

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки, специальности)

## БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему **ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ И ПЕРСПЕКТИВ БУДУЩЕГО**

Студент

Д.М. Туманян

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

Г.А. Виноградова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

**Допустить к защите**

Заведующий кафедрой д.п.н., профессор О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

Тольятти 2019

## Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает актуальную проблему гендерных особенностей восприятия времени и перспектив будущего у студентов в отечественных и зарубежных теориях.

Выбор темы обусловлен проблемой гендерных различий в восприятии времени и перспектив будущего.

Целью работы является изучение, и выявления гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего студентов гуманитарных факультетов.

Бакалаврская работа основана на гипотезе, согласно которой у студентов-гуманитариев вторых и четвёртых курсов будут наблюдаться гендерные различия в восприятии времени и перспектив будущего: у девушек ориентация на позитивное прошлое, в то время как юношей на перспективное будущее.

В ходе работы решаются задачи: провести анализ научной литературы по исследуемой проблеме; выявить гендерные особенности личностного восприятия времени и перспектив будущего у студентов; провести сравнительный, качественный анализ и интерпретацию результатов исследования; на основе проведённого исследования разработать рекомендации по развитию временной перспективы у студентов.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (48 наименований).

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1. Теоретическое изучение гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего.....	7
1.1 Отечественные и зарубежные подходы к изучению особенностей личностного восприятия времени.....	7
1.2 Отечественные и зарубежные теории личностного видения будущего.....	15
1.3 Особенности гендерного восприятия времени и перспектив будущего.....	20
Выводы по первой главе.....	23
Глава 2. Эмпирическое изучение гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего.....	25
2.1 Организация и методы исследования.....	25
2.2 Анализ результатов исследования гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего.....	26
2.3 Рекомендации педагогам для развития временной перспективы в юношеском возрасте.....	34
Выводы по второй главе.....	36
Заключение.....	39
Список используемой литературы.....	42

## Введение

Проблема восприятия времени всегда привлекала внимание многих исследователей. В наше время она также сохранила свою актуальность.

Под восприятием времени, обычно понимают отражение последовательности и длительности каких-либо событий мозгом. Статус самостоятельного предмета исследования проблема восприятия времени получила с середины XX века. В связи с напряженным ритмом жизни в социуме в настоящее время она также приобретает актуальность.

Такие факторы как получение профессии, меняющийся социально-психологический профиль жизненных задач, необходимость меняться, старение полученных знаний за счет роста информации, это все делают проблему психологии времени как никогда актуальной.

Взаимосвязь активности человека с особенностями восприятия времени не единожды подтверждалась эмпирическими исследованиями, находя весьма интересные методические решения.

Г.В. Гегель говорил о том, что выпав из социального времени, человек чувствует опустошение своего личностного времени, что в итоге приводит к ощущению несчастья.

Восприятие времени человеком изучалось и осуществлялось как на длительных периодах, так и на коротких, таких как, час, минута.

Также важно отметить, что многие аспекты, выбранной нами, проблемы остаются малоизучены. Многие исследователи отмечают взаимосвязь личностных особенностей (возраст, пол, темперамент, уровень тревожности и другие) с восприятием времени. Но психофизиологические механизмы и причины данной взаимосвязи практически не изучены.

Проблемой личностного восприятия времени и перспектив будущего занимались такие исследователи как: Р. Берне, Е.И. Головаха, А.А. Кроник, С.Л. Рубинштейн, П. Фресс, Б.И. Цуканов, Д.Г. Элькин, У. Джемс, Ж. Делёз,

Ю.К. Стрелков, К.А. Абульханова-Славская, В.И. Ковалева, Л. Кублицкене, В.Ф. Серенкова и многие другие отечественные и зарубежные исследователи.

**Целью исследования** является выявления гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего.

**Объектом исследования** является личностное восприятие времени и перспектив будущего.

**Предмет исследования** гендерные особенности в личностном восприятии времени и перспектив будущего у студентов.

**Гипотеза исследования:** Мы предполагаем, что в личностном восприятии времени и перспектив будущего будут прослеживаться гендерные особенности: у девушек ориентация на позитивное прошлое, в то время как юношей на перспективное будущее.

**Задачи исследования:**

1. Изучить научную литературу по исследуемой проблеме.
2. Выявить гендерные особенности личностного восприятия времени и перспектив будущего у студентов.
3. Провести сравнительный анализ и интерпретацию результатов исследования.
4. Разработать рекомендации для студентов по развитию временной перспективы.

**Методологическую основу** исследования составили:

Принцип единства психики и деятельности (Б.Г. Ананьев, Б.М.Теплов, К.А. Абульханова-Славская, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, В.Н. Мясищев, Л.С. Выготский, В.П. Зинченко, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский); Принцип системного подхода к изучению личности и деятельности; общетеоретические положения общей и социальной психологии личности (Б.Г. Ананьев, Д.Н. Завалишина, К.А. Альбуханова-Славская, В.В. Знаков, Е.А. Климов, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн); Принцип биографического подхода к изучению личности (А.А. Кроник и Е.И. Головаха).

**Методы и методики исследования:**

Для подтверждения гипотезы и решения поставленных задач использовались следующие методы: теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблемам восприятия времени, гендерных различий в восприятии времени и перспектив будущего; эмпирические методы: тестовый опросный метод: Методика изучения временной перспективы Ж. Зимбардо «Опросник временной перспективы»; анкетный опросный метод: А.А. Кроник, Е.И. Головаха «Оценка пятилетних интервалов»; использовались методы количественного, качественного описательного анализа.

### **Практическая значимость исследования**

Данное исследование может представлять практическую значимость в области психологии управления, т. к. разработка способов и приемов организации времени строится с учетом личностного, индивидуального восприятия времени, при этом необходимо принимать во внимание гендерные и возрастные особенности индивида.

**Исследование проводилось на базе** Тольяттинского Государственного Университета.

**Выборка исследования** составляет 40 человек: студенты (20 юношей и 20 девушек) Тольяттинского государственного Университета, Гуманитарно-педагогического института. Мы выбрали одинаковое количество девушек и юношей: 11 девушек и 9 юношей на 2 и 4 курсе.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, теоретической части (представленной 3-мя параграфами), эмпирического исследования (II глава содержит 5 таблиц, 5 рисунков, а также интерпретацию полученных результатов), выводов (по первой и второй главам), заключения. Список используемой литературы представлен 48 источниками.

# **Глава 1. Теоретическое изучение гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего**

## **1.1 Отечественные и зарубежные подходы к изучению особенностей личностного восприятия времени**

Одной из интереснейших и недостаточно разработанных проблем в психологии является проблема психологического времени. Время и объективно (то есть одинаково по своим законам), и индивидуально, что делает особенным выбранную нами проблему. Время является мерилom человеческой жизни, но не может переживаться в отрыве от личностных значений и смыслов.

Время, с одной стороны, является показателем нашей жизненной активности, а с другой ее ограничителем. Также время является неким ресурсом, которым человек учится распоряжаться в течение жизни.

С середины XX века проблема субъективного восприятия времени приобрела новый статус, а именно, статус самостоятельного предмета исследования.

В наше время, в связи с напряженным ритмом жизни, также приобретает актуальность.

С древних времен, проблема времени является предметом изучения философии. Самые известные из них, это концепции Аристотеля, Августина, Канта, а также концепции диалектического материализма.

С точки зрения физиологии, развивались взгляды на проблему времени. Открытие И.М. Сеченова ведущей роли двигательных анализаторов в восприятии времени и их интервалов, в области изучения индивидуального времени, стало поворотным событием. И.П. Павлом было открыто формирование условного рефлекса на время.

Благодаря этим исследованиям, появились ряд теоретических и практических работ. Все они были направлены на поиск физиологических основ восприятия человеком времени.

Примерами таких работ, являются труды Н.Е. Введенского, В.М. Бехтерева, П.К. Анохина и А.А. Ухтомского [29].

В 60-80 годы активно изучалась взаимосвязь возраста человека, работы сердечнососудистой системы, электрических ритмов головного мозга с его индивидуальным временем.

В рамках различных психологических подходов были предложены решения проблемы индивидуального времени. Такие известные ученые как Э. Гуссерль, У. Джеймс, Ж. Делёз, М. Мерло-Понти, Ю.К. Стрелков, считали, что сознание и время неразрывно связаны и существуют в единстве. Ряд авторов С.Л. Рубинштейн, Д.Г. Элькин, Н.Н. Ланге, считали, что сознание лишь отражает временные характеристики мира [42].

Уильям Джеймс полагал, что личность формируется благодаря непрерывному взаимодействию инстинктов, личного выбора и привычек.

Под временной перспективой он считал, знание о различных частях пошлого и будущего, что в свое время соотнесено с нашими знаниями о действительном.

Мнение Ульяма Джеймса разделял такой ученый как К. Левин. Он рассматривал временную перспективу как систему взглядов личности, на его прошлое, будущее, которые в данный момент времени. Также он является тем, кто ввел понятие временной перспективы [22].

Б.В. Зейгарник считает что: «временная перспектива – это и есть включение будущего и прошлого, реального и идеального плана жизни в план данного момента» [14].

Как самостоятельный предмет изучения, временную перспективу в психологическую науку ввел Л.К. Франк, считавший ее целостным конструктом, включающим в себя настоящее и прошлое человека [37].

По мнению М.Р. Гинзбурга существует 2 типа будущего:

1. Хронологическое
2. Психологическое (смысловое) будущее

Также он разводит понятие временного и психологического времени на жизненный план и программу. В свою очередь жизненный план привязан к конкретным временным рамкам, а программа на цели без точных сроков реализации [10].

Если у человека преобладают когнитивные высшие функции, и есть способность к трансформации потребностей в цели, то образуется углубленная временная перспектива.

С.Л. Рубинштейн в восприятии времени выделяет:

1. Непосредственное ощущение длительности, что является чувственной основой
2. Непосредственное восприятие времени, посредством чувственной основы.

Так же он выделяет:

1. восприятие длительности времени
2. восприятие последовательности времени.

Проблему взаимосвязи времени и эмоций изучали различные ученые, такие, как У. Джеймс, С.Л. Рубинштейн, Я. Рейковский, М.М. Троицкий, Н.Н. Ланге.

Изучением влияния настроения на восприятие времени человека занимались такие авторы как Д.Г. Элькин, Ю.П. Фролова, Л.Я. Беленькая, А.А. Меграбян, В.Б. Яровицкий [42].

Одним из первых отечественных исследователей времени в психологии является Д.Г. Элькин. Исследованиями отражения объективного времени он занимался около 40 лет. В монографии «Восприятие времени» он представил результаты своих исследования и исследований других ученых [42].

Он полагал, что механизм, описывающий И.П. Павловом о формировании условного рефлекса, принципиально отличается. Он считал, что механизм заключается в выработывании своей меры времени каждым

индивидом, что в свою очередь выступает сигналом, носящий опережающий характер [29].

Д.Г. Элькин выделяет 2 уровня моделирования времени в психике человека:

1. Непосредственное моделирование времени в психике (первая сигнальная система).
2. Опосредованное моделирование (вторая сигнальная система).

По мнению Д.Г. Элькина наиболее эффективным способом в воспроизведении временных характеристик является осуществление при помощи речевых связей [42]. Изучением опосредованного моделирования времени занимался Л.Д. Драголи.

В 30-е годы в Харьковской школе психологии интенсивно велись работы по активному изучению психического развития детей под руководством А.Н. Леонтьева [24]. Эти работы тесно были связаны с исследованиями Д.Г. Элькина и его сотрудников. Они были объединены в одну общетеоретическую позицию, в которой говорилось о понимании психических процессов, неразрывно связанных с практической деятельностью индивида, которые представляли собой особые виды деятельности. Все это привело Д.Г. Элькина к созданию научного центра психологической науки, где объектом исследований стало время [42].

В Одесском университете вопросами восприятия времени занималась Т.М. Козина, она рассматривала взаимосвязь восприятия времени с моторными функциями мозга [29]. Также А.А. Бефани изучал взаимосвязь восприятия одновременности и моторики. В свою очередь Н.Ф. Будиянский исследовал влияние фактора мотивации на восприятие времени [42].

Научное направление «Психология дифференциации времени» после смерти Д.Г. Элькина, возглавил Б.И. Цуканов. Исследования по данному направлению привели его к идее о целостной концепции психологического времени на основе измерения его единицы. Также он считал, что каждый

человек обладает своей единицей времени (тау-типом), которая не изменяется в течение всей жизни [40].

В школе психологии времени продолжи свои исследования такие ученые, как Л.Н. Акимова, И.А. Страцинская, В.Н. Буганова, З.А. Киреева, В.В. Рыбалко, Р.Н. Свиначко, О.Д. Литвиненко и многие другие.

В.Н. Буганова определяла жизненный путь как последовательность жизненных периодов, каждый из которых отличается от остальных своей специфичностью и целью [30].

И.А. Страцинская выявила ряд возрастных точек, где наблюдаются наиболее яркие проявления самоопределения творческой личности.

Направление по изучению абстрактного времени в своей докторской диссертации развивала З.А. Киреева, в работе «Время как детерминанта онтогенетического развития сознания» [25].

Типологию личностей предложил В.В. Рыбалко, основываясь на их базовых психодинамических свойствах. Он считает, что она необходима для профессионального анализа личности его деятельности и поведения [25].

А.А. Кроник и Е.И. Головаха выделяют 3 концепции психологического времени:

1. Квантовая
2. Событийная
3. Причинно-целевая.

Понятие кванта в психологии личности применяют при описании переживания настоящего, которое длится в физическом времени.

В квантовой концепции уязвимым местом является вопрос о размере самого кванта и единицах физического времени.

В книге А.А. Кроника и Е.И. Головахи развивается биографический подход к изучению личности. Предметом исследования в ней является психологическое время личности, другими словами самосознание личности в его временной динамике жизненного пути [11].

Они вводят понятие о видах связей между событиями: причинно-следственная и целевая. По их мнению, они служат каркасом психологического времени. Свой подход они называют причинно-целевым, так как, психологическое время они рассматривают на системных взаимосвязях событий.

А.А. Кроник и Е.И. Головаха вводят такие понятия как поле воспринимаемого субъектом событий, насыщенность поля, его реализованность, личный временной центр.

А.А. Кроник и Е.И. Головаха считают, что исключительность психологического времени связано, прежде всего, с отражением значимых событий личности [11].

Авторы полагают, что событие значимо, тогда, когда больше всего связано субъективно с другими. Данную гипотезу пока не удалось эмпирически доказать в полной мере.

Такие авторы как Е.И. Головаха и А.А. Кроник выделяют такие основные характеристики психологического возраста, как некое явление самосознания. Е.И. Головаха и А.А. Кроник считают: «Во-первых, это характеристика человека как индивидуальности и измеряется в ее внутренней системе отсчета, а не путем интериндивидуальных сопоставлений» [11].

Психологический возраст определяется путем оценки, и знания особенностей психологического времени личности.

Такие понятия как время и возраст неразрывно говорится и что является в этом случае единицей измерения данного времени. Но понять и определить психологический или тот же интеллектуальный возраст как некую временную характеристику становится невозможно, так как, о каком времени идет речь, мерой какого прошлого выступает данный возраст – совсем не ясно.

Е.И. Головаха и А.А. Кроник считают мерой психологического прошлого, психологический возраст личности [11].

Одним из важных направлений исследования времени связано с изучением феномена времени относительно жизни человека. В рамках этой концепции выделяют следующие подходы.

Первый подход-эволюционно-генетический, где основным задачей исследования выступает рассмотрение различных психологических изменений у личности в объективном времени. Главным здесь становится такое понятие как жизненный путь индивида. Основоположниками данного подхода являются П. Жане, Ш. Бюлер [25].

Особенность второго направления это представления человеческого времени как субъективного переживания. Представители данного направления: Дж. Кохен, Р. Кнапп, И. Гурбутт. ведут исследования собственно психологического времени, субъективно переживаемых деятельности и последовательности событий жизни, временной перспективы личности ее будущего как важнейшего фактора регуляции жизнедеятельности [25].

Третье направление - личностное. Представители данного направления, ставят во главу угла личность как активный субъект времени жизнедеятельности. По их мнению, этот подход может помочь интегрировать объективное и субъективное время, ретроспективу и перспективу.

В последние годы в отечественной психологии усилиями таких ученых, как К.А. Абульханова-Славская, В.И. Ковалева, Л. Кублицкене, активно разрабатывается личностно-временная проблематика. В концепциях развивающих данное направление, вводится понятие личностного времени, обозначающее, деятельно-осознаваемая организация личностью процессов восприятия и переживания, воспоминания, предвосхищения, планирования, прогнозирования течения времени собственной жизни [31].

И. Пригожин выделил в исследовании времени только две протяженности: время внешнее и внутреннее [25].

Так как время различается по качеству и количеству, на протяжении долгого времени представители различных гуманитарных наук вели

дискуссии о том, каким же является психологическое время и каковы его особенности. Психологи выделили субъективное время. Разрешив, таким образом, дискуссию.

По К. Марксу проблема времени сосредоточилась на изучении и выявлении качественных особенностей времени, а не только особенностей субъективного переживания времени [29].

Накопленные различные психологические сведения и факты стали раскрывать постепенно временные аспекты психики, механизмы их действия (такие, как скорость, ритм, интенсивность) с точки зрения «произвольного» управления этими механизмами субъектом в отличие от неуправляемых, физиологических процессов.

Скорость, в данном контексте, рассматривалась как скорость управления психическими процессами человеком. Такими процессами как ускорение или замедление. В свою очередь, темп рассматривается как психологическая интенсивность, то есть интенсивное выполнение различных задач и планов. А ритм является неким заданным личностью психологическим режимом работы, то сколько раз за время работы он делает перерывы.

Все развитие психики человека осуществляется во времени, поэтому психологи постепенно стали выделять периоды, этапы, события, поворотные пункты. Появилось такое понятие, как жизненный путь или индивидуальная история. Развитие психики определялось как протяженное, удлиненное, изменяющееся во времени, имеющее прошлое, настоящее, будущее.

Появилось множество произведений за последние годы, посвященных философским проблемам времени, представленными такими писателями XX вв. как: М. Прустом, Ф.С. Фицджеральдом, Д. Джойсом, Т. Манном. Проблеме времени отводится значительное место в произведениях классиков марксизма-ленинизма. К. Маркс писал: «если предположить наличие коллективного производства, определение времени, естественно, сохраняет существенное значение» [4].

Интересно, но именно психологическое время, вызывает у исследователей особый интерес.

Скорее всего, это связано с тем, что на данный момент, психологи ищут оптимальные условия и характеристики процессов труда, отношений производства, коллективной и индивидуальной деятельности, а также изучают условия совместимости людей (психологической), отмечают различные методы рационального использования механизмами человека (скорость, темп, ритм), с проблемой экономии времени за счет интенсификации.

Маркс считает, что: «экономия времени, равно как и планомерное распределение рабочего времени по различным отраслям производства, остается первым экономическим законом на основе коллективного производства» [19].

Маркс показал, что время является как критерием общественных отношений так и социальным детерминантом всей деятельности человека.

## **1.2 Отечественные и зарубежные теории личностного видения будущего**

В познании индивидуальности человека, как проблемы в области психологии, большое внимание особенностям представлений о будущем человеком и его восприятием своего будущего.

В период студенческого возраста, исследуемая нами проблема, является наиболее актуальной. Прежде всего, по той причине, что перед учащимися встает вопрос о выборе дальнейшего профессионального пути, профессионального самоопределения и создание семьи. Большое количество ученых занимаются изучением данной проблемы. Как отечественными, так и зарубежными авторами изучается и вводится понятие категории будущего, что является предметом исследования в различных областях науки.

Особый интерес вызывает сам механизм построение личностью своего будущего и как это в свою очередь влияет на планирование своей жизни.

Также прослеживается взаимосвязь мотивации, самооценки и ценностей личности с построением образа будущего.

Работы известных авторов как С.Л. Рубинштейна и Б.Г. Ананьева являются основой для данного подхода, где активно изучалось психологическое время и жизненный путь личности [29].

К.А. Абульханова-Славская внесла большой вклад в изучении и исследовании данной проблемы, разработав свою концепцию личностной организации жизненного пути человека и его субъективного времени [2].

Большое количество авторов описывают образ будущего, как некое динамичное образование, выступающее результатом проявления смысла жизни. То, каким личность видит свое будущее, характеризует его направленность.

Выделяются 3 уровня анализа, при характеристике образа будущего:

1. В функциональном аспекте образ будущего является системной детерминацией, при котором осуществляется самоорганизация человека.
2. Динамический аспект, представляет собой образ будущего, как проективной деятельности человека. Он связывает прошлое и будущее субъекта, функционирующую в настоящем.
3. Содержательный аспект образа будущего

Изучение проблемы будущего, связано с исследованиями психологического времени, которое трактуется в психологии, как отражение в психике личности временных отношений событий иного пути.

Категория времени долгое время рассматривалась как форма существования бытия, именно поэтому рассматривалась лишь естественными науками (физика, философия).

К XX веку стали изучаться проблема времени как отражение связей времени, так как активно развиваются психологические теории времени.

Время начало рассматриваться в ключе того, как человек видит этот мир, внося туда свои планы и интересы.

У времени есть такие свойства, как текучесть, универсальность, а также необратимость и разделение события настоящего будущего и прошлого.

Другими словами, когда настоящее уйдет в прошлое, возможно один из моментов возможного будущего станет настоящим.

Главным отличием свойств психологического времени является отсутствие метрики линейности.

Психологическое время, понимают как время личности, определяющее выбор и осознание личностного пути.

При характеристике временных свойств, Т.Н. Козловская обращает внимание на ценность [18].

По мнению Т.Н. Козловской это является основой при постановке личностью целей, планирования будущего, и распределение жизненных планов.

Курт Левин был первым, кто поставил вопрос о психологическом времени, и обозначил структуру психологического времени. В нее входят прошлое, настоящее, будущее. Также он полагал, что восприятие настоящего человеком, связано с его намерениями и представлениями о будущем и прошлом [22].

На данный момент есть множество разных подходов к изучению психологического времени. Одни исследователи акцентируют внимание на эмоциональной валентности будущего или прошлого, другие на изучение конкретной временной ориентации.

Структура времени как прошлого, так и настоящего существует в одном ключе. По мнению многих авторов, началом психологического времени является будущее, а не прошлое, в свою очередь это противоречит времени физическому, идущим от прошлого к будущему.

А.А. Логинов считал: «в биологических системах происходит расцепление по мере эволюции, на физическое-биологическое и индивидуальное-переживаемое» [26].

Время для человека течет в разных направлениях: онтогенез от прошлого к будущему и от будущего к прошлому. Так как будущее это начало психологического времени, оно становится изменяемым и обратимым» [26].

Многие исследования, как отечественные, так и зарубежные раскрывают значимость будущего в развитии личности, а также в поведении на разных этапах жизни.

По мнению К. Левина человек живет как в психологическом поле, так и в психологическом времени и его поведение не определяется лишь текущей ситуацией [23].

Моральное состояние человека, его настроение состояние счастья зависят больше от того, чего он ждет от будущего, чем от того что происходит в нем в настоящем. Переживания человека из-за будущего влияют на его действия, эмоции и в целом на когнитивную деятельность в настоящем времени.

Ж. Нюттен также рассматривал значение будущего в жизни человека. Он считал: «Будущее-это пространство мотивации, обуславливающее поведение человека. Оно определяет выбор целей человека, его поведенческих стратегий» [28].

Дж. Келли придавал особое значение образу будущего. Он полагал, что люди ориентированы больше на будущее, а не на настоящее или прошлое.

Значимость будущего в развитии человека подчеркивал В. Франкл. По мнению автора, невозможно существовать без «фиксированной точки отсчета в будущем». При утрате будущего, как он полагал, личность теряет свой внутренний временной план, что приводит к бездумному его существованию [39].

Л.С. Выготский отмечал: «Понять до конца человеческую личность невозможно, если рассматривать статически как совокупность проявлений и поступков, без жизненных планов. Психолог обязан понимать человека не только в связи с его прошлым, но и с его будущим» [29].

Также, они отмечают хоть будущее и неизвестно, но люди не могут не думать о нем, воссоздавая его в планах и мечтах.

А.А. Кроник и Е.И. Головаха рассматривают роль будущего человека с детерминацией прошлого и будущего [11].

По мнению Т.Н. Козловской: «системным отражением ориентации на время как ценность является образ будущего» [18].

Также, она считает, что главной составляющей образа будущего являются знания и ценностные отношения к образу будущего, а, также умение самоорганизации времени.

По мнению автора, есть три типа позиций отношения к будущему:

1. Активно-созидательная
2. Неустойчиво-пассивная
3. Пассивно-созерцательная.

Опираясь на результаты исследования Т.Н. Козловской, можно сказать, что большинство опрошенных студентов нереалистичны в своих желаниях, также у них отсутствуют конкретные цели [18].

Ф. Зимбардо считает, что отношение к будущему подразумевает лишь один аспект-это общая ориентация на будущее, где есть определённые планы, цели и поведение, направленное на их осуществление [15].

Г.В. Иванченко считает, что постановка и реализация целей, связаны с развитием личности [16].

Он использует такие термины, как жизненные планы, жизненный путь индивида, рассматривая данный вопрос. По мнению Г.В. Иванченко, для реализации своих целей и достижения успеха, нужно рассмотреть разработанную модель Ю. Куля и его понимания категории личностного стандарта [25].

Особую роль в процессе целеполагания, играют представления о возможном, и образе будущего.

По Г.В. Иванченко основным критерием в «оптимальности жизненных стратегий» является усложнение и обогащение жизненного мира, и расширение границ возможного [16].

Противоположным будет являться упрощение, достигнутое посредством уменьшения уровня притязаний, также ориентации на постоянно меняющиеся требования на общепринятые устоявшиеся образцы жизненных стратегий.

### **1.3 Особенности гендерного восприятия времени и перспектив будущего**

Р. Столлер в конце 60-х гг. XX в. выделил такое понятие как, социальный пол или по-другому гендер. Это понятие стало центральным при исследовании психологии полов. Проблема соотношения понятий социального и биологического пола интересовала многих исследователей в различных областях знаний [25].

В античный период, также существовали некие разработки на проблему различий мужчин и женщин (Платон, Аристотель, Стагирит). В эпохе Возрождения это были - Томаззо Кампанелла, Томас Мор, а, также Жан Жак Руссо, Франсуа Фурье и Кант-эпоха Просвещения.

За последнее время произошло немало изменений в обществе и их взглядах на социальные роли мужчин и женщин, что отразилась впоследствии в науке.

Ко второй половине XX в. Появились такие науки, как гендерная история, гендерная социология, гендерная антропология, гендерная педагогика гендерная лингвистика и наконец, гендерная психология. Практически все эти области знания пересекаются, имея общий объект исследования.

В современной науке о человеке, есть тенденция к интеграции, как отдельных наук, так и их направлений. Связано это с тем, что на данный момент центральной проблемой для ученых является проблема человека.

В.И. Вернадский полагал, что рост научного знания стер грани между отдельными науками. Все больше мы специализируемся не по наукам, а по проблемам, что позволяет, в свою очередь, углубляться в изучаемое явление и рассматривать его со всех точек зрения [25].

Это говорит нам о том, что невозможно изучать гендерную психологию в отрыве от других наук (философия, социология, история), ибо их развитие бесспорно связано.

Также развитие социальных движений и «женского движения» в США и Западной Европе повлияло на возникновение исследований по данной проблеме. Так вместе с ростом самосознания у представителей женского пола, появилась новая сфера знаний.

Считают, что гендер имеет 3 составляющие:

1. Гендерной самосознание (понимание женщины или мужчины о том к какому полу они относятся)
2. Гендерная идентичность (ощущение себя женщиной или мужчиной)
3. Поведенческий компонент, или гендерные роли (то, как ведет себя человек, как мужчина или как женщина).

Также принято выделять 3 гендерных типа:

- Маскулинность - преобладание инструментальных стилей в деятельности, также напористость, энергичность, способность к кратковременному, но значительному усилию
- Феминность - преобладание видов деятельности связанных с коммуникацией, тонкостью чувств, восприятием нюансов, также, способность к поддержанию активности, не требующих долгое время значительных сил.
- Андрогинность - проявление и феминных и маскулинных черт.

Было установлено, что девушкам, характерно преуменьшение, а то есть недооценка временных интервалов, в свою очередь у юношей их переоценка.

Также выявлен, что у женщин, в некоторой степени, личный темп быстрее, чем у мужчин. Однако женщины (во всех возрастах) уступают мужчинам в скорости психомоторных реакциях, их реакции замедленны.

В своих исследованиях В.В. Попович и В.А. Москвин выявили, женщины склонны к большей актуализации прошлого, а мужчины будущего. Чаще мужчины обозначают политические, профессиональные и общественные темы, а женщины в свою очередь, в большей степени упоминают темы из личной жизни [25].

У девушек и юношей проявляется реалистичность в жизненных притязаниях, которые связаны с семьей и будущей профессиональной деятельностью. Но в сфере социального продвижения и материального потребления их уровень притязаний менее реалистичен.

Наиболее высокий уровень притязания в перечисленных сферах не всегда подкрепляется соответствующими профессиональными устремлениями.

Во всех сферах деятельности девушки с раннего возраста ожидают достижений, даже в тех случаях, когда уровень притязаний у них выше.

В этом аспекте, их жизненная перспектива неадекватна реальности.

Девушки также проявляют неготовность к реальным трудностям и проблемам в будущем, в чрезмерной своей оптимистичности.

## Выводы по первой главе

Проанализировав отечественную и зарубежную литературу и изучив, таким образом, теоретический материал по выбранной теме, мы можем сделать следующие выводы:

Под восприятием времени, обычно понимают отражение последовательности и длительности каких-либо событий мозгом.

Время и объективно и индивидуально. Оно является мерилем жизни человека (ее событий, развития), но не может переживаться «объективно», в отрыве от собственно личностных смыслов.

Уильям Джеймс считал временную перспективу как знание о частях потока, будущего или прошлого, отдаленного или близкого, и это знание всегда связано с нашим знанием о настоящем.

Немецкий психолог и ученый Курт Левин давал свою трактовку термина временная перспектива. Он считал, что она является совокупностью человеческих взглядов, на психологическое будущее, прошлое, существующих в данный момент времени [22].

В восприятии времени мы различаем: составляющее его чувственную основу непосредственное ощущение длительности, обусловленное в основном висцеральной чувствительностью; собственно восприятие времени, развивающееся на этой чувственной органической основе.

В собственно восприятии времени мы различаем: восприятие временной длительности; восприятие временной последовательности.

Как одно, так и другое включает в единстве и взаимопроникновении и непосредственные, и опосредованные компоненты.

Характерной особенностью времени является его необратимость.

Наиболее существенный вклад в советскую психологию внесли исследования Д.Г. Элькина по восприятию времени. Исследованием отражения объективного времени Д.Г. Элькин занимался более 40 лет. За этот огромный промежуток времени он собрал большое количество

материала по восприятию времени у человека, животных, детей, в норме и патологии. [42].

В изучении этих проблем, его интересовал возрастной аспект. Он стремился использовать полученные данные для решения проблем трудового обучения и физического воспитания детей. Через какое-то время в своих многочисленных работах он доказал, что нет специального временного анализатора, который был бы равнозначен слуховому или зрительному [42].

В книге А.А. Кроника и Е.И. Головахи развивается биографический подход к изучению личности. Предметом исследования в ней является психологическое время личности, другими словами самосознание личности в его временной динамике жизненного пути [11].

К. Левин полагал, что восприятие человеком настоящего связано с его намерениями, и представлениями о прошлом и будущем [22]. Значение будущего в жизни человека рассматривал и изучал также бельгийский психолог Ж. Нюттен [28].

Он полагал, что будущее это некое пространство мотивации, которое обуславливает поведение человека, его выбор целей и стратегий.

Дж. Келли придавал огромное и особое значение образу будущего. По его мнению, люди ориентированы больше на будущее, а не на прошлые и настоящие события.

В отечественной психологии на роль будущего в развитии личности обратил внимание Л.С. Выготский [29].

Установлено, что для девушек характерна недооценка временных интервалов, а для юношей – их переоценка. Личный темп у девушек быстрее, чем у мужчин, но по скорости психомоторных реакций женщины уступают мужчинам практически во всех возрастах – их реакции замедленнее, чем у представителей мужского пола.

## **Глава 2. Эмпирическое изучение гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего**

### **2.1 Организация и методы исследования**

Эмпирическое исследование проводилось в период учебных занятий в мае 2019 г. В нём принимали участие студенты гуманитарных факультетов второго и четвёртого курсов. Всего 40 человек, девушки и юноши от 19 до 22 года. Для достижения цели исследования, решения поставленных задач и проверки гипотезы был использован комплекс взаимосвязанных методов, адекватных предмету исследования, по выбранной теме.

Психодиагностический материал предоставлен двумя методиками, благодаря которым можно выявить гендерные особенности личностного восприятия времени, а также перспектив будущего.

Для исследования восприятия времени у студентов, а также выявления гендерных различий временной перспективы мы использовали Методику «Опросник временной перспективы» Ж. Зимбардо.

Данная методика была создана Ф. Зимбардо вместе с А. Гонзалесом в 1997 году. Опросник состоит из 56 пунктов. Ответы по нему распределяются по 5-балльной шкале Ликкерта. Из опросника можно выявить 5 показателей. Методика направлена на оценку отношения к времени, также на оценку отношения индивида к окружающей действительности, она направлена к самому себе, личному опыту и перспективам.

Методика «Оценка пятилетних интервалов», разработанная авторами А.А. Кроником и Е.И. Головахой. Данная методика позволяет выявить психологический возраст респондентов. Что дает нам понятие о зрелости личности, его адекватности опыта и жизненных планов.

Методика оценки пятилетних интервалов, созданная А.А. Кроником и Е.И. Головахой, представляют собой анкетный опрос, респондента просят проанализировать свой жизненный путь, оценить пятилетия жизни по 10-

бальной шкале, определить ожидаемую продолжительность жизни и свой психологический возраст на основе самооценки.

## **2.2 Результаты исследования гендерных особенностей личностного восприятия времени и перспектив будущего**

Для выявления гендерных различий временной перспективы студентов 2 и 4 курса, мы использовали Опросник временной перспективы Зимбардо.

Обработав материал опросников в соответствии с ключом, мы получили следующие результаты исследования.

Таблица 1 - Факторная нагрузка временных представлений девушек юношей 2 курса

Факторы	Девушки	Юноши
Негативное прошлое	2,7	3,1
Гедонистическое настоящее	3	3,1
Будущее	3,2	3,4
Позитивное прошлое	3,3	3
Фаталистическое настоящее	2,7	2,8

Проанализировав таблицу, можно сделать вывод о том, что основной тон прошлого у юношей – отрицательный, что означает общее негативное пессимистическое отношение к прошлому. В некоторых случаях отвращение к прошлому. Это может быть связано реальными травматическими событиями в прошлом, а также негативной реконструкции положительных событий. Или и то и другое вместе.

В свою очередь, у девушек преобладает положительный фактор в восприятии времени. Это говорит о том, что отношение к прошлому, в основном, теплое, сентиментальное. Этот фактор у девушек, представляет собой, как позитивная ностальгическая реконструкция прошлого.

Этот фактор характеризуется и представляется в радужном свете.

Таблица 2 - Факторная нагрузка временных представлений девушек и юношей 4 курса

	Девушки	Юноши
Негативное прошлое	2,8	3,2
Гедонистическое настоящее	3,4	3,4
Будущее	3,1	3,8
Позитивное прошлое	3,6	2,9
Фаталистическое настоящее	2,6	2,8

По фактору «Будущее» юноши больше ориентированы на перспективное будущее, у девушек же показатели ниже, по данному фактору (3,6 у юношей и 3,15 у девушек), хотя женская часть выборки также показывает относительно высокий результат. Наличие высоких показателей по фактору «Будущее», говорит нам о том, что поведение определяется, в большей степени, стремлением к цели будущего.

Также характеризуется планированием и достижением целей в будущем.

Таблица 3 - Совокупная факторная нагрузка временных представлений девушек и юношей 2 и 4 курсов

Факторы	Девушки	Юноши
Негативное прошлое	2,75	3,15
Гедонистическое настоящее	3,2	3,25
Будущее	3,15	3,6
Позитивное прошлое	3,45	2,95
Фаталистическое настоящее	2,75	2,8

По факторам «Гедонистическое настоящее» девушки и юноши имеют примерно одинаковые достаточно высокие показатели: 3,2 (девушки) и 3,25 (юноши). Что говорит, об ориентации на волнение, возбуждение и удовольствие, наслаждении в настоящем. У таких людей, отсутствует забота о будущих последствиях, жертв и будущих наград.

По фактору «Фаталистическое настоящее» 2,27 (девушки) и 2,9 (юноши). У юношей показатели выше, чем у девушек, что говорит нам о том, что им не хватает фокусировки на цели, считают, что их будущее предопределено, и на него невозможно повлиять индивидуальными действиями. Они готовы смириться с настоящим, так как, считают, что их судьба предопределена.

На наш взгляд, это говорит о том, что прошлое у девушек является важными значимым временным модусом и ассоциируется с более приятными воспоминаниями и жизненными событиями.

Для наглядности полученных результатов, мы перенесли результаты исследования на гистограммы, представленные ниже.

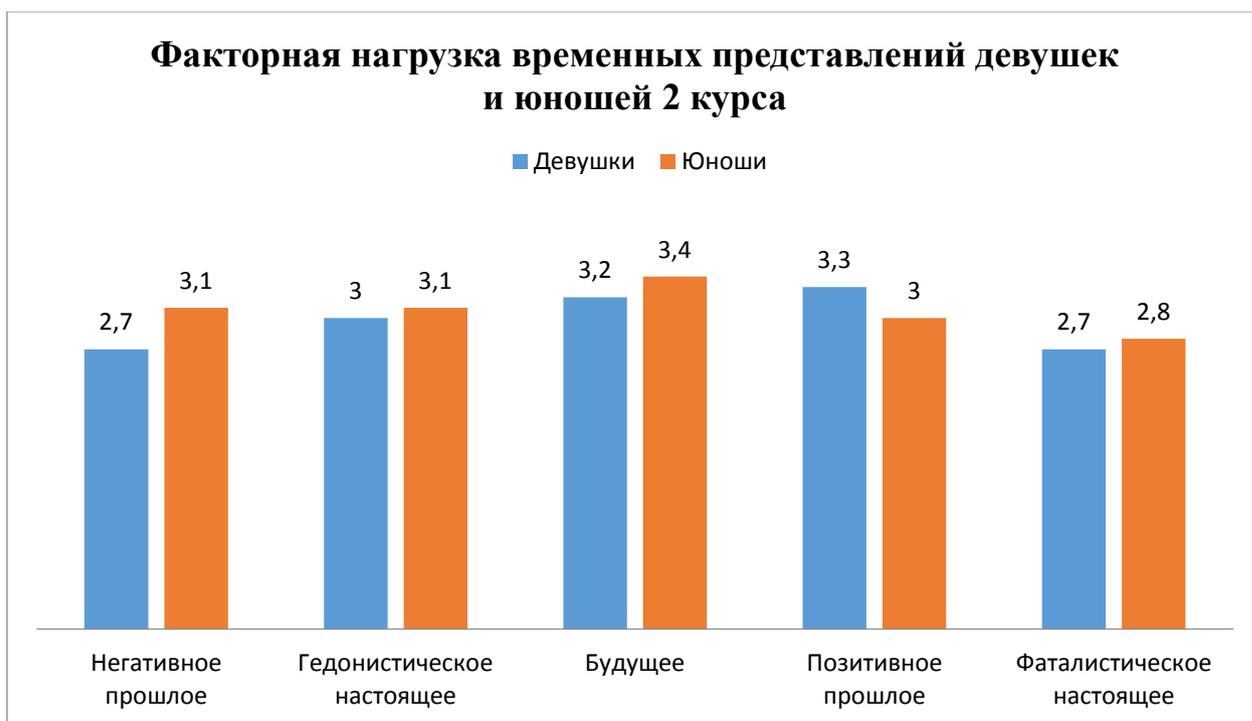


Рисунок 1 - Гистограмма по методике временной перспективы Зимбардо. Факторная нагрузка временных представлений девушек юношей 2 курса

По рисунку 1 мы видим некоторые различия по восприятию временной перспективы у юношей и девушек, более отчетливо. Юноши больше направлены на будущие события, они планируют свои дела и предугадывают

последствия своих действий, в то же время из прошлого они извлекают позитивный опыт и не застревают на поражениях.

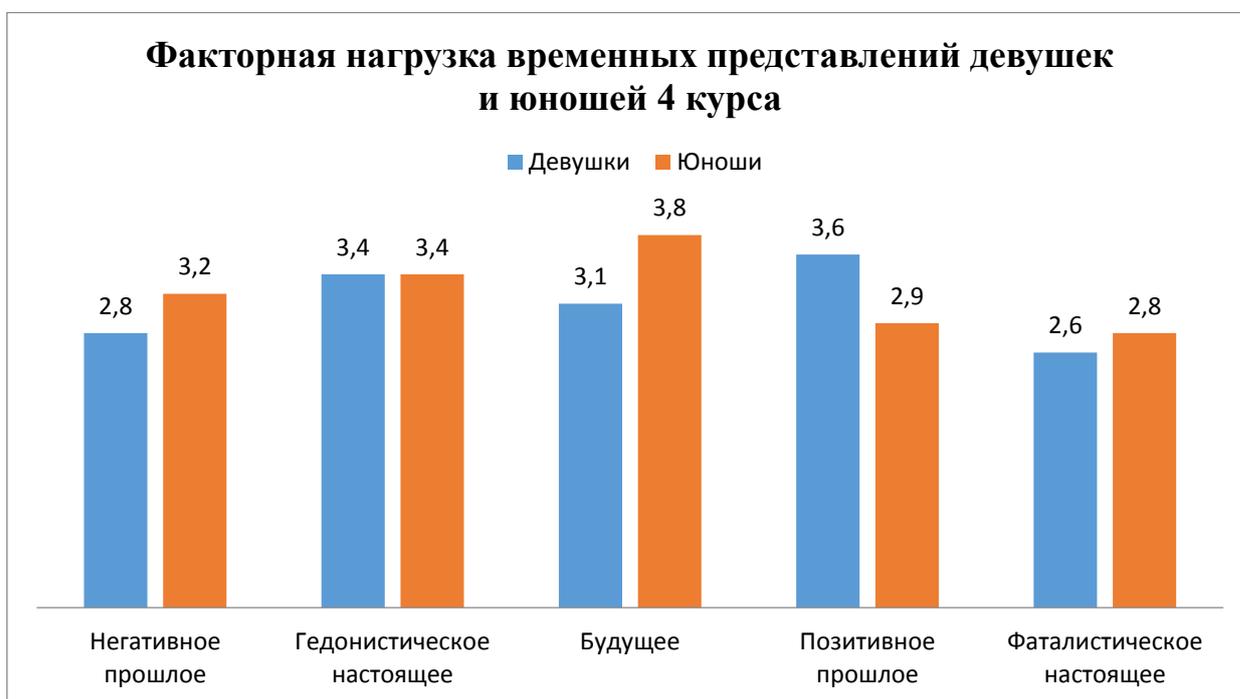


Рисунок 2 - Гистограмма по методике временной перспективы Зимбардо. Факторная нагрузка временных представлений девушек и юношей 4 курса

Большинство девушек обращают свое внимание на настоящие события, но в то же время живут негативным прошлым, вспоминая все неудачи, недостигнутые цели, что мешает им, сосредоточиться на будущем.

По рисунку 2 мы видим, что и у девушек и у юношей наблюдаются низкие показатели по шкале фаталистического настоящего, что говорит нам об их осмысленности настоящего. Они уверены, что будущее зависит от них самих. Раскрывает беспомощное фаталистическое, и безнадежное отношение к жизни и будущему. Данный фактор, отражает отсутствие сфокусированной временной перспективы. Мы видим, что у юношей показатели по данному фактору незначительно выше. Это говорит нам о сложностях с постановками целей и жизненных задач.

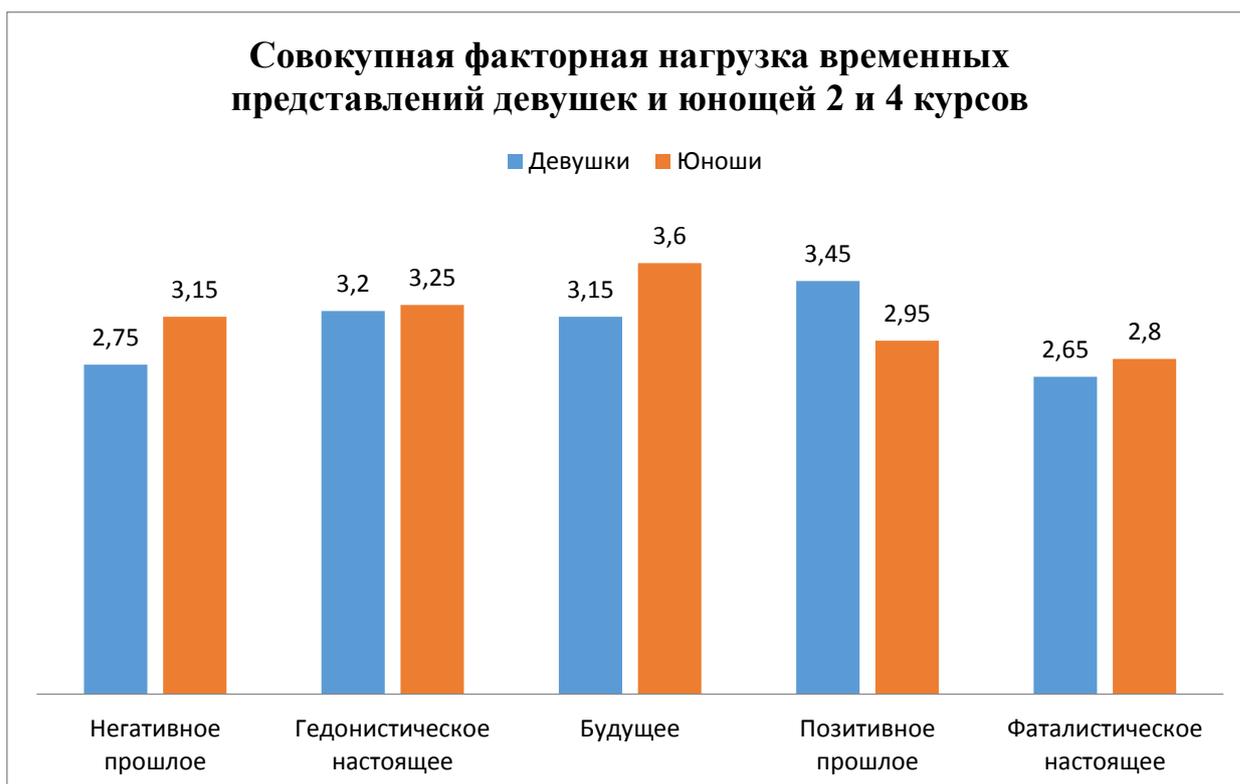


Рисунок 3 - Гистограмма по методике временной перспективы Зимбардо. Совокупная факторная нагрузка временных представлений девушек и юношей 2 и 4 курсов

По рисунку 3 мы видим средние показатели девушек и юношей 2 и 4 курсов, по временной перспективе. Показатели по Фактору «будущее» значительно различаются. Как говорилось ранее преобладание высоких показателей у юношей по данному фактору, говорит нам о том, что их поведение определяется, в первую очередь, стремлением к цели будущего и характеризуется планированием и достижением целей в будущем.

Далее, нами была проведена Методика А.А. Кроника Е.И. Головахи «Оценка пятилетних интервалов», направленная на выявление психологического возраста студентов 2 и 4 курсов. Результаты исследования могут говорить о зрелости или незрелости личности, об адекватности опыта человека и его жизненных планов.

Таблица 4 - Результаты исследования психологического возраста студентов 2 курса

Студенты 2 курса		
Пол	Показатель реализованности R	Психологический возраст A
м	17	15
ж	26	18
ж	25	20
м	15	14
ж	21	17
ж	23	18
ж	22	17
м	14	14
м	14	13
м	20	19
ж	24	20
м	18	13
ж	27	21
м	18	15
ж	25	18
м	16	14
ж	23	16
ж	17	14
ж	25	17
м	19	16

У девушек второго курса наблюдается тенденция завышать свой возраст, но не у всех, у двух девушек 2 курса наблюдается тенденция к занижению. Это говорит нам о том, что у юношей наблюдается оптимистичный взгляд на будущее. Им кажется, что все еще возможно. Жизненные планы и ожидания рассчитаны на большее хронологическое

время, чем на то, что есть в действительности.

Таблица 5 - Результаты исследования психологического возраста студентов 4 курса

Студенты 4 курса		
Пол	Показатель реализованности R	Психологический возраст A
ж	32	32
ж	24	21
м	24	21
ж	36	32
ж	40	28
м	33	23
ж	47	36
м	35	28
ж	38	24
м	35	23
ж	32	23
м	37	24
м	33	25
ж	32	29
ж	34	26
м	30	21
ж	38	29
м	29	21
ж	41	27
м	33	24

По таблице 4 мы наблюдаем, что девушки 4 курса в принципе завышают свой психологический возраст, это говорит о неоправданном пессимизме. Таким людям стоит уделять больше внимания постановкам целей и формированию планов на будущее. В свою очередь у юношей наблюдается тенденция к занижению. Жизненные планы рассчитаны на

больший период хронологического времени. Они с оптимизмом и уверенностью смотрят на будущее и считают, что все еще можно успеть.

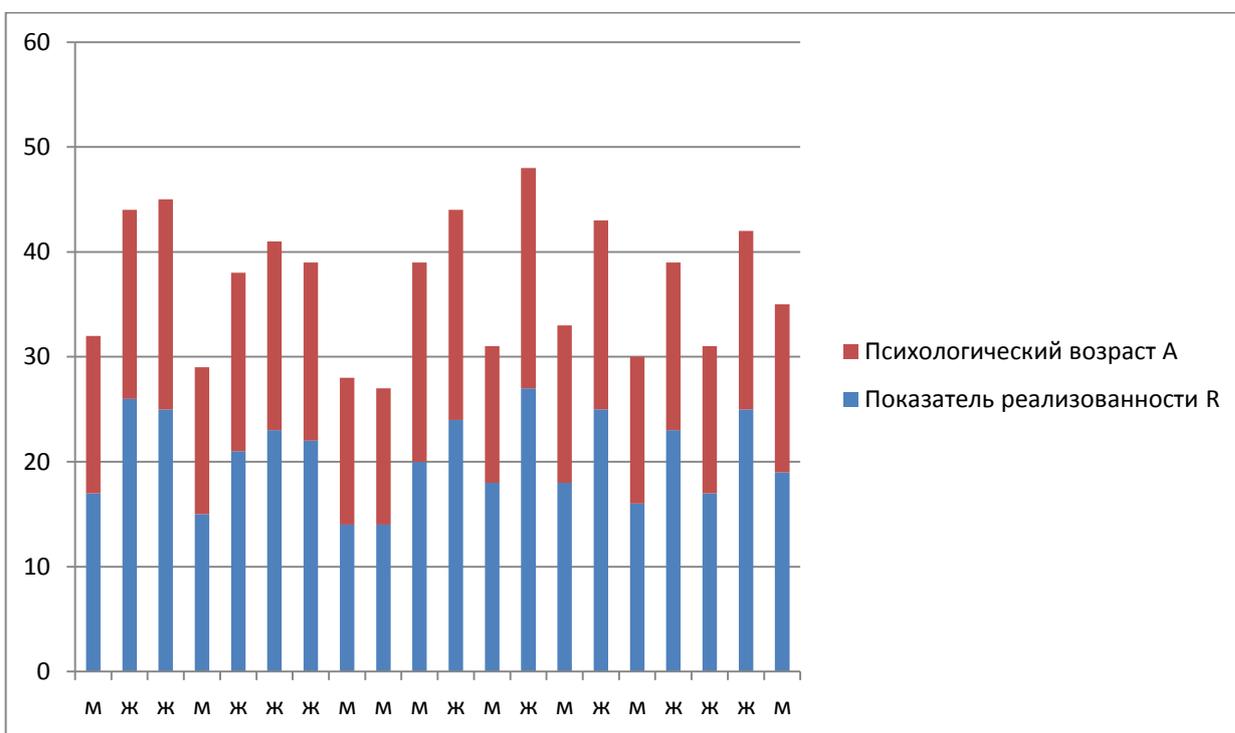


Рисунок 4 - Гистограмма по Методике А.А. Кроника Е.И. Головахи «Оценка пятилетних интервалов». Результаты 2 курса

По данным исследования ни у одного из респондентов нашей выборки психологический возраст не соответствует фактическому возрасту.

Значительное отклонение психологического возраста от календарного (будь то занижение или превышение), может говорить о наличии кризисов, на данном этапе жизни. В случае, когда он совпадает, что в нашем исследовании не было выявлено, у человека наблюдаются соразмерные притязания с его возможностями. Мы можем сделать вывод, что у студентов 2 и 4 курсов отсутствует объективная оценка своих притязаний и возможностей, что в свою очередь, говорит о несформированности адекватных взглядов на будущее.

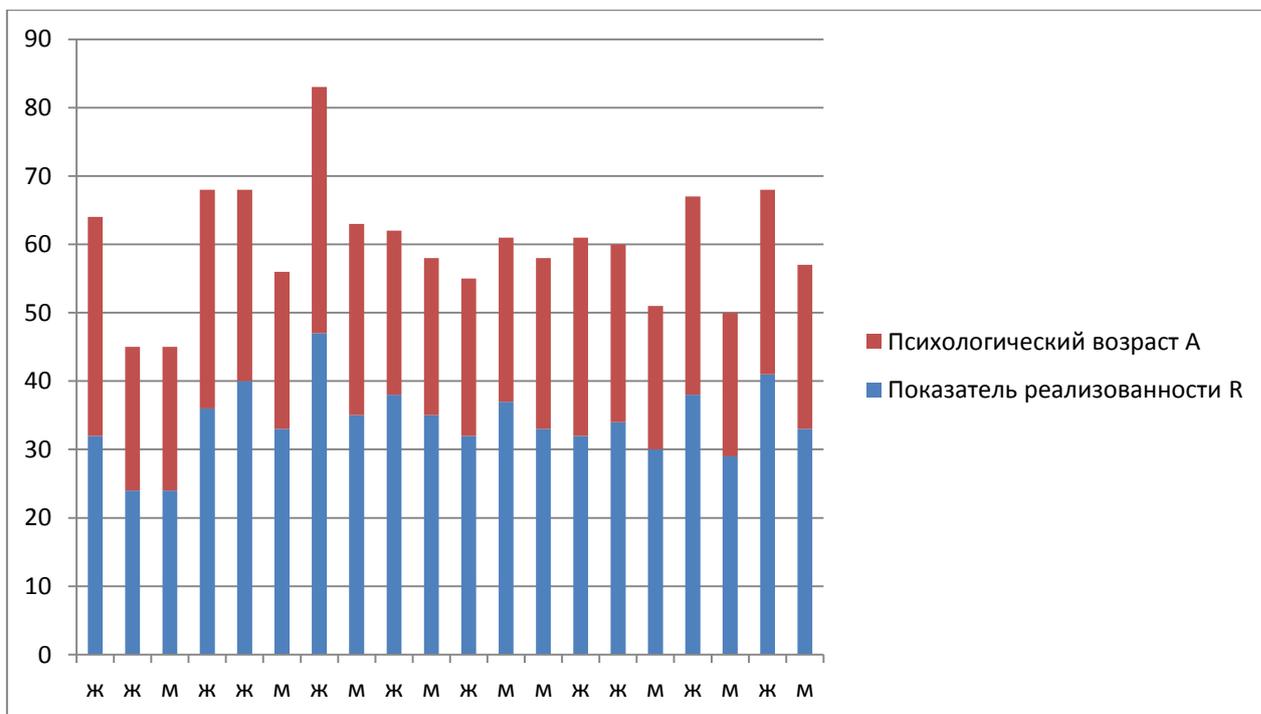


Рисунок 5 - Гистограмма по Методике А.А. Кроника Е.И. Головахи «Оценка пятилетних интервалов». Результаты 4 курса

Если календарный возраст человека, совпадает с его психологическим возрастом, это характеризует его как зрелую личность с адекватными жизненными планами и жизненным опытом. Как оказалось, нет такого совпадения, что говорит нам, о недостаточной сформированности жизненных взглядов на перспективы будущего.

Так как психологический возраст обратим, мы полагаем, целесообразно повторять процедуру определения психологического возраста на разных этапах человеческой жизни. Это будет, является предпосылкой использования своего времени рационально, а также будет фактором сохранения психического здоровья личности.

### **2.3 Рекомендации педагогам для развития временной перспективы в юношеском возрасте**

Опираясь на изученную нами литературу, а также полученные

результаты, мы составили рекомендации по развитию временной перспективы, учащихся старших классов, и также студентов 1-2 курсов.

Очень важно уметь выстраивать жизненный план, программу. Поэтому стоит с юношеских лет учиться целеполаганию. Не только в юношеском и студенческом возрасте, у человека должны быть умения к самоорганизации, если наработать эти способности сейчас, в будущем человеку будет легче во всех сферах жизни, как в учебной сфере, так и трудовой.

Такие способности и навыки, как ориентация во времени, его продуктивное использование, способность к структурированию времени, обеспечивают продуктивность в личной, общественной и трудовой жизни человека.

Мы рекомендуем педагогам давать возможность учащимся планировать свою деятельность, также давать им свободу в своих выборах и высказываниях, что способствует созреванию и развитию личности; проводить мероприятия, способствующие развитию креативности мышления, творчества; также стоит обращаться к педагогу-психологу, который в свою очередь, мог бы проводить тренинговые занятия, для развития временной перспективы.

Мы представим пример тренингового упражнения, которое могло бы быть полезным преподавателям и учителям для развития временной перспективы студентов и старших школьников.

Упражнение под названием "Визуализация моего успешного будущего" Направлено на создание цели, на ближайшее будущее.

1. Каждый из вас, задумывался о том, где и как он хочет жить в будущем.
2. Вашей задачей является, создавать внутренние образы ,слушая меня.
3. Садитесь по удобнее. Вдохните глубоко и выдохните.
4. Повторите первую процедуру
5. Вообразите себе свой привычный день в будущем.
6. Представьте, вам 27 лет. Вы только проснулись.

7. Где? Во сколько? Это ваш дом.
8. Оглянитесь. Что вы видите рядом с собой? (30 сек)
9. Попробуйте представлять все в красках. Чтобы это была красочная, яркая и приятная картина для вас. Не стоит торопиться. Рассмотрите все, что вы видите вокруг.
10. Подойдя к зеркалу, как вы выглядите? (30 сек)
11. Прислушайтесь к звукам, в комнате и за окном. (30 сек)
12. Что чувствует ваша кожа? (30 сек)
13. Вам должен нравиться ваш образ. Он не должен быть негативным.
14. Не торопясь, возвращайтесь в реальность.
15. Вдохните, и на выдохе откройте глаза.

После проведенного упражнения, мы рекомендуем обсудить проделанную работу, что получилось, или не получилось, каковы ощущения.

Мы привели пример упражнения, на развитии временной перспективы. Важно уметь формулировать свои цели, планы. Уметь выстраивать жизненную программу. Мы также рекомендуем четко формулировать их, желательно в позитивной форме. Часто думать и представлять желаемое будущее, и способы, средства, которые приведут к ее достижению.

### **Выводы по второй главе**

В результате практического исследования мы выявили гендерные различия в восприятии времени и перспектив будущего юношей и девушек 2 и 4 курсов на базе Тольяттинского государственного университета.

С помощью методики Зимбардо «Опросник временной перспективы» нами было выявлено следующие факторы:

У девушек прошлое является важными и значимым временным модусом. Оно ассоциируется у них с более приятными воспоминаниями, а также жизненными событиями. У юношей, в свою очередь, наблюдается направленность на перспективное будущее.

Основной тон прошлого у юношей – отрицательный, у девушек же наоборот является положительным. Также проанализировав результаты исследования можно сказать, что ориентация на будущее и определенности планов, а также надежд связана с социальной и личностной зрелостью юношей.

Можно сделать вывод, что направленность лишь в прошлое связана с такими характеристиками личности, как эмоциональная нестабильность, неустойчивость, неуверенность в себе, а также страх перед будущим.

Проанализировав данные, полученные с помощью методики А.А. Кроника Е.И. Головахи «Оценка пятилетних интервалов», мы сделали следующие выводы:

Девушки завышают свой психологический возраст вне зависимости от курса (2 или 4). В свою очередь у юношей наблюдается тенденция к занижению, что говорит нам о чрезмерном оптимизме и уверенности в том, что все еще можно успеть. Жизненные планы рассчитаны на большой период хронологического времени.

Психологический возраст у девушек "больше" реального, это говорит о том, что стоит уделять больше внимания постановкам целей и формированию планов на будущее.

Необходимо и важно отметить, насколько значимым и неотъемлемым в жизни человека как личности является формирование временной перспективы. Еще в раннем возрасте, зарождается отношение к прошлому, настоящему, будущему, проходя ряд таких этапов, как: интериоризация норм и правил, усвоение социокультурного опыта.

Также по полученным результатам и теоретическому исследованию, можно сказать, что, несомненно, гендерные различия в восприятии времени существуют.

Психологическое время, является одним из подструктур в самосознании личности, в то время как временная перспектива-это не только способность переживать настоящее, прошлое и планировать будущее, а еще и целостная

готовность к будущему, находясь в настоящем.

## Заключение

Проанализировав отечественную и зарубежную литературу и изучив, таким образом, теоретический материал по выбранной нами теме, мы сделали выводы:

Восприятие времени - это отражение последовательности и длительности каких-либо событий мозгом.

Временная перспектива представляет собой все представлений человека о его психологическом прошлом и будущем, которые одновременно существуют в данный момент времени. Время является неким мерилем жизни человека. Оно и объективно и индивидуально

Немецкий психолог и ученый Курт Левин давал свою трактовку термина временная перспектива. Он считал, что она является совокупностью человеческих взглядов, на психологическое будущее, прошлое, существующих в данный момент времени [22].

В восприятии времени мы различаем: составляющее его чувственную основу непосредственное ощущение длительности, обусловленное в основном висцеральной чувствительностью; собственно восприятие времени, развивающееся на этой чувственной органической основе.

В собственно восприятии времени мы различаем: восприятие временной длительности ; восприятие временной последовательности.

Как одно, так и другое включает в единстве и взаимопроникновении и непосредственные, и опосредованные компоненты.

Характерной особенностью времени является его необратимость.

Курт Левин считал, что восприятие человеком настоящего связано с его ожиданиями, намерениями и представлениями о прошлом и будущем [22]. Он полагал, что будущее это некое пространство мотивации, которое обуславливает поведение человека, его выбор целей и стратегий.

Особое значение образу будущего придавал также Дж. Келли. Он считал, что люди ориентированы на будущее, а не на прошлые или

настоящие события их жизни. В отечественной психологии на роль будущего в развитии личности обратил внимание Л.С. Выготский.

В ходе эмпирического исследования мы выявили гендерные различия в восприятии времени и перспектив будущего юношей и девушек 2 и 4 курсов.

Действительно существуют различия в восприятии времени у девушек и юношей. Они заключаются в следующем. У девушек прошлое является значимым временным аспектом, которое, ассоциируется у них с приятными или наоборот негативными воспоминаниями и жизненными событиями. Направленность лишь в прошлое говорит об эмоциональной нестабильности и неустойчивость, страхе перед будущим. Выявленная тенденция к завышению психологического возраста, говорит нам, о неумении ставить цели, и планировать будущее.

У юношей же оно связано в большей степени с негативными событиями. Наблюдается направленность на перспективное будущее. Также по результатам видно, что ориентация на будущее в определенности планов и надежд связана с социальной и личностной зрелостью юношей. Психологический возраст меньше календарного. Юноши не торопятся воплощать планы и цели в жизнь, так как считают, что времени еще достаточно.

В целом мы увидели тенденцию завышения (у девушек) и занижения (у юношей) психологического возраста, что говорит нам недостаточной сформированности жизненных взглядов на будущее и его перспективы.

Подводя итоги исследования, важно отметить, что формирование временной перспективы является важной и неотъемлемой частью становления личности человека. Еще в раннем возрасте, зарождается отношение к прошлому, настоящему, будущему, проходя ряд таких этапов, как: интериоризация норм и правил, усвоение социокультурного опыта. Также по полученным результатам и теоретическому исследованию, можно сказать, что, несомненно, гендерные различия в восприятии времени

существуют. Прежде всего, связано это, с природными, полоролевыми, социальными факторами развития полов.

## Список используемой литературы

1. Абульханова-Славская, К.А. Стратегия жизни [Текст] / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. — С. 126– 149.
2. Абульханова-Славская, К.А., Березина, Т.Н. Время личности – время жизни [Текст] / К.А. Абульханова-Славская, Т.Н. Березина. - СПб., 2001. - 304 с.
3. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии [Текст] / А. Адлер. – М.: Прогресс, 1995. – 51.
4. Арестова, О.Н. Мотивация и перспективное целеполагание в мыслительной деятельности [Текст] / О.Н. Арестова. – М., 1999.— С. 64–75.
5. Арестова, О.Н. Операциональные аспекты временной перспективы личности [Текст] / О.Н. Арестова // Вопросы психологии. – М., 2007. - №4.
6. Асеев, В.Г. Значимость и временная стратегия поведения [Текст] / В.Г. Асеев // Психологический журнал. – М., 1981. Т.2. – С. 58-70.
7. Белинская, Е.П. Временные аспекты Я-концепции и идентичность [Текст] / Е.П. Белинская // Мир психологии.- М., 1999. – С.74-79.
8. Болотова, А.К. Психология времени в межличностных отношениях. [Текст] / А.К. Болотова. - М., 1997.- С.19-26.
9. Болотова, А.К., Бекренев, В.Д. Время и личность. Временные измерения феноменов личности [Текст] / А.К. Болотова, В.Д. Бекренев. – М., 2007.- С.61–78.
10. Гинзбург, М.Р. Жизненные планы как проявление личностного самоопределения старшеклассников // Психологические условия формирования социальной ответственности школьников: Сб. науч. тр.

[Текст] / Под ред. М.Р. Гинзбурга, Л.А. Радзиховского. - М.: АПН СССР, 1987. - С. 18-22.

11. Головаха, Е.И., Кроник, А.А. Психологическое время личности [Текст] / Е.И. Головаха, А.А. Кроник. - Киев, 1984.- С. 207.

12. Гуревич, А.Я. Представление о времени в средневековой. История и психология [Текст] / А.Я. Гуревич. – М., 1971.- С. 52-70.

13. Дмитриев, А.С. Физиологические основы восприятия. Успехи современной биологии [Текст] / А.С. Дмитриев. – М.,1964. - Т. 57. – С.41.

14. Зейгарник, Б.В. Теория личности Курта Левина [Текст] / Б.В. Зейгарник. – М., 1981. - С. 60.

15. Зимбардо, Ф., Бойд, Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь [Текст] / Ф. Зимбардо, Дж. Бойд. – СПб. : Речь. – 2010. – С. 352

16. Иванченко, Г.В. Представления студентов выпускных курсов о возможном: региональные и гендерные различия [Текст] / Г.В. Иванченко. – М.,2008. - С.32–63.

17. Ковалев, В. И. Особенности личностной организации времени жизни. Гуманистические проблемы психологической теории [Текст] / В.И. Ковалев. – М., 1995. – С. 179–184.

18. Козловская, Т.Н. Обучение студентов навыкам планирования времени [Текст] / Т.Н. Козловская // Психология в вузе. – М., 2007. - С.37–45.

19. Кроник, А. А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути [Текст] / А.А. Кроник,

Р.А. Ахмеров. – М., 2008. – С. 294.

20. Кроник, А.А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования, диагностики и коррекции [Текст] / А.А. Кроник. – М., 1994. – С. 171.

21. Кублицкене, Л. Ю. Организация времени личностью как показатель ее активности [Текст] / Л.Ю. Кублицкене. – М., 1995. – С. 185–192.
22. Левин, К. Динамическая психология [Текст] / К. Левин. - М., 2001. – С. 32.
23. Левин, К. Определение понятия «поле в данный момент». Хрестоматия по истории психологии: Период открытого кризиса [Текст] / К. Левин. - М.: Изд-во МГУ, 1980. С. - 131-145.
24. Леонтьев, Д.А. Шелобанова, Е.В. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего [Текст] / Д.А. Леонтьев, Е.В. Шелобанова – М.,2001. - С. 57-65.
25. Мандрикова, Е.Ю. Современные подходы к изучению временной перспективы личности [Текст] / Е.Ю. Мандрикова. – М., 2008. Т.29. №4. - С.54–63.
26. Митина, Л.М. Восприятие времени в зависимости от сложной деятельности // Сенсорные и сенсомоторные процессы [Текст] / Л.М. Митина. – М., 1972.- С. 89.
27. Муздыбаев, К. Переживание времени в период кризисов [Текст] / К. Муздыбаев – М., 2000. –С. 15-22.
28. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего [Текст] / Ж. Нюттен. Под ред. Д.А. Леонтьева. — М.: - Смысл, - 2004. — С. 45-57.
29. Петровский, В.А. Основы теоретической психологии [Текст] / А.В. Петровский. — М., 1998. –С.61-70.
30. Разгоняева, Е.В. Личностная обусловленность процесса построения образа будущего [Текст] / Е.В. Разгоняева. - Барнаул, 2004. – С.102.

31. Серенкова, В. Ф. Типологические особенности планирования личностного времени [Текст] / В.Ф. Серенкова // Гуманистические проблемы психологической теории. – М., 1995. – С. 192–204 .
32. Серкин, В.П. Бланк семантического дифференциала для оценки представлений о времени. Психологическая диагностика [Текст] / В.П. Серкин. — М., 2007. №5. - С.30–35.
33. Серкин, В.П. Пять определений понятия и схема функционирования образа мира [Текст] / В.П. Серкин. — М., 2006. - С.11–19.
34. Сырцова, А., Митина, О.В. Возрастная динамика временных ориентаций личности [Текст] / А. Сырцова, О.В. Митина. — М., 2008. - С.41–53.
35. Сырцова, А., Соколова, Е.Т., Митина, О.В. Методика Ф. Зимбардо по временной перспективе [Текст] / А. Сырцова, Е.Т. Соколова, О.В. Митина // Психологическая диагностика.- М., 2007.- №5. - С.85–105.
36. Украинец, В.Н. Жизненные перспективы личности [Текст] / В.Н. Украинец // Жизненный путь личности. Под ред. Л.В. Сохань. – Киев, 1987. – С. 217-225.
37. Франк, Л.К. Временная перспектива. Журнал по социальной психологии [Текст] / Л.К. Франк. - М., №4. 1939. - С. 293-312.
38. Франкл, В. Человек в поисках смысла жизни [Текст] / В. Франкл / Под ред. Л.Я. Гозмана, Д.А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990.- С. 226.
39. Хьелл, Л., Зиглер, Д. Теории личности [Текст] / Л. Хьелл, Д. Зиглер. - СПб., 2001.- С. 608.
40. Цуканов, Б.И. Качество «внутренних часов» и проблема интеллекта [Текст] / Б.И. Цуканов. – М., 1991. - Т. 12. –С.59.
41. Цуканов, Б.И. Фактор времени и природа темперамента [Текст] / Б.И. Цуканов. – М., 1988. – С.44-49.
42. Элькин, Д.Г. Восприятие времени. [Текст] / Л.Г. Элькин. - М., 1962  
.- С. 97.

43. Янчук, В.А. Методология, теория и метод в современной социальной психологии и персонологии: интегративно-эkleктический подход: монография [Текст] / В.А. Янчук. – Минск, 2000. – С. 416.

44. Boniwell, I., & Zimbardo, P. (2004). Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning / I. Boniwell, P. Zimbardo In P. A. Linley and S. Joseph (Eds.) Positive Psychology in Practice - (pp. 165-179) - New Jersey: John Wiley & Sons.

45. Boyd, J. N. Time perspective, health, and risk taking / J. N. Boyd, P. G. Zimbardo // Understanding Behavior in the Context of Time / A. Strathman, J. Joireman (eds.). – Mahwah, 2005. – P. 85–108

46. Harber, K. D. Participant self-selection biases as a function of individual differences in time perspective / K. D. Harber, P. G. Zimbardo, J. N. Boyd // Basic And Applied Social Psychology. – 2003. – Vol. 25 (3). – P. 255–264.

47. Miller, R. B. A Model of future-oriented motivation and self-regulation /

R. B. Miller, S. J. Brickman // Educational Psychology Review. – 2004. – Vol. 16, № 1. – P. 9–33.

48. Placing motivation and future time perspective theory in a temporal perspective / J. Simons [et al.] // Educational Psychology Review. – 2004. – Vol. 16, № 2. – P. 121–139.