

Шакура Карина Вадимовна

студентка

Мацевич Кристина Петровна

ассистент кафедры

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный
национальный исследовательский университет»
г. Белгород, Белгородская область

К ПРОБЛЕМЕ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ ЧЕЛОВЕКОМ

Аннотация: в статье рассматривается проблема восприятия времени, а именно понятие, а также факторы и особенности, которые способствуют лучшему пониманию функционирования. Авторами детально анализируется феномен восприятия времени человеком.

Ключевые слова: восприятие времени, особенности восприятия времени, факторы восприятия времени.

Время – неотъемлемая составляющая жизни человека, но при этом мало кто может ответить на вопрос: «Что есть время?». Проблема восприятия времени занимала умы величайших мыслителей, мудрецов и учёных начиная с античных времён. Благодаря этому существует большое количество концепций и теорий относительно данного феномена. Рассмотрев эволюцию представлений о восприятии времени в ходе развития человеческого мышления, можно подробно рассмотреть усложнение и изменение смыслового содержания этого понятия с течением времени. Каждое из этих понятий имеет свою собственную теоретическую нагрузку, поэтому не удивительно, что проблема связи времени с картиной мира и личностью человека разрабатывается в разных исследовательских контекстах [1; 6; 7; 9–11; 16].

В том или ином аспекте проблема времени и его восприятия человеком разрабатывалась многими отечественными (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Л.И. Анцыферова, Л.М. Веккер, Л.С. Выготский, Е.И. Голохова, А.А. Кроник, А.Л. Леонтьев, А.Р. Лuria, С.Л. Рубинштейн и другие) и зарубежными

(В. Вундт, Р. Кастанбаум, К. Левин, Ж. Пиаже и др.) учёными. В рамках современной науки проблемой восприятия времени занимаются Л.Н. Акимовой, А.К. Болотова, В.Н. Буганова, Н.В. Головина, З.А. Киреева, И.А. Страцинская и другие. Но, несмотря на это, проблема определения восприятия времени так и остается неразрешённой по некоторым причинам. Как отмечает А.Г. Маклаков, сложность и интерес изучения заключаются в том, что время не воспринимается нами как явление материального мира и представляет собой скорость, длительность и последовательность явлений действительности. Также остается открытым не менее интересный вопрос, касающийся физиологических основ этого феномена, который волнует исследователей с давних времен.

Представление человека о времени не является врожденным, оно развивается постепенно в процессе формирования личности, а в настоящий момент на формирование восприятия времени человеком оказывают влияние факторы социокультурной среды, а именно культурная трансформация общества, глобальная информированность, увеличение темпа социальной жизни и т. д. [8]. Они оказывают непосредственное воздействие не только на само восприятие, но и на отношение, переживание личностью определённых моментов. Более того, они сокращают длительность многих ситуаций вследствие насыщенной социальной жизни человека. Иными словами, феномен восприятия времени не может оставаться неизменным в новых социальных условиях, следовательно, разнообразие определений данного феномена и трактовок времени обязано своим появлением культурно-историческим и социальным условиям. Итак, принимая во внимание культурно-исторические и социальные условия развития науки, возникает проблема понимания феномена восприятия времени [2].

Исходя из вышесказанного, можно утверждать, что феномен восприятия времени изучался, начиная с доисторических времен. Представления о восприятии времени можно обнаружить не только в психологии, но и в мифах, а также исторических, философских и физических трудах [1; 16].

Следует отметить, что при изучении феномена восприятия времени возникают две проблемы. Во-первых, сложность изучения данного вопроса заключается в том, что время не воспринимается человеком как явление материального мира. Во-вторых, неопределенность понятия восприятия времени. В настоящее время существуют несколько направлений, представители которых по-разному трактуют данный феномен.

Главенствующим подходом изучения восприятия времени является материализм, в рамках которого восприятие времени трактуется как длительность, скорость, последовательность явлений действительности и смена состояний объекта. Процесс восприятия и оценка длительности анализируются через соотношение анализа с деятельностью человека, иными словами длительность момента субъективного настоящего определяется через включенность этого момента в деятельность человека. Также важно отметить, что анализ этого феномена сводится физической интерпретации. Этого направления придерживались такие учёные как К.Д. Ушинский, И.П. Павлов, И.В. Сеченов, Д.Г. Элькин и другие [9; 13; 14].

Представители идеалистического направления, – а к нему относятся Платон, Августин, Ф. Гегель, считали, что время – это особенность человеческой психики, т.е. оно для них не являлось объективным. А, следовательно, и восприятия времени для этого направления не существовало [1].

Спустя определённый период времени появились новые направления, которые взяли своё начало в идеалистическом направлении: генетизм и нативизм. Представителями генетизма являлись Г. Мюнстерберг, А. Бергсон, П. Жане и другие. Они рассматривали время как особенность человеческого организма, представляющую собой комбинацию и взаимодействие слуховых, кинестетических ощущений. В рамках нативизма главенствующим является учение, утверждающее врожденность идей или способностей к определенным идеям. Поэтому представители нативизма (У. Джемс, Э. Геринг и другие) считали, что каждый человек обладает восприятием времени, которое представляет собой свойство душевной деятельности.

В психофизиологическом направлении центральной признается проблема адаптации человека к системе восприятия текущего времени, что является необходимой предпосылкой для успешной ориентации в окружающей среде. В целом, это направление в исследованиях восприятия времени опирается на физиологические механизмы восприятия и организации времени. Наиболее яркими представителями являются Н.Н. Брагина, Г.И. Глыбин, Т.А. Доброхотова, Г.В. Портнова, Б.И. Цуканов.

В субъективно-психологическом направлении рассматриваются индивидуальные особенности восприятия времени, в исследованиях важную роль начинает играть такая психическая функция, как память, а также представления о прошлом, настоящем и будущем. В рамках данного направления работали Е.И. Головаха и А.А. Кроник, К.А. Абульханова-Славская, В.И. Ковалев [10; 11].

Следует отметить, что существует основное общепринятое определение восприятия времени. Под восприятием времени понимается отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности [12].

В восприятии времени человеком выделяются два аспекта: субъективный и объективно-условный. Первый аспект непосредственно связан с личной оценкой происходящих событий, что зависит от характера происходящих событий, их количества и эмоций, которые они вызывают. Объективно-условный аспект, напротив, связан с объективной чередой событий и промежутков времени [11].

Важное место в изучении данного феномена занимают факторы, которые оказывают непосредственное влияние на изменение восприятия времени человеком.

Например, восприятие времени зависит от эмоционального состояния человека и его установки. Отрицательные эмоции субъективно увеличивают временные промежутки, а положительные – напротив, ускоряют течение времени (эксперименты Дж. Маршалла 1966–1972 г. и Э. Лофтус 1980 г). Под воздействием установки субъекта, возможно, искажение восприятия в целом. Также исходя из

результатов, полученных в ходе экспериментов Дж. Маршалла и Э. Лофкус, можно сказать, что оценка длительности временного отрезка во многом зависит от того, какими событиями он был заполнен. Если событий было много, и они были интересны для человека, то время шло быстро. И наоборот, если событий было мало или они были не интересны, то время тянулось медленно.

Совсем иной характер носит оценка прошедших событий. Промежуток времени, наполненный разнообразными событиями, оценивается как более продолжительный. А время неинтересное для человека, воспринимается им, потом как незначительный промежуток времени, т.е. недооценивается [4]. Эти данные С.Л. Рубинштейн обобщил в закон заполненного временного отрезка: «чем более заполненным и, значит, расчлененным на маленькие интервалы является отрезок времени, тем более длительным он представляется» [10, с. 250].

В 1983 году Е.М. Гареевым было установлено, что на субъективное восприятие времени влияет и содержание деятельности, а именно, чем сложнее деятельность, тем больше недооценка временных отрезков [7].

Также оценка длительности коротких временных интервалов зависит от внутренней температуры тела. Это было доказано в опытах Франсуа и Хогленда (1933, 1935).

Восприятие времени изменяется в зависимости от характера установки человека на будущее. Время ожидания желательного события субъективно удлиняется, нежелательного – стремительно сокращается. В данном явлении, фактор, связанный с эмоциональной оценкой времени, получил название закона эмоционально-детерминированной оценки времени. Он также выражается в том, что время, заполненное какими-либо положительными событиями, сокращается в переживании и, напротив, время, заполненное отрицательными событиями в переживании, удлиняется. Автором закона является С.Л. Рубинштейн [10].

Опыты Х. Эренвальда показывают, что в субъективной оценке времени немаловажную роль играют индивидуальные различия. В течение опытов он обнаружил у одних испытуемых стойкую тенденцию недооценивать время, а у дру-

гих – переоценивать. На основе этих результатов Эренвальд выделил 2 типа восприятия времени: брадихронический (склонный к ускорению времени) и тахихронический (склонный к замедлению времени).

Позднее, проведенное исследование С.Л. Рубинштейном и Л.Я. Беленькой (1948) подтвердило связь переоценок и недооценок длительности временного промежутка с эмоциональной сферой [11].

Ещё одним важным фактором в восприятии времени является возраст. Один год для пятилетнего ребёнка кажется намного продолжительнее, чем этот же промежуток времени для пожилого человека. Этот фактор объясняется количеством новых впечатлений, которые ребёнок получает постоянно в отличие от взрослого человека.

Восприятие времени человеком может изменяться с помощью фармакологических воздействий, влияющих на вегетативную нервную систему. Такие препараты, как амфетамин, закись азота и другие, субъективно укорачивают оценку отрезков времени, другие же аппараты, например, ЛСД, удлиняют оценку промежутков времени.

Не менее важную роль играет вся дофаминергическая система, посредством которой можно также воздействовать на восприятие времени. Например, если давать человеку галоперидол, то дофаминовые рецепторы блокируются – человек оценивает промежутки времени как более короткие, чем они есть на самом деле. Если давать стимулирующий метамфетамин, происходит обратная реакция – уровень дофамина в мозгу повышается, и человек определяет те же отрезки времени как большие [3].

Также большое значение отводится особенностям восприятия времени. Характерной особенностью времени является его необратимость. Человек может вернуться к тому месту пространства, откуда он ушел, но он не может вернуть то время, которое прошло [15].

Временная локализация времени выражается в знании человека о том, что определенное событие должно произойти в данное время. Временная локализация возможна благодаря чередованию определенных интервалов, которыми могут быть день, неделя, месяц, год и т. п.

Также человек, воспринимая течение времени, устанавливает порядок последовательности событий, устанавливаемый на основе причинных зависимостей следования одних событий за другими.

Таким образом, проблема восприятия времени, не смотря на большое количество подходов и направлений, является малоизученной и трудно изучаемой в связи с тем, что остается открытым вопрос отнесения категории времени к объективным или субъективным показателям окружающего мира. Большую роль в изучении феномена восприятия времени играют факторы, которые способны как ускорять, так и субъективно замедлять промежутки времени, а также особенности восприятия времени, характеризующиеся четкой расчлененностью и объективной сменой событий. Актуальность данной проблематики заключается в том, что восприятие времени имеет большое значение при ориентации человека в окружающем мире и способствует его адаптации в различных ситуациях. А искажения феномена, которые могут быть вызваны различными причинами и факторами, приводят к нарушению ориентирования человека в объективной реальности, к биологической и социальной дезадаптации. Малоизученной является взаимосвязь феномена восприятия времени и личностных особенностей, которая может иметь практическую значимость для деятельности психолога. Это объясняется тем, что осуществление профессиональной ориентации будет более эффективным если учитывать точность восприятия времени человека, т.к. результативность некоторых видов деятельности на прямую зависит от точности и быстроты реакций.

Список литературы

1. Абдулатипов Р.Г. Начала философии / Р.Г. Абдулатипов, Н.В. Солнцев. – М., 2005. – 234 с.

2. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 201 с.
3. Брагина Н.Н. Функциональные асимметрии человека / Н.Н. Брагина, Т.А. Доброхотова. – М., 1988. – 84 с.
4. Гареев Е.М. Межцентральные взаимоотношения неокортекса при оценке времени и ее психофизиологические закономерности / Е.М. Гареев. – Уфа: Диалог, 1987. – 97 с.
5. Головаха Е.И. Психологическое время личности / Е.И. Головаха, А.А. Кроник. – Киев: Наукова думка, 1984. – 207 с.
6. Ковалев В.И. Категория времени в психологии (личностный аспект) / В.И. Ковалев. – М.: Наука, 1995. – 230 с.
7. Ковалев В.И. Личностное время как предмет психологического исследования. Психология личности и время / В.И. Ковалев. – М.: Наука, 1995. – 231 с.
8. Москвин В.А. Нейропсихологические аспекты исследования временной перцепции у здоровых лиц / В.А. Москвин, В.В. Попович. – М., 1998. – 192 с.
9. Павлов И.П. Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных / И.П. Павлов. – М.: Наука, 1973. – 663 с.
10. Подъячева Т.Н. Восприятие времени в историческом ракурсе / Т.Н. Подъячева // Психологические исследования. – Самара, 2006. – №11. – С. 68–74.
11. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн – СПб.: Питер, 2003. – 705 с.
12. Серенкова В.Ф. Типологические особенности планирования личностного времени / В.Ф. Серенкова. – М.: Добросвет, 1991. – 21 с.
13. Сеченов И.М. Избранные произведения. Т. 1. Физиология и психология / И.М. Сеченов. – М.: Директ-Медиа, 2010. – 774 с.
14. Ушинский К.Д. Человек как предмет воспитания / К.Д. Ушинский. – М.: Изд-во ФАИР-ПРЕСС, 2004. – 239 с.

15. Цуканов Б.И. Время в психике человека / Б.И. Цуканов. – Одесса: Астро Принт, 2000. – 217 с.
16. Шкода В.В. Аристотель. Физика / В.В. Шкода. – М.: Проспект, 2001. – 321 с.