



УДК 159.922

doi: 10.21702/rpj.2017.1.5

К ПРОБЛЕМЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ВРЕМЕННОЙ ДЕЦЕНТРАЦИИ С САМООЦЕНКОЙ ЛИЧНОСТИ НА ЭТАПАХ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КРИЗИСА

Бэла А. Ясько*, Любовь В. Тхагалижокова

*Кубанский государственный университет, г. Краснодар,
Российская Федерация*

** E-mail: shabela@yandex.ru*

В статье, на примере профессионально-личностного становления врача, проходит эмпирическую проверку гипотеза о возможности рассматривать временную децентрацию личности в качестве маркера «нормативного» или «сверхнормативного» кризиса, имеющего экзистенциальное содержание. Показано, что децентрация в прошлое маркирует кризис актуальной самореализации; отмечается его активность в молодые периоды профессионально-личностного становления субъекта. Дополнена сложившаяся в психологии интерпретация содержательных характеристик нормативных кризисов оптации и кризиса «третьего курса»: снижение актуальной самооценки, стремление сохранить душевное равновесие эго-защитой по типу реактивных образований в виде завышенного оценивания переживания счастья в прошлом, подростково-детском периоде жизни – в переживании кризиса оптации; оценивание текущего периода жизни как мало успешного, с компенсацией кризисных переживаний завышенной оценкой самореализации в предыдущих жизненных периодах – в переживании кризиса «третьего курса».

Децентрация в будущее обосновывается как отражение сверхнормативного кризиса нереализованности. Личность обнаруживает слабо сформированные способности компетентного бытия во времени, в будущем надеется удовлетворить притязания, отраженные в максимально высоких показателях по всем компонентам самооценки «Я в будущем».

Центрация «в настоящее» рассматривается как тип психологического времени, свойственный субъекту в наиболее активные этапы жизни. Переживание психологического времени личностью, центрированной в актуальные жизненные смыслы и ценности, позитивно, не содержит переоценивания достижений прожитого периода жизни или завышенных ожиданий от будущего.

Выделен феномен регрессии ориентации во времени в зрелые периоды жизни. Делается предположение о возможной связи установленного парадокса



с изменением структуры смысложизненных ориентаций, ценностей и движущих мотивов. Отмечается, что данное предположение, как и гипотеза о наличии внутренних ресурсов для преодоления кризиса «третьего курса» студентами, сформировавшими удовлетворительный уровень компетентности во времени, подлежат проверке на следующих этапах исследования обозначенной проблемы.

Ключевые слова: временная децентрация, самооценка, компетентность во времени, психологический кризис, нормативный кризис, сверхнормативный кризис, кризис оптации, кризис «третьего курса», кризис актуальной самореализации, кризис нереализованности.

Для цитирования: Ясько Б. А., Тхагалижокова Л. В. К проблеме взаимосвязи временной децентрации с самооценкой личности на этапах переживания психологического кризиса // Российский психологический журнал. – 2017. – Т. 14. – № 1. – С. 77–95.

Материалы статьи получены 16.11.2016

UDC 159.922

doi: 10.21702/rpj.2017.1.5

THE ASSOCIATION BETWEEN TEMPORAL DECENTRATION AND SELF-APPRAISAL AT STAGES OF EXPERIENCING PSYCHOLOGICAL CRISIS

Bela A. Yasko*, Lubov V. Tkhalizhokova

Kuban State University, Krasnodar, Russian Federation

* Correspondence author. E-mail: shabela@yandex.ru

By investigating a physician's professional and personal development the empirical study tests the hypothesis suggesting that temporal decentration of personality is a marker of existential "normative" or "extra-normative" crises. Decentration on the past marks the crisis of actual self-realization, which takes place in early professional and personal development of the subject. The research supplements the current psychological interpretation of the content characteristics of option normative crises and the crisis of the third year of studying with the following: (a) decreasing actual self-appraisal, desire to keep emotional balance by ego defense with the overestimation of happiness in the past – in childhood and adolescence (option crisis); (b) estimating the current life period as unsuccessful, with the compensation of crisis experiences and overestimation of self-realization in previous life periods (crisis of the third year of studying).



Decentration on the future is a reflection of the extra-normative crisis of non-realization. The person finds poorly developed abilities of a competent being in time; he/she hopes for the future fulfillment of his/her aspirations reflected in the highest measures of all the components of the "Future Self" self-appraisal.

Centration on the present is a type of a subject's psychological time in the most active life periods. The experience of psychological time in the person centered on actual life senses and values is positive, without overestimation of previous achievements or over-expectations from the future.

The analysis highlighted the regression of temporal orientation in maturity. This paradox can be associated with a change in the structure of sense-life orientations, values, and driving motives. Clearly, the next stage of the research will be checking this assumption, as well as testing the hypothesis about internal resources for overcoming the crisis of the third year of studying in students with a satisfactory level of temporal competence.

Keywords: *temporal decentration, self-appraisal, temporal competence, psychological crisis, normative crisis, extra-normative crisis, option crisis, crisis of the third year of studying, crisis of actual self-realization, crisis of non-realization.*

For citation: Yasko B. A., Tkhalizhokova L. V. The association between temporal decentration and self-appraisal at stages of experiencing psychological crisis. *Rossiiskii psikhologicheskii zhurnal – Russian Psychological Journal*, 2017, V. 14, no. 1, pp. 77–95 (in Russian).

Original manuscript received 16.11.2016

Проблема и актуальность исследования

В стремительном новом тысячелетии жизнь человека, как внешняя, так и внутренняя, по образному выражению академика А. Ф. Лосева, подчинена времени, а не наоборот. Каждая минута, секунда «полны напряжения» [11, с. 46]. В разных жизненных обстоятельствах человек нередко утрачивает способность ориентации на будущее, его существование замыкается на настоящем, более того, оно нередко принимает ретроградный характер: субъект идеализирует прошлое, живет воспоминаниями о нем, не видя оптимистических прогнозов, как для будущего, так и для настоящего. С позиций психологии личности эти жизненные обстоятельства описываются как психологические кризисы, имеющие нормативный, сверхнормативный, экстраординарный характер [9, 13, 18].

Анализ феноменологии психологического времени личности имеет определенную историю. Так, в контексте субъектной парадигмы время и личность рассматриваются в работах К. А. Абульхановой-Славской [1, 2],



Л. И. Анцыферовой [3, 4], Т. Н. Ерофеевой [8], А. Н. Чистилина [16], М. Ю. Широкой [17] и др. В экзистенциальном, ценностном аспектах феномен психологического времени анализируется в трудах Д. А. Леонтьева [10], А. К. Болотовой [6, 7], К. Dawson [20], N. Weinstein [23]. В западной психологии рассматриваются возрастная, гендерная специфика отношения ко времени [19, 21 и др.], исследуется связь нарушений в восприятии времени и субъективной картины времени [22]; анализируется влияние нереалистического оптимизма на жизненную перспективу личности [23].

С. Л. Рубинштейном был методологически обоснованно описан феномен временной децентрации. Это явление рассматривается как способность субъекта получать подлинную временную характеристику настоящего через умение посмотреть на него и из прошлого, и из будущего, т. е. свободно переносить «свою исходную точку за пределы непосредственно данного» [14]. В работах Е. И. Головахи и А. А. Кроника временная децентрация исследуется через категорию переживания психологического времени. Психологическое время, утверждают авторы, – это время, переживаемое личностью. Использование универсальной психологической категории «переживание» позволяет акцентироваться на тех проблемах человеческого бытия, при решении которых развивалось исследование феномена времени в психологии. Одна из таких проблем – возможность овладения человеком временем своей жизни через расширение его границ, сохранением обретенного, предвидением будущего [7]. Время становится ценностью, когда субъект переживает упущенное, несбывшиеся надежды, разочарования или, наоборот, – гордость за достигнутые успехи, уверенность в будущем [7].

Разнообразие подходов, разнородность ключевых понятий, определяющих предмет исследования психологического времени личности, обуславливает необходимость развития научно-экспериментального поиска в данном направлении. В частности, остаются слабо разработанными вопросы динамики временной перспективы личности на этапах жизни, имеющих кризисное содержание. Такое видение проблемы обусловило цель нашего исследования: провести анализ взаимосвязей явлений временной децентрации и самооценки личности, переживаемых в контексте «нормативного» или «сверхнормативного» кризиса на разных этапах жизненного пути.

В процессе исследования проверялась гипотеза: выраженная децентрация личности в прошлое или будущее является маркером психологического кризиса «нормативного» или «сверхнормативного» типа.

Организация исследования

С учетом сформулированной гипотезы, эмпирическая выборка структурировалась из респондентов, переживающих жизненный этап,



характеризующийся как «нормативный» или «сверхнормативный» кризис. В совокупную выборку вошли 242 испытуемых, распределенные в три основных группы. Первая группа (60 чел.; далее – группа n_1) – учащиеся выпускных классов двух школ г. Краснодара, получающих дополнительную профильную подготовку на базе лицея довузовского образования при Кубанском государственном медицинском университете (далее – КубГМУ). В описании результатов проведенного анализа группа именуется «школьники-“лицейсты”», чем подчеркивается специфика данного жизненного этапа включенных в нее испытуемых как «кризиса оптации» – завершение школьного образования и интенсивная подготовка к прохождению конкурсного отбора для продолжения обучения в медицинском вузе.

Вторая группа (122 чел.; далее – группа n_2) сформирована из студентов лечебного факультета медицинского вуза, приступивших к обучению на четвертом курсе. Этот жизненный период описывается в литературе как нормативный кризис «третьего курса»: студенты переживают внутренний конфликт между «идеальными» и реальными (сформированными в результате первого опыта взаимодействия с профессиональной средой) образами врача как субъекта деятельности, субъект-субъектных и субъект-объектных отношений в данной сфере профессиональной деятельности [18].

В третью группу вошли практикующие врачи (60 человек; далее – группа n_3), выразившие добровольное информированное согласие на проведение психодиагностических процедур в период прохождения ими сертификационного цикла на кафедре общественного здоровья и здравоохранения факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров КубГМУ, в связи с назначением их на должности руководителей первого уровня в лечебных учреждениях («главный врач», «заместитель главного врача»). Жизненная ситуация этой категории респондентов может быть определена как переживание сверхнормативного кризиса, обусловленного включением врача в новую предметную сферу деятельности (менеджмент) в тот жизненный период, когда он освоил клиническую деятельность, достиг в ней определенного уровня авторитетности, самореализации. Такой переход связан с переживаниями, свойственными для нормативного кризиса «рождения профессионала», характерного для первого этапа вхождения в профессию, однако в данный жизненный период он квалифицируется как сверхнормативный кризис [12, 18].

Методы исследования

Применялись: графические тесты «Временная децентрация» (Е. И. Головаха, А. А. Кроник); модифицированная в связи с задачами исследования методика анализа самооценки Т. В. Дембо – С. Я. Рубинштейн; шкала «Ориентация во времени» опросника CAT.



Методика определения временной децентрации [7] направлена на диагностику способности взглянуть на свою жизнь с любой временной позиции, с любого хронологического момента своей жизни. Респондентам предлагалось оценить свои временные ориентации с помощью трех биполярных семибалльных шкал: «я живу прошлым – я живу будущим»; «я живу прошлым – я живу настоящим»; «я живу настоящим – я живу будущим». На основании полученных оценок определяется степень выраженности ориентации на настоящее, прошлое, будущее. Возможная максимальная оценка каждой из ориентаций равна 14 баллам. Минимальная выраженность каждой ориентации равна 2 баллам.

Методика диагностики самооценки «Я в прошлом», «Я в настоящем», «Я в будущем» [15] является одной из модификаций методики Т. В. Дембо – С. Я. Рубинштейн и предназначена для изучения самооценок личности по заданным характеристикам и в различные периоды времени. Для диагностики самооценки были использованы шкалы: «ум», «успешность», «самореализация», «счастье». Респондентам предлагалось на горизонтальных линиях, имеющих 10 градаций, отметить самооценку по указанным шкалам в прошлом, настоящем и будущем. Полученные данные позволяют судить не только об общем самопринятии и частных самооценках, но и выявить глобальное эмоционально-ценностное отношение индивида к своему Я – уровень самопринятия в настоящий период времени, сравнить его с самооценками по шкале в прошлом, определить уровень притязаний в будущем.

Шкала «Ориентация во времени» [15] является базовой шкалой опросника САТ, русскоязычной адаптации опросника POI (Опросник личностных ориентаций) Э. Шострома. Используемая в исследовании шкала включает 17 пунктов, каждый из которых содержит два суждения ценностного или поведенческого характера под индексами «а» и «б». Респонденту предлагается выбрать тот вариант ответа, который наиболее соответствует его отношению к жизни и ко времени. Далее рассчитываются два показателя: общий (сумма ответов, совпавших с «ключом») и коэффициент «Ориентация во времени» (отношение количества ответов, не совпавших с «ключом», к количеству ответов, совпавших с «ключом»).

Обработка данных проводилась с применением методов параметрической статистики (t-критерий Стьюдента; r-критерий Пирсона), критерия ранговой корреляции Спирмена, многофункционального критерия Фишера (φ^* -критерий).

Результаты и их обсуждение

Опрос, проведенный с применением шкалы «Ориентация во времени», показал, что 63,3 % старшеклассников (38 чел.) не имеют выраженной



самоактуализации: средний балл по шкале у них составил 5,7 балла. Треть опрошенных (30,0%; 18 чел.) обнаружили средний уровень компетентности во времени ($M = 9,6$). Только четыре старшеклассника (6,7%) правильно ориентированы во времени, воспринимая его в единстве с прошлым и будущим. Их надежды разумно связаны с актуальными в настоящее время целями.

Анализ данных по тесту «Временная децентрация» выявил, что значительная часть учеников живет преимущественно позитивным восприятием более раннего периода своей жизни: 53,3% опрошенных (32 чел.) децентрированы в прошлое. Можно предположить, что чрезмерные учебные нагрузки, тревожность ожидания результатов завершения обучения в школе и конкурса при поступлении в вуз в качестве компенсаторной психической реакции личности обращают ее к периоду детства, где большая часть событий имела эмоционально позитивный фон. Более половины данной подгруппы (18 чел.) составили ученики, имеющие низкий балл по шкале «Ориентация во времени». Десять учеников (16,7%) децентрированы в будущее, их устремления связаны с ожиданиями жизненных перемен, которые наступят с окончанием периода школьного обучения. Важно отметить, что более половины лицеистов этой группы (6 чел.) составили респонденты, имеющие слабо выраженную компетентность во времени. Остальные (4 чел.) имеют средний уровень самоактуализации. Отсутствие децентрации отмечается только у четырех человек (6,7%); все они имеют высокие показатели по шкале «Ориентация во времени».

Характерной особенностью психологического времени личности в юношеский период является значительная доля представленности «смешанного» типа децентрации: ее обнаружили 23,3% респондентов (14 чел.), при этом 10 из них (26,3% от общего числа слабо ориентированных во времени) имеют низкий уровень сформированности этого маркера самоактуализации.

Сравнение данных по уровням компетентности во времени и временной направленности показывает, что большая часть из 38-ми лицеистов, обнаруживших слабо выраженную самоактуализацию, децентрированы: около половины (41,4%; 18 чел.) – в прошлое; 15,8% (6 чел.) – в будущее. Лишь 4 (10,5%) некомпетентных во времени старшеклассника живут настоящим.

Самооценка школьников имеет выраженное нарастание от средних оценок «Я в прошлом» до высоких – «Я в будущем». Старшеклассники демонстрируют надежду на максимальную самореализацию в будущей жизни на основе высоких способностей ума, жизненной успешности. Характерно, что в реальном жизненном контексте ученики на пороге завершения школьного этапа жизни чувствуют себя менее счастливыми, чем в прошлые годы: если по показателям «ум», «успешность», «самореализация» и в интегральной самооценке с очевидностью просматривается прямолинейность тренда,



то в оценках субъективного восприятия ощущения счастья такого явления нет. Из 38-ми некомпетентных во времени лицеистов половина (19 чел.) не чувствуют себя счастливыми в актуальной жизни. Большая часть этой группы (10 чел.) дают высокие оценки параметра «счастье» в прошлом и в будущем.

Полученные данные позволяют предположить, что личностный кризис, традиционно определяемый для данного жизненного периода как «кризис оптации», по сути, имеет экзистенциальное содержание, затрагивая глубокие личностные переживания субъекта. Старшеклассники-«лицеисты» – это будущие выпускники школы с определившимся профессиональным выбором в пользу врачебной деятельности. Однако психологическая «цена» сделанного выбора профессионального самоопределения оказывается значительной. Молодой человек переживает внутриличностный конфликт высокой степени напряжения: ему «приходится изменять привычный образ жизни, отказываться от предпочтений иного рода (увлечений, компаний друзей и проч.), отдавать основную часть своей личностной, познавательной активности тем видам деятельности, которые обеспечивают достижение поставленной цели» [13, с. 28]. Как результат – снижение актуальной самооценки, стремление сохранить душевное равновесие эго-защитой по типу реактивных образований в виде завышенного оценивания переживания счастья в прошлом, подростково-детском периоде жизни.

Анализ массива данных по шкале «Ориентация во времени» в группе студентов четвертого курса медицинского вуза показал, что и в этой среде компетентность во времени как индикатор самоактуализации личности сформирована незначительно: ее обнаружили только 9,0% опрошенных (11 чел.), что, по сути, имеет аналогичное выражение и в среде школьников-«лицеистов». Остальные студенты (91,0%) имеют средне-низкий уровень ориентации во времени, характеризуюсь малой связью актуальных жизненных целей с текущей деятельностью, слабой опорой на прошлый, накопленный жизненный опыт [15]. Вместе с тем, сравнение долей выраженности средних и низких значений в показателях измерений в выборках n_1 и n_2 показывает выраженную тенденцию уменьшения в группе студентов доли, маркирующей слабо развитую компетентность, за счет роста численности субъектов, демонстрирующих средние показатели. В группе студентов, приступивших к углубленной клинической подготовке, достоверно больше, чем в среде старшеклассников, лиц со средними показателями ориентации во времени (при $\varphi^* = 1,99$, $p \leq 0,023$) и меньше лиц с низким уровнем компетентности во времени (при $\varphi^* = 2,23$, $p \leq 0,013$). Это значит, что на «экваторе» студенческой жизни будущие врачи лучше ориентируются во времени, более разумно связывают свои жизненные планы с актуальными целями.



Однако 45,9% студентов испытывают дефицит личностной компетентности во времени, проявляя слабо выраженную самоактуализацию.

Анализ локализации размышлений студентов о жизни в виде временной децентрации показал, что для них в разной мере выражены явления децентрации. В среднегрупповых значениях преобладает децентрация в прошлое ($M = 10,1$ против $9,4$ «в будущее» и $9,8$ «в настоящее»). При значительной доле субъектов, живущих размышлениями о прошлых периодах жизни (40 чел.; 32,8%), тем не менее, констатируется, что этот показатель достоверно ниже, чем в группе лицеистов (47,4%; при $\varphi^* = 1,90$, $p \leq 0,03$). Увеличилась и доля лиц, ориентированных в настоящее, его экзистенциальные проблемы, цели и ценности: от 10,5% в группе старшекласников до 23,0% (28 чел.) в группе студентов (при $\varphi^* = 2,16$, $p \leq 0,016$).

Проведенное сравнение дает основание утверждать, что от выраженной децентрации в прошлое, характерной для лицеистов на этапе завершения школьного обучения, у студентов медицинского вуза происходит рост личностной ценности настоящего, при сокращении значимости ценностей прошлых периодов жизни.

Далее было проведено сравнение временных фокусов центрации в двух подгруппах студентов, различающихся по уровню сформированности компетентности во времени. В первую подгруппу включены студенты, имеющие сниженные показатели по шкале «Ориентация во времени» ($M = 5,2 \pm 1,37$; всего 55 чел.; далее: $n_{2/сн.об.}$). Во вторую – 67 человек, преимущественно со средним уровнем самоактуализации ($M = 9,6 \pm 1,71$; далее: $n_{2/ср.об.}$).

Сравнение показало, что у студентов, не обладающих компетентностью во времени, значительно более выражена временная децентрация в будущее и в прошлое, в то время как их однокурсники, демонстрирующие преимущественно средний уровень самоактуализации, более выражено центрированы на проблемы и ценности настоящего. Вместе с этим отмечается, что пятая часть студентов (21,3%) не имеет четко выраженной временной центрации, что может свидетельствовать о несформированном устойчивом стиле восприятия времени у будущих врачей на данном жизненном этапе (таблица 1).

Самооценка студентов в разные временные периоды жизни характеризуется устойчивой динамикой от сниженных значений по всем параметрам «Я в прошлом» к максимально высоким – «Я в будущем». Однако отмечается значительная дисперсия показателей в целом по выборке, обусловленная существенным различием оценок по отдельным критериям в подгруппах $n_{2/сн.об.}$ и $n_{2/ср.об.}$. Наиболее выражены различия по критерию «самореализация»: студенты с низкой компетентностью во времени считают, что в предыдущие годы жизни их самореализация была более успешной, чем в текущем периоде (самореализация «Я в прошлом» $M = 7,0$; «Я в настоящем» $M = 5,5$).



По сравнению с ними более компетентные во времени студенты ($n_{2/средн.ОВ}$) оценивают себя по всем параметрам, включая и компонент «самореализация», прямолинейно восходящими оценками: от сниженных в прошлом – к максимально высоким «в будущем».

Таблица 1.

Сравнение показателей (абс. /%) временной децентрации в подгруппах студентов с разным уровнем ориентации во времени

Table 1.

Percentage comparison of temporal decentration in sub-groups of students with various levels of temporal orientation (%)

<i>Подгруппы Subgroups</i>	<i>Фокусы временной центрации Temporal orientation focuses</i>			
	<i>В настоящее On the present</i>	<i>В будущее On the future</i>	<i>В прошлое On the past</i>	<i>Смешанный Mixed</i>
В целом по n_2 Total for n_2	28 / 23,0	28 / 23,0	40 / 32,7	26 / 21,3
$n_{2/снж.ОВ}$ (55 чел.) $n_{2/declined\ temporal\ orientation}$ (55 persons)	6 / 10,9*	23 / 41,9**	14 / 25,5 ⁺	12 / 21,8
$n_{2/средн.ОВ}$ (67 чел.) $n_{2/mean\ temporal\ orientation}$ (67 persons)	22 / 32,8*	5 / 7,5**	26 / 38,8⁺	14 / 20,9

Примечания: 1) «*» – $p \leq 0,001$, при $\varphi^* = 3,00$; «**» – $p \leq 0,001$, «⁺» при $\varphi^* = 4,68$; $p \leq 0,05$, при $\varphi^* = 1,57$; 2) **жирным** шрифтом выделены показатели долей, достоверно более выраженных.
Notes: 1) “*” – $p \leq 0.001$, when $\varphi^* = 3,00$; “**” – $p \leq 0.001$, “⁺” when $\varphi^* = 4,68$; $p \leq 0.05$, when $\varphi^* = 1,57$; 2) **more significant percent shares are highlighted in bold type.**

Учитывая образовательный этап, на котором находились респонденты (начало обучения на четвертом курсе медицинского вуза), мы определяем установленные психологические феномены как проявление нормативного кризиса «третьего курса» [18]. Расширяя поле психологической интерпретации данного вида личностного кризиса, отметим, что сниженная компетентность во времени связана со склонностью субъекта переживать текущий период жизни как малоуспешный, не позволяющий в полной мере достичь самореализации, в отличие от предыдущих жизненных периодов («Я в прошлом»), которые переживаются как достойно прожитые и наполненные самореализацией. Ранее, исследуя этот вид кризиса, мы отмечали, что он, в частности, обусловлен:



- конфликтом между «идеальными» ценностями помогающей профессии и реальными условиями их экспанирования, освоенными в результате первого клинического опыта взаимодействия с профессиональной средой;
- высокими требованиями образовательных стандартов, успешное освоение которых требует личностной погруженности, ограничения самореализации в других жизненных пространствах и проч. [13].

Все это с достаточным основанием позволяет интерпретировать психологию данного явления как экзистенциальный вакуум, маркируемый кризисом самореализации.

Студенты, которые сформировали удовлетворительный уровень компетентности во времени, научились его использовать для реализации потребностей самоактуализации, более готовы жить в настоящем, опираться на опыт прошлого, не ожидая «подарков» от судьбы. При этом у значительной части из них не сформирован устойчивый стиль восприятия времени. Они в равной мере ищут экзистенциальные смыслы и ценности в разных временных отрезках жизни (в прошлом, в настоящем, в будущем), что также является показателем переживания кризиса «третьего курса». Однако он, очевидно, протекает латентно, носит менее острый характер, а субъект находит внутренние ресурсы для его преодоления.

Ориентация во времени врачей в целом отражается в среднегрупповом показателе 8,6 баллов ($\sigma = 3,12$), т. е. имеет средний уровень выраженности. Высокую компетентность во времени обнаруживают 25,0%, а среднюю – 35,0% опрошенных; 40,0% врачей малокомпетентны в использовании времени жизни для реализации потребностей самоактуализации.

Поскольку выборка врачей разнородна по возрасту и продолжительности опыта клинической деятельности, мы для уточнения результатов проверки гипотезы проанализировали все показатели в подгруппах со стажем до 10 лет ($n_{3/-10}$); до 20 лет ($n_{3/-20}$) и свыше 20 лет ($n_{3/-21}$).

Наиболее развитую способность жить «в настоящем» демонстрируют врачи среднего возраста (подгруппа $n_{3/-20}$): здесь нет низких значений по шкале «Ориентация во времени». Дискретное восприятие жизненного пути (низкие показатели в данных тестирования) обнаруживают 66,7% молодых ($n_{3/-10}$) и 50,0% зрелых ($n_{3/-21}$) врачей. Достигая жизненной и профессиональной зрелости, врачи демонстрируют развитую способность управлять временем, ценить настоящее, опираться на опыт прошлого и планировать будущее. Однако на последующих жизненных этапах констатируется феномен регрессии успешности ориентации во времени: у половины опрошенных врачей она снижается до низкого уровня. Установленный парадокс может маркировать специфическое проявление сверхнормативного кризиса самореализации личности на этом жизненном этапе. Если молодые врачи ($n_{3/-10}$), по сути,



в равной степени живут устремлениями в будущее (50,0%) и самореализацией в актуальной жизни (44,4%), то лишь 20,8% врачей зрелого возраста ($n_{3/21}$) живут «в настоящем», 25,0% – «в будущем», а более трети группы (37,5%) обращены в прошлое. Характерной особенностью является ретроградная тенденция смешанного переживания времени: в подгруппе $n_{3/21}$ ее обнаруживают 16,7% врачей, что статистически не отличается от выраженности этого феномена в юные и молодые периоды жизни. Для врачей среднего возраста ($n_{3/20}$) переживание времени связано с актуальными жизненными событиями: активность 72,2% из них (13 чел.) направлена в настоящее, что достоверно более выражено, чем в двух других подгруппах.

Описанное наблюдение подтверждается и результатами корреляционного анализа, который обнаружил высоко достоверные связи между показателями ориентации во времени и шкалами децентрации. Отрицательно связаны с компетентностью во времени:

- преобладающая децентрация в будущее – в подгруппе молодых врачей ($r_s = -0,714$);
- преобладающая децентрация в прошлое – в подгруппе $n_{3/21}$ ($r_s = -0,453$).

Интегральный показатель самооценок «Я в прошлом», «Я в настоящем» и «Я в будущем» в целом по группе врачей уравновешен, но с определенной тенденцией возрастания от прошлого к будущему ($M = 6,7; 7,1$ и $7,3$ соответственно). Вместе с тем в анализируемых подгруппах очевидна некоторая специфика. Она, прежде всего, демонстрируется показателями интегральной самооценки (ИС) в разные жизненные периоды. Молодые врачи высоко оценивают себя в будущем ($M = 8,8$, против $5,9$ «в прошлом» и $6,9$ – «в настоящем»). Врачи среднего возраста ($n_{3/20}$) склонны высшим баллом оценивать свои актуальные жизненные успехи ($M = 8,5$, против $6,0$ – «в прошлом»; $7,5$ – «в будущем»). Врачи с продолжительным опытом жизни и профессиональной деятельности ($n_{3/21}$) обнаруживают две тенденции. Во-первых, они не склонны к высоким самооценкам: все показатели ИС по этой группе находятся в диапазоне значений среднего и выше среднего уровней (от $5,8$ до 7 баллов). Вторая тенденция отмечается в показателях ретроспективы самооценки. Для личности в этом возрасте отмечается склонность более высоко оценивать свои достижения и личностные качества «в прошлом» ($M = 6,7$, против $6,1$ «в настоящем» и «в будущем»).

Корреляционный анализ показывает, что выделенные феномены имеют выраженную взаимосвязь с уровнем развития компетентности во времени и временной децентрацией, которые, как было установлено, имеют специфику в разные жизненные периоды, переживаемые личностью. В группе врачей с высоким уровнем самоактуализации и преимущественно центрированных в переживании времени на актуальные жизненные ценности имеются



положительные связи со всеми компонентами самооценки «Я в настоящем». В то же время субъекты, обнаруживающие слабо сформированные способности компетентного бытия во времени, преимущественно децентрированы в будущее и, соответственно, именно в будущем надеются удовлетворить высокие притязания, отраженные в максимально высоких показателях по всем компонентам самооценки «Я в будущем» (таблица 2).

Таблица 2.

Корреляционная матрица (r) взаимосвязей самооценки и видов временной децентрации у врачей с разным уровнем самоактуализации

Table 2.

Correlation matrix of associations between self-appraisal and types of temporal decentration in physicians with various levels of self-actualization (r)

Переменные Variables	Ум Intellect	Успешность Success	Самореализация Self-realization	Счастье Happiness	ИС Integral self-appraisal
	Высокая самоактуализация (n = 36 чел.) High self-actualization (n = 36)				
«В настоящее» "On the present"	0,658	0,827	0,758	0,709	0,850
Низкая самоактуализация (n = 24 чел.) Low self-actualization (n = 24)					
«В будущее» "On the future"	0,579	0,608	0,678	0,606	0,676

Примечание. Диапазоны критических значений r-критерия для представленных выборок: 1) для n = 36, p < 0,05 при r ≥ 0,332; p < 0,01 при r ≥ 0,435; 2) для n = 24, p < 0,05 при r ≥ 0,388; p < 0,01 при r ≥ 0,496.

Note. Critical values for r-criterion in the samples: 1) n = 36, p < 0.05 when r ≥ 0,332; p < 0.01 when r ≥ 0,435; 2) n = 24, p < 0.05 when r ≥ 0,388; p < 0.01 when r ≥ 0,496.

Для проведения дальнейшего анализа совокупная выборка была разделена на четыре группы, в зависимости от преобладающего вида временной децентрации: в прошлое, в будущее, в настоящее и смешанная.

Живут смыслами и целями актуальной жизни (центрация «в настоящее») 19,4% респондентов (47 чел.), при этом 91,5% от состава группы – студенты и врачи (43 чел.). Это дает основание рассматривать данный тип временной центрации как свойственный для субъекта в наиболее активные периоды жизни. У респондентов, децентрированных в настоящее, самый высокий,



по сравнению с другими группами, показатель ориентации во времени (самоактуализации): 9,4 балла ($\sigma = 2,50$), при этом только 13 человек (27,7%) имеют сниженные показатели.

Самооценка в интегральных значениях и по критерию «самореализация» находится в линейной динамике увеличения от меньших показателей в оценках «Я в прошлом» ($M = 5,6$) и средних «Я в настоящем» ($M = 7,7$), до наиболее высоких в показателях «Я в будущем» ($M = 8,5$). Аналогично выглядит и интегральная самооценка (ИС) в разные отрезки жизни: от средних показателей «Я в прошлом» ($M = 6,4$), к оценке выше среднего «Я в настоящем» ($M = 7,5$), до умеренно повышенных «Я в будущем» ($M = 8,4$).

Наиболее значимые корреляционные связи имеются по линиям: «центрация в настоящем» \leftrightarrow «самооценка "Я в настоящем"» ($r = 0,321$; $p < 0,05$); «децентрация в будущее» \leftrightarrow «самооценка "Я в прошлом"» ($r = -0,446$; $p < 0,01$); «децентрация в прошлое» \leftrightarrow «самооценка "Я в будущем"» ($r = 0,344$; $p < 0,05$).

Установленные взаимосвязи, в совокупности с положительной динамикой самооценки от прошлого к будущему, а также в целом со средним уровнем самоактуализации, определяют специфику восприятия психологического времени личностью, центрированной в актуальные жизненные смыслы и ценности. Она позитивна, оптимистична, не содержит переоценивания достижений прожитого периода жизни или завышенных ожиданий от будущего.

Более трети респондентов (33,0%; 80 чел.) децентрированы в прошлое. Основную часть этого сегмента (71 чел.; 88,8%) составляют молодые люди (лицейсты и студенты), что позволяет определить данный вид переживания психологического времени как типичный для личности в период субъектного становления. Примерно в равных долях здесь представлены обладатели низкого (46,2%) и средне-высокого (53,8%) уровней компетентности во времени. В этой группе динамика самооценки непрямолинейная: от достаточно высоких значений «Я в прошлом» (7,5 баллов) она снижается «Я в настоящем» до 6,7 баллов, но увеличивается до 9,0 «Я в будущем». Аналогичная динамика наблюдается по показателю «самореализация». Субъекты считают, что в прошлые периоды жизни имели достаточно высокие достижения в самореализации ($M = 7,7$), но в актуальной жизни не выражают такого отношения к своим успехам ($M = 6,2$), однако надеются на достижение самореализации в будущем ($M = 8,8$). Наиболее существенным отличительным качеством этих респондентов является положительное взаимовлияние выраженной субъективной ценности прожитого, прошлого этапа жизни и самооценки «Я в прошлом» ($r = 0,399$; $p < 0,01$).

Децентрация в будущее характерна для 56 респондентов (23,1%). В этой группе основную часть (82,1%) составляют студенты и врачи (46 чел.). Учитывая средний возраст студентов ($M = 21,4 \pm 1,6$) и врачей ($43,4 \pm 10,4$),



включенных в исследование, можно определить, что такой вид временной децентрации наиболее характерен для лиц молодого и среднего возрастов. Им свойственна сниженная компетентность во времени ($M = 6,6 \pm 2,61$). Наиболее выражена она у 34 респондентов (60,7%). В этой группе показатель ИС возрастает от 6,7 баллов «Я в прошлом», к умеренно повышенному «Я в настоящем» ($M = 7,3$) и завышенному «Я в будущем» ($M = 9,0$). Более трети респондентов (35,7%) имеют максимальный балл по ИС «Я в будущем» (от 9,8 до 10 баллов), причем все они обладают слабо сформированной компетентностью во времени. Другой спецификой является динамика оценки по критерию «самореализация»: она остается умеренной в показателях прошлого ($M = 6,8$) с тенденцией к снижению в настоящем ($M = 6,6$), но с завышенными ожиданиями успехов самореализации в будущем ($M = 9,1$). Надежды на успешную самореализацию в будущем непосредственно связаны с высокой ИС в показателях «Я в будущем» ($r = 0,308$; $p < 0,05$), причем низкий уровень компетентности во времени не способствует высокой самооценке своих личностных качеств, успешности, счастья в будущем ($r = -0,393$; $p < 0,01$). Это может означать, что для субъектов с более выраженной самоактуализацией важнее достижения, влияющие на самооценку в актуальном жизненном периоде, что подтверждается и положительной корреляционной связью на уровне тенденции ($p < 0,1$) показателей ориентации во времени и интегральной самооценки «Я в настоящем» ($r = 0,231$).

Группу лиц, слабо ориентированных во времени жизни (*смешанная* децентрация), составили 59 респондентов, причем основная часть из них (53 чел.; 89,8%) – это старшекласники-«лицеисты» и студенты, что дает основание интерпретировать данное явление как свойственное для субъекта на первых этапах личностного и профессионального становления. Средний показатель компетентности во времени здесь составил $7,5 \pm 2,60$, при этом более половины участников этой группы (52,5%; 31 чел.) обладают слабо развитой ориентацией во времени.

У 23-х человек со сниженным уровнем ОВ оценка самореализации, как и ИС в прошлом и настоящем, стабильны: шкала «самореализация» $M = 5,7$ и 5,4 соответственно; интегральная самооценка (ИС) $M = 6,2$ и 6,6 соответственно. При этом, оценивая себя в будущем, эти испытуемые проявляют уверенность в достижении высокой самореализации ($M = 8,7$), что сказывается и на росте ИС «Я в будущем» ($M = 8,6 \pm 1,74$).

Личность, не обнаруживающая фокуса децентрации, но обладающая средне-высоким уровнем компетентности во времени, более склонна к типу динамики самооценки, проявляемому субъектами, центрированными «в настоящее»: рост от меньших показателей в оценках «Я в прошлом» ($M = 6,4$) к средним – в настоящем ($M = 7,5$), и к высоким «Я в будущем» ($M = 8,8$).



Немногочисленные корреляционные связи, обнаруженные в показателях по этой выборке, свидетельствуют о том, что имеется определенная тенденция ($p < 0,1$) положительного взаимовлияния ориентации во времени и децентрации в настоящее с ИС по параметрам «Я в настоящем» ($r = 0,260$ и $0,276$ соответственно), а децентрации в прошлое – с ИС в будущем ($r = 0,368$; $p < 0,01$).

Анализ выявил, что по показателям динамики самооценки в прошлом, настоящем и будущем, лица, центрированные в равной мере в прошлое, настоящее и будущее, а также децентрированные в будущее и прошлое, значимо не различаются. Более того, именно в этой части группы «смешанной» децентрации расхождения в показателях самореализации и интегральной самооценки «в прошлом», «в настоящем» и «в будущем» наиболее идентичны таковым в группе, децентрированной в будущее.

Вторая часть группы респондентов со «смешанной» временной децентрацией по показателям динамики самооценки во временных диапазонах обнаруживает идентичность с группой, центрированной «в настоящее». Для них характерна умеренная динамика субъективной оценки самореализации, а также интегральной самооценки во временных диапазонах прошлого ($M = 6,0$ и $6,5$), настоящего ($M = 7,2$ и $7,0$), будущего ($M = 8,7$ и $8,6$).

Выводы

Проведенный анализ эмпирических данных дает основание для подтверждения гипотезы: выраженная децентрация личности в прошлое или в будущее является маркером экзистенциального кризиса «нормативного» или «сверхнормативного» типа. При этом децентрация в прошлое маркирует кризис актуальной самореализации, а децентрация в будущее является отражением кризиса нереализованности.

Кризис актуальной самореализации, сопровождаемый децентрацией личности в прошлое, сниженной самооценкой в настоящем, характерен для личностного становления будущего врача на первых этапах профессиогенеза. Он сопутствует нормативным кризисам оптации и «третьего курса».

Кризис нереализованности маркируется выраженной децентрацией в будущее, сниженной самооценкой в настоящем и завышенной – в будущем. Этот кризис переживается личностью как сверхнормативный, поскольку связан с изменением социально-профессиональной ситуации развития зрелой личности – с карьерным продвижением.

За рамками проведенного анализа остаются вопросы, требующие дальнейшего изучения. В частности, подлежат проверке предположения о возможной связи феномена регрессии успешности ориентации во времени в зрелые периоды жизни с изменением структуры смысложизненных ориентаций,



ценностей и движущих мотивов личности; о наличии определенных внутренних ресурсов для преодоления кризиса «третьего курса» студентами, сформировавшими удовлетворительный уровень компетентности во времени и центрированными в настоящее.

Литература

1. *Абульханова-Славская К. А.* Время личности. Время жизни. – СПб.: Алетейя, 2001.
2. *Абульханова-Славская К. А.* Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991.
3. *Анцыферова Л. И.* К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981. – С. 3–19.
4. *Анцыферова Л. И.* Психология повседневности, жизненный мир личности и «техника» ее бытия // Психологический журнал. – 1993. – Т. 14. – № 2. – С. 8–17.
5. *Болотова А. К.* Прикладная психология. – М.: Аспект-Пресс, 2002.
6. *Болотова А. К.* Фактор времени в переживании и преодолении ситуации социальной нестабильности // Психология человека в условиях социальной нестабильности. – М.: Изд-во МПСИ, 1994. – С. 47–62.
7. *Головаха Е. И., Кроник А. А.* Психологическое время личности. Изд. 2-е, испр. и доп. – М., Смысл, 2008.
8. *Ерофеева Т. Н.* Социально-психологические детерминанты восприятия времени: дисс. ... канд. психол. наук. – Самара, 2006.
9. *Зеер Э. Ф., Сыманюк Э. Э.* Кризисы профессионального становления личности // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18. – № 6. – С. 35–45.
10. *Леонтьев Д. А., Шелобанова Е. В.* Профессиональное самоопределение как построение образов будущего // Вопросы психологии. – 2001. – № 1. – С. 57–66.
11. *Лосев А. Ф.* Очерки античного символизма и мифологии. – М.: Мысль, 1993.
12. *Миронова Е. Р.* Психологические детерминанты профессионально-личностного самоопределения врача-руководителя: дисс. ... канд. психол. наук. – Краснодар, 2005.
13. *Носкова О. Г., Ясько Б. А.* О кризисах профессионально-личностного развития врача // Вестник Московского университета. Серия 14 «Психология». – 2004. – № 2. – С. 21–30.
14. *Рубинштейн С. Л.* Психология Шпрангера как наука о духе. – М., 2007. – URL: <http://www.wmarsexx.ru/shpranger.html>
15. *Талызина Н. Ф.* Практикум по педагогической психологии. – М.: Академия, 2002.



16. Чистилин А. Н. Личностная обусловленность содержания свободного времени: дисс. ... канд. психол. наук. – Краснодар, 2004. – 168 с.
17. Широкая М. Ю. Личность как субъект организации времени своей жизни // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2008. – № 3. – С. 136–139.
18. Ясько Б. А. Психология личности и труда врача: курс лекций. – Ростов н/Д, 2005.
19. Cottle T. J. Perceiving time: a psychological study with men and women. – New York: Wiley, 1976.
20. Dawson K. Effects of temporal speed instruction on temporal length judgment // Perceptual and motor skills. – 1994. – V. 78. – pp. 737–738.
21. Gallant R., Fidler T., Dawson K. A. Subjective time estimation and age // Perceptual and motor skills. – 1991. – V. 72. – pp. 1275–1280.
22. Hale C. S. Time Dimensions and the Subjective Experience of Time // J. of Humanistic Psychol. – 1993. – V. 33. – pp. 88–105.
23. Weinstein N. D. Unrealistic optimism about future life events // J. of Pers. And Soc. Psychol. – 1980. – V. 39. – no. 5. – pp. 71–74.

References

1. Abul'khanova-Slavskaya K. A. *Vremya lichnosti. Vremya zhizni* [Time of personality. Time of life]. St. Petersburg, Aleteiya Publ., 2001.
2. Abul'khanova-Slavskaya K. A. *Strategiya zhizni* [A life strategy]. Moscow, Mysl' Publ., 1991.
3. Antsyferova L. I. Psychology of personality as a developing system. In: *Psikhologiya formirovaniya i razvitiya lichnosti* [Psychology of forming and developing personality]. Moscow, Nauka Publ., 1981, pp. 3–19.
4. Antsyferova L. I. Psychology of everyday life, the person's life-world and rules of his/her being. *Psikhologicheskii zhurnal – Psychological Journal*, 1993, V. 14, no. 2, pp. 8–17 (in Russian).
5. Bolotova A. K. *Prikladnaya psikhologiya* [Applied psychology]. Moscow, Aspekt-Press Publ., 2002.
6. Bolotova A. K. Time factor in experiencing and overcoming a situation of social instability. In: *Psikhologiya cheloveka v usloviyakh sotsial'noi nestabil'nosti* [The person's psychology in social instability conditions]. Moscow, MPSI Publ., 1994, pp. 47–62.
7. Golovakha E. I., Kronik A. A. *Psikhologicheskoe vremya lichnosti* [Psychological time of personality]. Moscow, Smysl Publ., 2008.
8. Erofeeva T. N. *Sotsial'no-psikhologicheskie determinanty vospriyatiya vremeni* [Socio-psychological determinants of time perception]. Diss. Cand. Sci. (Psych.). Samara, 2006.



9. Zeer E. F., Symanyuk E. E. Crises of personal professional development. *Psikhologicheskii zhurnal – Psychological Journal*, 1997, V. 18, no. 6, pp. 35–45 (in Russian).
10. Leont'ev D. A., Shelobanova E. V. Professional self-determination as constructing images of the future. *Voprosy psikhologii – Approaches to Psychology*, 2001, no. 1, pp. 57–66 (in Russian).
11. Losev A. F. *Ocherki antichnogo simvolizma i mifologii* [Sketches of the ancient symbolism and mythology]. Moscow, Mysl' Publ., 1993.
12. Mironova E. R. *Psikhologicheskie determinanty professional'no-lichnostnogo samoopredeleniya vracha-rukovoditelya* [Psychological determinants of professional and personal self-determination in a managing physician]. Diss. Cand. Sci. (Psych.). Krasnodar, 2005.
13. Noskova O. G., Yas'ko B. A. Crises of the physician's professional and personal development. *Vestnik Moskovskogo universiteta – Moscow University Psychology Bulletin*, 2004, no. 2, pp. 21–30 (in Russian).
14. Rubinshtein S. L. *Spranger's psychology as the science of the spirit*. [Online]. Moscow, 2007. Available at: <http://www.www.marsexx.ru/shpranger.html>
15. Talyzina N. F. *Praktikum po pedagogicheskoi psikhologii* [Tutorial on educational psychology]. Moscow, Akademiya Publ., 2002.
16. Chistilin A. N. *Lichnostnaya obuslovlennost' soderzhaniya svobodnogo vremeni* [Personal conditionality of the content of free time]. Diss. Cand. Sci. (Psych.). Krasnodar, 2004. 168 p.
17. Shirokaya M. Yu. Personality as the subject of organizing life time. *Vestnik Moskovskogo universiteta – Moscow University Psychology Bulletin*, 2008, no. 3, pp. 136–139 (in Russian).
18. Yasko B. A. *Psikhologiya lichnosti i truda vracha* [Psychology of the physician's personality and labour]. Rostov-on-Don, 2005.
19. Cottle T. J. *Perceiving time: a psychological study with men and women*. New York, Wiley, 1976.
20. Dawson K. Effects of temporal speed instruction on temporal length judgment. *Perceptual and motor skills*, 1994, V. 78, pp. 737–738.
21. Gallant R., Fidler T., Dawson K. A. Subjective time estimation and age. *Perceptual and motor skills*, 1991, V. 72, pp. 1275–1280.
22. Hale C. S. Time Dimensions and the Subjective Experience of Time. *J. of Humanistic Psychol.*, 1993, V. 33, pp. 88–105.
23. Weinstein N. D. Unrealistic optimism about future life events. *J. of Pers. and Soc. Psychol.*, 1980, V. 39, no. 5, pp. 71–74.