінів у людини виникає відчуття

більш повільного плину часу, тобто людям здається, що минуло більше часу, ніж насправді. Загальне правило, що стосується впливу лікарських препаратів на сприйняття часу, полягає в наступному: лікарські препарати, що прискорюють обмінні процеси в організмі, призводять до «переоцінки» часу, а препарати, що уповільнюють обмінні процеси, мають протилежну дію.

Прихильники когнітивного підходу до пояснення сприймання часу вважають, що сприйняття часу – це когнітивна конструкція, продукт розумової активності, яка визначається природою і масштабом когнітивної обробки інформації, виконаної за даний проміжок часу. Відповідно до теорії Р. Орнштейна, котра є основною когнітивної теорією сприйняття часу, тривалість певного часового інтервалу, який сприймається людиною, залежить від того, що зберіглося в її пам'яті. Такі стимульні фактори як кількість і складність подій, що мали місце в певний період часу, а також ефективність їх кодування і збереження в пам'яті, впливають на кількість інформації, яку потрібно обробити. Наприклад, збільшення в певний проміжок часу як числа подій, так і їх складності збільшує обсяг інформації, що підлягає обробці, і, таким чином, цей проміжок часу починає сприйматися як більш тривалий [7].

Альтернативою теорії Орнштейна є когнітивно-аттенційна теорія, яка виходить з того, що сприйняття часу безпосередньо залежить від центру уваги. Прихильники когнітивно-аттенційної теорії вважають, що увага розподіляється між обробкою інформації про стимули і обробкою інформації про час як такий. Якщо часовим аспектам завдання, яке виконується в ході експерименту, приділяється більше уваги, ніж когнітивним, то суб'єктивно часовий проміжок сприймається більш тривалим, якщо когнітивним – навпаки [7]. Подібний підхід дозволяє пояснити не тільки результати ряду експериментів, а й життєві ситуації. Так, «порожній» часовий проміжок може здатися більш тривалим, ніж проміжок часу, наповнений стимулами, які вимагають уваги. Заглибленість в будь-яке заняття, що вимагає зусиль, призводить до необхідності обробляти більшу кількість інформації, в результаті чого усвідомлення часу як такого знижується і людині починає здаватися, що він йде швидко. Навпаки, коли людина стоїть у черзі, зайнята виконанням рутинних операцій, тобто в тих випадках, коли у людини недостатньо інформації, яка потребує обробки, їй здається, що час тягнеться нескінченно.

Х.Р. Шиффман зазначає, що біологічний і когнітивний підходи до проблеми сприйняття часу не є ні взаємовиключними, ні вичерпними. Він звертає увагу на той факт, що в експериментах, які підтверджують існування біологічного годинника як основи сприйняття часу, часто використовуються короткі часові інтервали, а в експериментах, що підтверджують когнітивну природу почуття часу, як правило, використовуються більш тривалі часові інтервали. Шиффман висловлює припущення, що сприйняття дуже коротких проміжків часу може бути засноване на зовсім інших психологічних або фізіологічних процесах, ніж сприйняття більш тривалих часових відрізків. Якщо це припущення вірне і справа полягає саме в цьому, то тоді обидва підходи до пояснення сприйняття часу мають право на існування і їх використання визначається тривалістю часового інтервалу.

Поряд з тривалістю проміжку часу, який належить оцінити, існує безліч інших чинників, здатних вплинути як на біологічні, так і на когнітивні процеси, а через них – і на сприйняття часу. Серед цих чинників – спосіб вимірювання та оцінки часу; дії, що виконуються в оцінюваний період; сенсорна модальність, залучена у виконання цих дій; стать випробуваного; особливості його індивідуальності; рівень стресу і збудження; вік [5, 8, 9]. Крім того, на сприйняття часу впливає величина навколишнього простору. Припущення про існування зв'язку між простором і часом висловив А.Дж. Делонг. Він говорив про емпіричну відносність простору і часу, тобто простір та час пов'язані між собою і є психологічними проявами одного й того ж

феномена. Відповідно до ідеї Делонга сприйняття часу людиною залежить від розміру об'єктів, з якими вона взаємодіє [10]. Експериментальна перевірка цього припущення була виконана таким чином: групи випробовуваних працювали з візуальними дисплеями різних розмірів і потім оцінювали витрачений на це час. Була виявлена залежність оцінки піддослідними витраченого на гру часу від розміру екрана. Чим менше був екран, тим суб'єктивно більш довгий час проводили за грою випробовувані. Таким чином, був зроблений висновок, що сприйняття часу і простору змінюється узгоджено. Конкретний прояв цей висновок знайшов в так званих тау- (вплив часу на сприйняття відстані) і каппа- (вплив відстані на сприйняття часу) ефектах, вивченню яких присвячено багато експериментів.

На закінчення слід ще раз підкреслити багатогранність дослідження проблеми часу в психології. З одного боку, є велика кількість робіт, які розкривають різні аспекти часу, з іншого, немає єдиного погляду на проблему часу як предмет психологічного дослідження. Експериментально зафіксовані факти про тенденції недооцінювати або переоцінювати хронологічний час в залежності від різних факторів, дозволяють говорити про суб'єктивний характер сприйняття, усвідомлення і переживання часу як основний, базовий параметр його психологічного вивчення. Разом з тим ряд наукових питань вимагає подальшого теоретичного осмислення і експериментально-практичного вивчення. Серед перспективних напрямків досліджень можна назвати розкриття когнітивних механізмів і особливостей сприйняття людиною часу в екстремальних ситуаціях, в творчості і в змінених станах свідомості; вивчення гендерних аспектів переживання часу; дослідження впливу емоційного стану на суб'єктивне відчуття часу.

ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ

1. Киреева З.А. Развитие сознания, детерминированное временем: Монография / З.А. Киреева. – Одесса: ВМВ, 2010. – 380 с.
2. Бушов Ю.В. Зависимость точности оценки и воспроизведения длительности звуковых сигналов от индивидуальных особенностей человека / Ю.В. Бушов, Н.Н. Несмелова // Вопросы психологии. – 1996. – №3. – С. 88 – 94.
3. Цуканов Б.И. Время в психике человека: Монография / Б.И. Цуканов. – Одесса: Астропринт, 2000. – 220 с.
4. Головаха Е.И. Психологическое время личности / Е.И. Головаха, А.А. Кроник. – Киев: Наук. думка, 1984. – 212 с.
5. Болотова А.К. Психология организации времени / А.К. Болотова. – М.: Аспект Пресс, 2006. – 254 с.
6. Магомед-Эминов М.Ш. Позитивная психология. От психологии субъекта к психологии бытия / М.Ш. Магомед-Эминов. – М.: Психоаналитическая Ассоциация Российской Федерации, 2007, Т. 1. – 560 с.
7. Шиффман Х. Ощущение и восприятие / Х.Р. Шиффман. – СПб.: Питер, 2003. – 928 с.
8. Козлова А.В. Индивидуальные различия в восприятии времени / А.В. Козлова, Т.В. Савко, А.Т. Терехин // Вопросы психологии. – 2009. – № 6. – С. 91 –96.
9. Карпенко М.П. Модель возрастного изменения восприятия времени / М.П. Карпенко, Е.В. Чмыхова, А.Т. Терехин // Вопросы психологии. – 2009. – № 2. – С. 81 – 87.
10. DeLong A.J. Phenomenological space-time: Toward an experimental relativity / A.J. DeLong // Science. – № 213. – P. 681 – 683, 1981.