

УДК 159.0

ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕННЫХ СТРАТЕГИЙ У СТУДЕНТОВ С РАЗНОЙ ОРИЕНТАЦИЕЙ ВО ВРЕМЕНИ

А.С. Комаровская¹, М.Г. Юркова²

Иркутский национальный исследовательский технический университет,
664074, Россия, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83.

Статья посвящена проблеме неумения молодого поколения ценностно распоряжаться временем, выстраивать временную перспективу, расставлять в будущем цели, значимые для субъекта и окрашенные личностным смыслом. Особое значение приобретает изучение временной перспективы в юношеском возрасте, когда представление о своем будущем, осознание прошлого, конструирование своего жизненного пути, являясь основой личностного самоопределения, влияет на последующие значимые выборы человека. В статье приведены результаты исследования, проведенного на студентах ИРНИТУ. Установлено, что ориентация во времени определяет особенности стратегии жизни личности.

Ключевые слова: жизненная стратегия, временная перспектива.

FEATURES OF LIFE STRATEGIES OF STUDENTS WITH DIVERSE TEMPORAL ORIENTATION

A. Komarovskaya, M. Yurkova

Irkutsk National Research Technical University,
83 Lermontov Street, Irkutsk, 664074, Russia.

The article examines the inability of the young generation to be in charge of their time, to build a time perspective, to put future crucial for a subject goals that are marked by personal meaning. The study of temporal perspectives in adolescence is of key importance when the idea of the future, the awareness of the past, the construction of the life path as the basis of personal self-determination affects the subsequent important human choices. The article presents the results of INRTU students survey. The authors have found that the time perspective determines the features of strategy of a person's life.

Keywords: life strategy, time perspective

Целью нашего исследования являлось изучить особенности жизненных стратегий у студентов с разными временными перспективами.

Теоретико-методологической основой явились концепция стратегии жизни К.А. Абульхановой-Славской и теория временной перспективы Ф. Зимбардо. Именно она в отечественной психологии впервые определила проблему стратегии жизни. К.А. Абульханова-Славская выделяет много разнообразных определений понятия стратегии: как способность строить свою жизнь в соответствии со своей индивидуальностью, типом личности; как способ разрешения противоречия между внешними и внутренними условиями реальной жизни, в которой внешние условия не всегда соответствуют и способствуют потребностям, способностям, интересам данного человека.

В общем понимании многих авторов, стратегия жизни – это ее интегральная характеристика. Это стратегия поиска, обоснования и реализации своей личности в жизни путем соотнесения жизненных требований с личностной активностью, ее ценностями и способом самоутверждения [1].

Ф. Зимбардо рассматривая временную перспективу, предлагает следующую мысль: принятием человеком решения в каждой конкретной ситуации кроме различных факторов руководит и его отношение ко времени. Не секундам или часам, а к философской трактовке времени: прошлому, настоящему и будущему. По Зимбардо временная перспектива – это основной аспект в построении психологического времени, которое возникает из когнитивных процессов разделяющих жизненный опыт человека на временные рамки прошлого, настоящего и будущего». Некоторые индивиды более ориентированы на будущее, другие более ориентированы на настоящее или на прошлое [2].

Выборочную совокупность нашего исследования составили 52 человека, из них 36 девушек и 16 юношей в возрасте от 17–25 лет, все они являются студентами ИРНИТУ.

¹Комаровская Анна Сергеевна, студентка 4 курса кафедры психологии,
e-mail: koma-rovskaya.anya@mail.ru

Komarovskaya Anna, a fourth-year student of Psychology Department, e-mail: koma-rovskaya.anya@mail.ru

²Юркова Марина Григорьевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии,
e-mail: yurko-va_m@mail.ru

Yurkova Marina, Candidate of Psychology, Associate Professor of Psychology Department, e-mail: yurko-va_m@mail.ru

Нами были проведены следующие методики:

❖ Методика «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» С.С.Бубновой.

❖ Тест «Смыслжизненные ориентации» (методика СЖО) Д.А.Леонтьева.

❖ Методика «Диагностика самоактуализации личности» А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина.

❖ Методика «Временные децентрации» Е. И. Головахи, А. А. Кроника.

❖ Методика «Шкала переживания времени» Е. И. Головахи, А. А. Кроника.

Достоверность различий между группами вычислялась с помощью t критерия Стьюдента. Корреляционный анализ с применением коэффициента корреляции Пирсона показал наличие взаимосвязей между показателями компонентов стратегии жизни и показателями временной перспективы.

Корреляционный анализ данных показал нам большое количество связей со шкалой «ориентация во времени» по методике САМОАЛ, поэтому далее нам показалось интересным разделить всю выборку именно по этому критерию.

Нами была разделена вся выборочная совокупность на 3 группы по уровню выраженности ориентации во времени.

В 1 группу вошло 12 студентов, с низкими показателями по шкале «ориентация во времени», их можно охарактеризовать как людей мнительных и неуверенных в себе, невротически погруженных в прошлые переживания с завышенным стремлением к достижениям. Во 2 группу вошли 28 студентов, со средними показателями по шкале «ориентация во времени», их можно охарактеризовать как живущих настоящим, не откладывающих свою жизнь «на потом» и не пытающихся найти убежище в прошлом. В 3 группу вошли студенты с высокими показателями по шкале «ориентация во времени», 12 человек, про таких людей можно сказать, что они хорошо понимают экзистенциальную ценность жизни «здесь и теперь», способны наслаждаться актуальным моментом, не сравнивая его с прошлыми радостями и не обесценивая предвкушение грядущих успехов.

Результаты изучения реальной структуры ценностных ориентаций личности по методике С.С. Бубновой представлены на рис. 1.

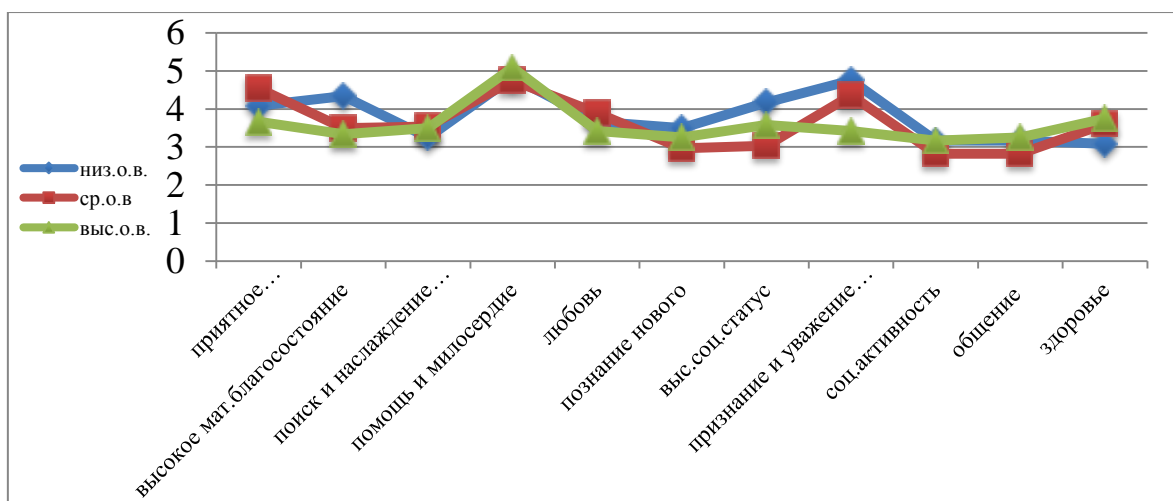


Рис. 1. Сравнение показателей реальной структуры ценностных ориентаций в группах студентов

Как видно из рисунка все показатели в группах находятся на среднем уровне, что говорит о том, что ценностные ориентации у испытуемых ярко не выражены и каждая имеет определенную значимость, но все-таки между группами существуют некоторые различия. Так нами были получены статистически достоверные различия между гр. 1 и 2 по шкалам «высокое материальное благосостояние» и «высокий социальный статус и управление людьми».

Можно сказать, что люди с завышенным стремлением к достижениям имеют в структуре ценностных ориентаций карьерные цели. В случае низкого уровня ориентации на настоящее, то есть отсутствия активных действий в настоящем, подобные ценности у них могут остаться лишь мечтами о светлом будущем, представляющимся «красивой жизнью».

Существуют статистически достоверные различия между гр. 1 и 3 по шкале «признание и уважение людей» и по этой же шкале существуют различия между гр. 2 и 3.

Можно сказать, что чем более человек не живет настоящим, более того устремлен в прошлое, тем для него значимее занимать высокое положение в будущем. Можно это связать с тем, что люди неуверенные в себе и своих силах компенсируют так свои «недостатки» и добиваются успеха, чтобы другие считали их успешными.

Тот факт, что в гр. 3 ярко не выражены ценностные ориентации мы связываем с тем, что внутри группы, скорее всего, они очень разнообразны, у одних одни, у других другие, в итоге групповое значение получается средним. В других же группах (1 и 2) ценностный профиль более определенный, т.к. члены этих групп едины в оценке значимых ценностей.

Результаты диагностики смысложизненных ориентаций по методике «СЖО» Д.А. Леонтьева представлены на рис. 2 и 3.

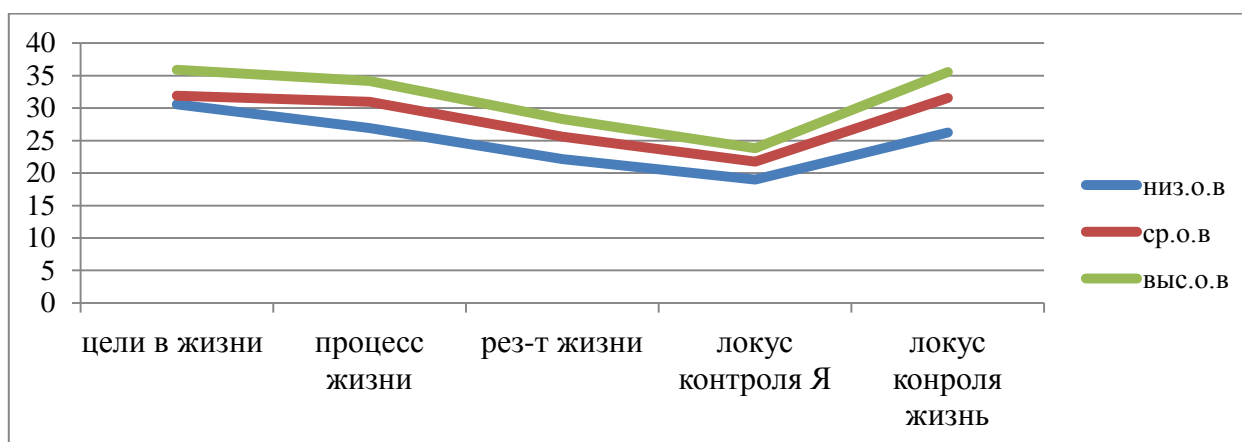


Рис. 2. Распределение показателей по методике СЖО в группах испытуемых

Как видно из рис. 2 наиболее высокие значения по всем шкалам набрали испытуемые с высоким уровнем ориентации во времени. Можно говорить о том, что у студентов данной группы (3) существуют цели на будущее, придающие жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Студенты воспринимают процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Пройденный отрезок жизни испытуемые считают продуктивно прожитым, имеют представления о себе как о сильных личностях, обладающих достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами.

В гр. 1 все показатели находятся на низком уровне, самое высокое значение было выявлено по шкале «цели в жизни». Высокие баллы по этой шкале и низкие по другим могут характеризовать таких людей, как имеющих много планов для исполнения, но которые не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эта группа студентов убеждена в том, что свобода иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

В гр. 2 наиболее выражены такие шкалы, как «цели в жизни» и «локус контроля жизнь». Это говорит о том, что студенты в данной группе имеют цели на будущее и убеждены в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в реальности. Существуют статистически достоверные различия между показателями смысложизненных ориентаций в группах испытуемых.

Между гр. 1 и 2 по показателям «процесс жизни» «результат жизни» и «локус контроля жизнь» Между гр. 1 и 3 существуют статистически достоверные различия между показателями абсолютно по всем шкалам. Между гр. 2 и 3 существуют статистически достоверные различия по следующим шкалам «цели в жизни» и «локус контроля жизнь».

Как видно из рис. 3, наиболее высоким значением общего показателя смысложизненных ориентаций обладают студенты группы 3. Так, респонденты, думающие о будущем, являются более осмысленными в жизни: они имеют четкие конкретные цели, жизнь видят наполненной смысла и достаточно продуктивной, себя представляют сильными личностями, способными контролировать свою жизнь и воплощать в ней свободно все то, что они сами решат и наметят. Выявленные тенденции с одной стороны могут быть связаны с тем, что ориентация на будущее данных респондентов заставляет их более осмысленно относиться к своим целям, жизни и себе лично.

С другой стороны, напротив, возможно, что осмысленность жизни, целей и себя может заставлять людей думать о предстоящем будущем. Также существуют статистически достоверные различия по общему показателю смысложизненных ориентаций между гр. 1 и 2; между гр. 2 и 3 и между гр. 1 и 3.

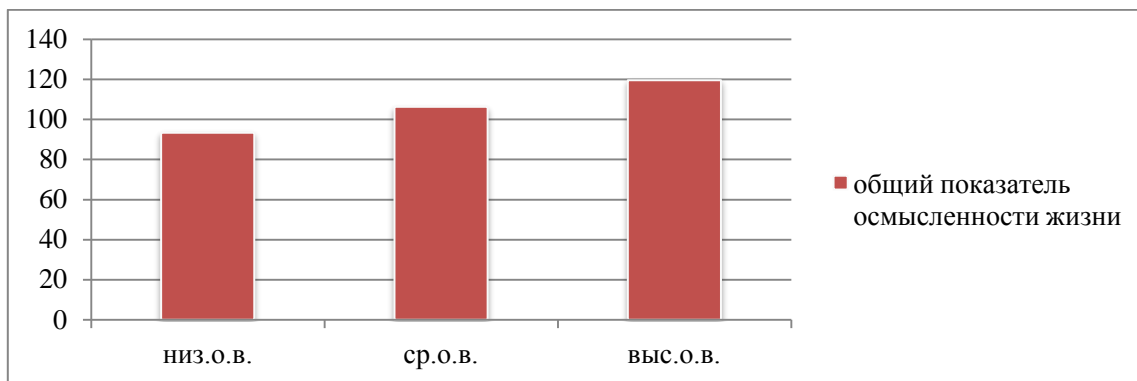


Рис. 3. Распределение общего показателя смысложизненных ориентаций в группах студентов

Полученные нами результаты по методике САМОАЛ А.В.Лазукина представлены на рис. 4. Существуют статистически достоверные различия между гр. 1 и 2 по шкалам «ориентация во времени»; «ценности», «потребность в познании» и «стремление к самоактуализации». Также существуют статистически достоверные различия между гр. 1 и 3 по шкалам «ориентация во времени»; «потребность в познании»; «самопонимание» и «стремление к самоактуализации». Также существуют статистически достоверные различия между гр. 2 и 3 по шкалам «ориентация во времени», «потребность в познании», «самопонимание» и «стремление к самоактуализации».

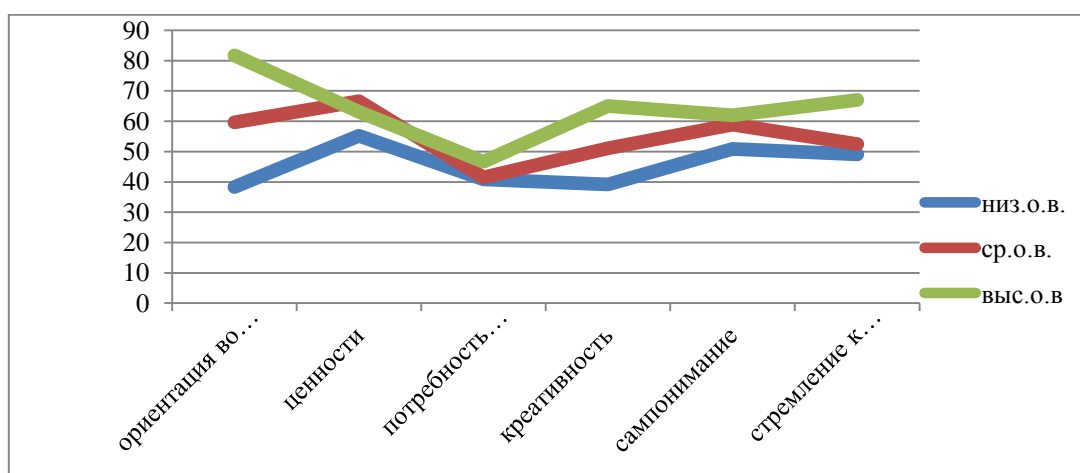


Рис. 4. Распределение показателей по методике САМОАЛ в группе испытуемых

Исходя из вышеизложенного, можно сделать следующий вывод: стремление к самоактуализации, потребность в познании и способность к самопониманию наиболее встречаются у лиц, живущих настоящим и заглядывающих в будущее, с высоким уровнем ориентации во времени. Таких людей можно охарактеризовать как, реализующих собственные ценности в поставленных целях, с активной жизненной стратегией, с адекватным оцениванием себя. Ценности наиболее значимы для группы людей, живущих настоящим. По нашему мнению ценности мотивируют личность на определенные жизненные поступки и играют важную роль в построении жизненного пути. Человек, «ориентированный» во времени, отличается от несамоактуализирующейся личности тем, что менее обременен чувством вины, сожаления, обиды, идущими от прошлого. Его надежды разумно связаны с действующими в настоящее время целями. Его вера в будущее лишена ригидных или идеалистических целей.

Результаты испытуемых по методике «Временные децентрации» Е.И. Головахи и А.А. Кроника представлены на рис. 5.

Как видно из рис. 5 наиболее нацелены на прошлое люди с низким показателем ориентации во времени, на настоящее и будущее - испытуемые с высоким и средним уровнями ориентации во времени.

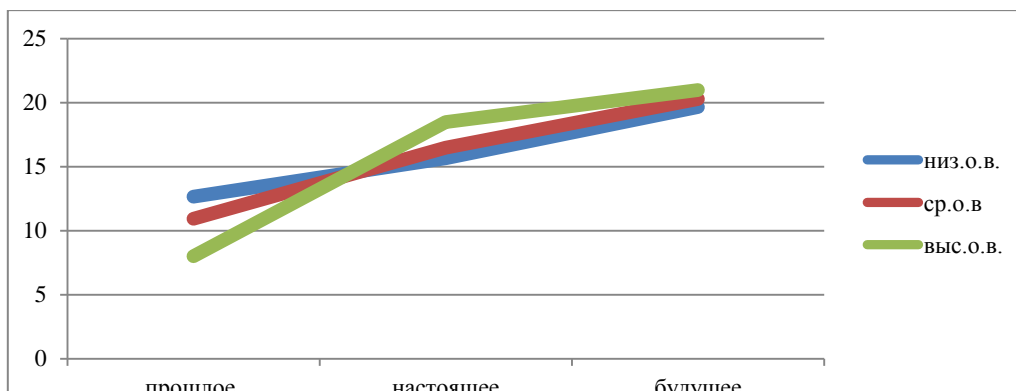


Рис. 5. Распределение показателей по методике «Временные децентрации» в группе испытуемых

Это еще раз доказывает тот факт, что чем менее человек ориентируется во времени, тем больше он «застревает» в воспоминаниях о прошлом и наоборот, чем лучше ориентирован во времени, тем более он живет в моменте «здесь и сейчас» и может строить планы на будущее. Также из рисунка видно, что все-таки испытуемые во всех группах более нацелены на будущее, то, что респонденты из гр.1 ориентируются на будущее можно связать с тем, что они, возможно, не могут простить себе какие-то неудачи в прошлом и мысли о будущем компенсируют их негативные переживания («пусть я вчера был неуспешен, зато завтра я всем покажу!») или, скорее всего, у них имеет место быть неадекватно завышенная самооценка, когда прошлые успехи постоянно вспоминаются это доставляет удовольствие и определяет оптимизм в отношении будущего. Существуют статистически достоверные различия по шкале «прошлое» между гр. 1 и 3.

Результаты испытуемых по методике «Шкалы переживания времени» Е.И. Головахи и А.А. Кроника представлены на рис. 6.

Из рис. видно, что испытуемые во всех группах воспринимают время как напряженное, которое течет быстро, растянуто и неорганизованное, возможно это связано с темпом нынешней жизни. Наиболее континуальным, т.е. плавным и непрерывным ощущают время испытуемые с высоким уровнем ориентации во времени, дискретным, т.е. скачкообразным прерывистым и разнообразным испытуемые, которые живут настоящим. Наиболее отрицательное отношение ко времени выражено у студентов гр.1, мы это можем связать с тем, что данные респонденты не склонны активно действовать в настоящем с целью оптимизации будущего, следовательно, действительно, в жизни таких людей происходит незначительное количество событий и достижений, так как они для этого прилагают мало усилий. Существуют статистически достоверные различия между гр. 1 и 3 по шкале «эмоциональное отношение ко времени».

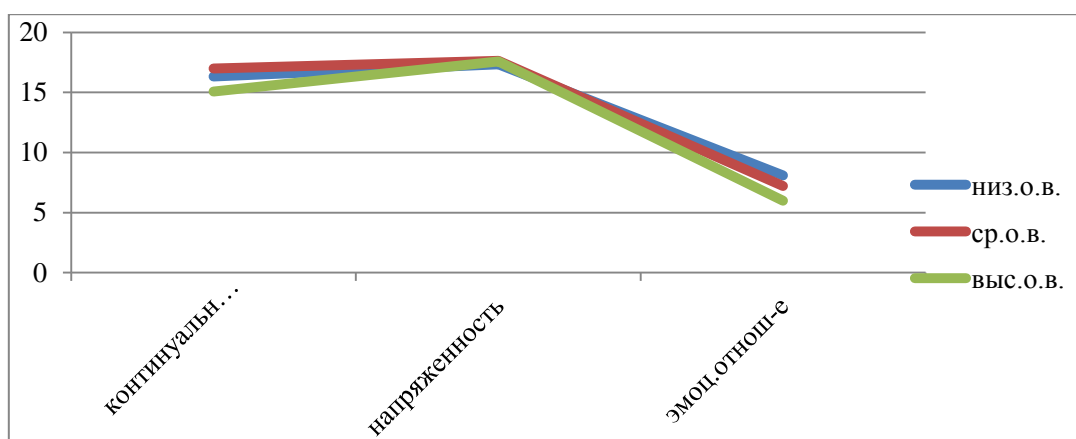


Рис. 6. Распределение показателей по методике «Шкалы переживания времени» в группах испытуемых

Обобщая все вышеизложенное, можно сделать вывод о том, что особенностями студентов, имеющих высокий уровень ориентации во времени являются склонность проникнуть и понять чувства

другого человека, доброжелательное отношение к окружающим, способность оказывать помощь из сострадания, не требуя благодарности за это. У испытуемых в данной группе существуют четкие цели на будущее, придающие жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Студенты воспринимают процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Пройденный отрезок жизни испытуемые считают продуктивно прожитым, имеют представления о себе как о сильных личностях, обладающих достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами. Такие люди ощущают неразрывность прошлого, настоящего и будущего, т.е. видят свою жизнь целостной. Время воспринимается ими как плавное и непрерывное.

Особенностями студентов со средним уровнем ориентации во времени являются наличие целей на будущее и убежденность в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в реальности. Эти испытуемые живут в настоящем, тратят свое время для удовлетворения насущных желаний и не забегают далеко вперед, им важно жить в свое удовольствие и стремиться к развлечениям. Для них значимыми являются ценности в жизни, которые помогают двигаться в направлении, которое в дальнейшем приведет к «максимуму». Негативной характеристикой является то, что в данной группе испытуемых преобладает неуверенность в собственных силах и конформность. Время в данной группе воспринимается как дискретное, т. е. скачкообразное, прерывистое и разнообразное.

Особенностями студентов с низким уровнем ориентации во времени являются добиться признания и уважения со стороны окружающих, главное в жизни для испытуемых - занять такое положение в обществе, которое поможет им влиять на окружающих. Студенты в данной группе имеют много планов для исполнения, но не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эта группа студентов убеждена в том, что свобода иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее, разделяют такие ценности самоактуализирующейся личности, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, самодостаточность.

Предпочтение этих ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах. Также для студентов в данной группе характерно творческое отношение к жизни и отсутствие стремления к познанию чего-то нового.

Ориентированность на будущее в данной группе можно связать с невозможностью простить себя за какие-то неудачи в прошлом и мысли о будущем компенсируют негативные переживания. Также в данной группе существует негативное отношение ко времени.

Таким образом, цель исследования достигнута, гипотеза о том, что ориентация во времени определяет особенности стратегии жизни личности нашла свое статистическое подтверждение.

Библиографический список

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время жизни и время личности: монография. – СПб.: Алетейя, 2001. – 304 с.
2. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. – СПб.: Речь, 2010. – 322 с.
3. Юркова М.Г. Свободное время в жизни человека этапа зрелости // Интегративная психология: теория и метод, Седьмая волна психологии: сб. материалов XXII Междунар. науч.-практ. конф. / под ред. В.В. Козлова, А.В. Карпова. – Ярославль : МАПН, ЯрГУ, 2013. – Вып. 10. – 394 с.