

Розділ: психологія розвитку

УДК 159.922: 159.937.53

Осознание времени в предпенсионном возрасте и старости

Киреева З.А.

В статье представлено интересубъективное отношение ко времени в предпенсионном возрасте и старости. Отмечается ценностное отношение ко времени, его субъективное ускорение. Время в сознании репрезентируется в значении «жизнь», которая прошла и которая была наполнена событиями, окрашенными положительными и отрицательными эмоциями. Метод семантического дифференциала показал, изменения в восприятии темпоральной реальности, в пространстве коннотативных или аффективных значений.

Ключевые слова: время, старость, жизнь

У статті представлено інтерсуб'єктивне відношення до часу в предпенсионному віці й старості. Відзначається ціннісне відношення до часу, його суб'єктивне прискорення. Час у свідомості репрезентується в значенні "життя", що пройшла і яка була наповнена подіями, зафарбована позитивними й негативними емоціями. Метод семантичного диференціала показав, зміни в сприйнятті темпоральної реальності, у просторі коннотативних або афективних значень.

Ключові слова: час, старість, життя

The article presents intersubjective relationship regarding time in pre-retirement age and period of senility. Axiological attitude to the time and its subjective acceleration is noted. Time is represented in the consciousness in the meaning of «life», which has passed and which was full of events, painted with positive and negative emotions. Method of semantic differential showed changes in the perception of temporal reality, in the space of the connotative or affective values.

Key words: time, senility, life.

Человек, согласно В.А. Роменцу, переживает вспоминаемое прошлое и предполагаемое будущее тем ярче, чем больше событий жизни это переживание охватывает одновременно. Жизнь концентрируется в мгновении, сосредотачивается в настоящем времени как во взаимном переходе прошлого и будущего. Жизненный путь ученый рассматривал как серию значимых поступков, где финал каждого поступка является началом следующего. Благодаря поступкам человек погружается в глубину жизни, поднимаемая пласты, которых не было в его предыдущей мотивации. Поступок не может быть завершенным, в нем всегда ощущается стремление к дальнейшему усовершенствованию себя и своих жизненных обстоятельств. Движущими силами жизненного пути личности в связи с направленностью человеческих поступков являются главные мотивы миропонимания – центрация и децентрация. Человек, писал В.А. Роменец, никогда не может оставаться равнодушным к собственному жизненному пути[5].

Т.М. Титаренко разработала структурно-генетическую модель целостного саморазвертывания жизненного мира личности. Последний Т.М. Титаренко определяет вслед за Г. Томэ как когнитивно репрезентированный и психически переработанный реальный мир жизни [6]. Одной из координат жизненного мира является психологическое время. А. Бергсон психологическое время называл «живое время сознания» и полагал, что оно характеризуется неоднородностью и постоянным изменением [1]. В рамках изучения проблемы психологического времени личности исследуются особенности субъективного переживания времени.

Предпенсионный возраст характеризуется более очевидным упадком физических и умственных функций, дальнейшим ослаблением сексуальных функций и интересов. Вместе с тем это годы пик для наиболее общих социальных достижений – положения в обществе, власти и авторитета, частичной освобожденности от занятий и отбора наиболее интересных для личности общественных дел. Не в меньшей мере существенно, как подчеркивает Д.Б. Бромлей, изменение всей мотивации в связи с подготовкой к предстоящему пенсионному образу жизни, ожиданием старости или сопротивлением ее наступлению. Возраст 55-65 лет Д. Бромлей называет переходным к циклу старости.

Интерсубъективное семантическое поле значения «время» в предпенсионном возрасте включает[2]:

– единичные сенсорно-перцептивные суждения, например, П. Н. П.: «Время суток, утро, вечер, полдень»;

– понятийные обобщения, которые выражаются:

а) в репрезентациях свойств времени: «Быстротечность» (Т. Л.), «Время летит безжалостно» (А. Т.), «Время летит. После 55 стало лететь ракетой. Это миг» (П. О.), «Время течет быстро, я связываю время с работой, домом, семьей» (Х. Б.);

б) в ценностно-смысловых репрезентациях:

– в значении «время жизни» (С. Л. Л., 57 лет); «Это перемены, изменения в жизни» (Н. М. А., 59 лет); «Отрезок жизни человека на земле» (С. А. Н., 54 года); «Состояние, в котором происходят все события в мире, рождение, юность, зрелость, старость, радость, печали, потери» (В. С. А., 64 года); «Мгновения жизни» (Ц. А. Г., 58 лет); «Один из важнейших жизненных факторов» (Л. Е. М., 60 лет); «Время – это мир, в котором мы живем, творим, ошибаемся, ощущаем перемены, события в мире» (В. И. Ф., 57 лет)[2]. В этих репрезентациях остается уверенность, что жизнь имела и имеет смысл,

но и проявляется осознание приближающейся смерти. Вообще, ценностный характер времени жизни определяется ее ограниченностью, необратимостью. С.Л. Рубинштейн проявлял экзистенциальное отношение к конечности человеческой жизни и считал, что наличие смерти превращает жизнь в нечто серьезное, ответственное, в срочное обязательство, срок выполнения которого может истечь в любой момент.

– единичных репрезентациях, отражающих дефицит времени, например, К. В. И.: «Его не хватает»;

– в суждениях о самореализации, например, Л. В.: «Время это возможность что-то сделать»; Л. Г. С.: «Умение уложиться в свои желания, возможности, что-то сделать и достичь». В представленных репрезентациях еще отражено стремление к самореализации, которая, по Ш. Бюлер, является основной движущей силой развития. В.А. Роменец писал, что личность всегда стремится выполнить свое жизненное предназначение, дойти до закономерного конца в каждой значащей деятельности. Завершенность, согласно В.А. Роменцу, есть исчерпанность, которая не предусматривает страха смерти [5].

в) комплексных суждениях, например:

Б. Р.: «Летит, когда много лет. Раньше не летело. Раньше на все хватало. Жизнь стремительная. Все стало не так, как раньше, время ждалось. Проснулась – понедельник, а уже опять понедельник. У моей дочери так же, ей 30»[2];

Г. В.: «Это большая ценность. Замедлилось, как вышел на пенсию. Летело раньше: некогда было оглянуться, был занят делом»;

Б. М. Е.: «Настоящее, прошлое, будущее. Идет быстро, в молодости средне текло. Забот не было таких, как сейчас. Нужно дорожить и успевать делать все. За прожитую жизнь я своих целей достиг». Репрезентация испытуемого Б. М. Е. отражает чувство удовлетворенности жизнью, такая позитивная оценка своей жизненной истории дает возможность испытуемому, по Е. Эриксону, личностного взросления.

П. М.: «Время дает возможность подумать, что ты сделал за жизнь, что можно еще сделать. Если человек благополучен, то он меньше реагирует на время, а если есть проблемы, то оно летит. Мыслящий человек живет от события к событию. Сейчас время летит, а раньше медленнее шло, в молодости, а с 40 – летит». Испытуемый П. М. пытается понять путь своего развития, и буквально по С.Л. Рубинштейну задает себе вопросы: «Чем я был? Что я сделал? Чем я стал?» .

Старость представляет собой одну из последовательных стадий развития человека. Г.С. Никифоров [3] отмечает, что старость отличается большой интенсивностью разрушительных процессов, ведущих к прекращению существования жизни. Цикл старения, в периодизации Д. Бромлей, состоит из трех стадий: 1) «удаления от дел» (65-70 лет); 2) старости (70 и более лет) и 3) последней стадии – дряхлости, болезненной старости и смерти (максимум – около 110 лет в условиях Англии и Западной Европы) . Современная статистика говорит о том, что средняя продолжительность жизни в мире за последние десятилетия увеличилась, а вот в странах Восточной Европы она сокращается – с 69,6 лет в 1965-1970 годах до 69,2 в 2005-2010 годах. В Украине в настоящее время самые низкие показатели ожидаемой продолжительности жизни среди развитых стран – ниже 70 лет.

Первая из этих стадий характеризуется повышением впечатлительности (восприимчивости) к нарушениям жизненного стереотипа и «психическим беспорядкам» в ближайшем окружении; увеличивающейся потребности в коммуникации, обострением чувства родства и привязанностей к близким людям; освобождением от служебной роли и общественных дел или продолжением некоторого рода деятельности с целью поддержания авторитета и власти; адаптацией к новым условиям жизни без постоянных и напряженных занятий; ухудшением физического и умственного состояния.

Вторая стадия (старость) характеризуется Д.Б. Бромлей весьма лаконично: полная незанятость в обществе, отсутствие каких-либо ролей, кроме семейных, растущая социальная изоляция, постепенное сокращение круга близких людей, особенно из среды сверстников, физическая и умственная недостаточность.

Последняя стадия – одряхление, болезненная старость – характеризуется нарастанием явлений сенильности в поведении и психической сфере, окончательным нарушением биологических функций, хроническими болезненными состояниями, смертью. Для этой стадии Д.Б. Бромлей, по мнению Б.Г. Ананьева, уже не нашла каких-либо социальных характеристик и определений состояния личности, субъекта и внутреннего мира престарелого человека, переживания им прожитой жизни и ожидания смерти.

В этой части исследования приняло участие 42 испытуемых, в возрасте 65 - 87 лет[2].

Время репрезентировано в сознании у большинства испытуемых 65-70 лет в значении «время жизни, или время – жизнь»: «время – это основа жизни». К. А., 69 лет: «Жизнь, прожитые годы, будущее, настоящее»; Д. В. И., 65 лет: «Жизнь, дышать, время остановилось – и конец тебе»; Д. Т. А., 70 лет: «Время – жизнь: детство, отрочество, подросток, молодой человек, старость». Для человека в возрасте старости время выступает формой самоощущения, переживания и осознания собственного бытия, движения своего «я» через жизнь.

В старости время представлено в комплексных суждениях, в них[2]:

1) большинство испытуемых говорит о субъективной скорости течения времени. Например, испытуемый С., 73 года: «Время улетает. В молодости текло медленно, а сейчас в старости стало улетать»; Ж. С., 75 лет: «Летит, летит. Пролетели годы. В молодости не так летело»; Б. И., 84 года:

«Пролетели годы, не и заметил, как и не жил. Жизнь мгновение перед вечностью, которая нас ждет. Жизнь была насыщенная. Молодости не знали. Война (Второй фронт). Ранение»; Д. В. Н., 80 лет: «Очень быстро идет»; В. М., 82 года: «Время идет постепенно: не очень быстро и не очень медленно. Ценно для человека, который находится в живых. В молодости шло быстро, не замечали его. С 70 лет средне течет»; С. П. Ф., 84 года: «Быстро идет. До инсульта в 2004 время шло нормально. Сейчас не хватает: не успел оглянуться, – а уже ночь. Хочется жить. Брал Берлин, освобождал Прагу. Ранение. На войне было сначала страшно, а потом привыкли. Хочется на что-то надеяться».

Как видно из приведенных примеров, большинству испытуемых кажется, что с возрастом время проходит быстрее. Ученые выдвинули несколько гипотез феномена убыстрения течения времени в старости. Наше предыдущее исследование показало, что начиная с 24-25 лет (например, Н. Е.: «Это то, что забирает ценные годы жизни, иногда сглаживает раны и с каждым годом летит все быстрее»), и в более старших возрастах (например, О. Г., 52 года: «Время – это работа, жизнь. После 40 лет начинает идти быстро, пока ты молодой – время не чувствуешь, когда ты становишься старше, ты начинаешь ощущать и ценить время») в сознании присутствует феномен субъективного убыстрения времени: испытуемые, оглядываясь назад, субъективно полагают, что раньше время шло медленнее.

Объяснение этого феномена связывают многочисленными причинами: с неврологическими и физиологическими изменениями, происходящими в стареющем организме, которые способны оказать прямое или косвенное влияние на восприятие времени. Уменьшение содержания допамина, играющего роль нейротрансмиттера, также является причиной возрастных изменений в восприятии времени (Менген и др.) [8]. П. Фресс отмечал, что чем выше активность, тем короче кажется время; у пожилых активность и работоспособность снижается, а время кажется быстро текущим. У. Джемс считал, что «чем больше стареешь, тем короче кажется время», а время, заполненное разнообразными впечатлениями, кажется короче – у пожилых впечатлений становится меньше, пожилого человека мало что удивляет, а время кажется летящим. А. Шопенгауэр выдвинул предположение, что «чем старше мы становимся, тем меньше сознательного в нашей жизни: все мелькает мимо, не производя впечатления, подобно художественному произведению, которое мы видели тысячу раз; мы делаем то, что нужно сделать, а потому даже не знаем, сделали мы это или нет. Именно благодаря тому, что жизнь наша становится все менее сознательной и все скорее подвигается к полной бессознательности, – начинает ускоряться и течение времени. А. Шопенгауэр предположил также, что для человека время течет все быстрее, пропорционально отдаленности его от начала жизни. Джуберт, Лемлих, Уолкер полагают, что при восприятии определенного промежутка времени собственный возраст человека служит некой шкалой сравнения. Поэтому и продолжительность промежутка времени между ежегодными событиями (например, днями рождения) воспринимается человеком относительно его собственного возраста. Например, для 4-летнего ребенка год – это 25% его жизни, и воспринимается как сравнительно продолжительный период. Напротив, 60-летнему человеку год кажется незначительной частью уже прожитой им жизни (1/60, или менее 2%). Именно поэтому авторы этой гипотезы утверждают, что время кажется пожилому человеку более быстротекущим.

Еще одной версией стало предположение, что феномен убыстрения течения субъективно переживаемого времени в пожилом возрасте связан с тем, что по мере старения каждое движение заметно уменьшает будущее время, и менее заметно добавляется к прошлому.

2) использует в значении «жизнь», и в значении «конечность жизни» («жизнь прошла»), например, Д. Т. И., 77 лет: «Время это жизнь. Течет быстро. Долго шло в молодости, было интересное»; Д. В. Д., 83 года: «Жизнь!»; Г. И., 88 лет: «Жизнь. Время прошло. Как будто не жил. Больше плохого, чем хорошего. Пережил нэп, голодомор, войну, разруху»; Мужч. 80 лет: «Жизнь. Незаметно прошло все время. На отдыхе время шло медленно, а дома вертись, крутись, и оно идет быстрее»; О. С., 75 лет: «Времени не хватает, хотя возраст такой, что надо скоро умирать. Оно ценное, но его не измерить деньгами, как и здоровье. Для бедных время ценность»; Д. Н. М., 71 год: «Время – это когда я просыпаюсь, утро. Хочется жить, не хочется умирать. В детстве жил в концлагере. Ждали паек на неделю, время текло медленно до 20 лет, за 50-60 – быстро»; К. Д., 80 лет: «Ближе к концу очень быстро идет для всех. Раньше я не замечал, до 50 лет, не обращал внимание на время». Как видно, репрезентации испытуемых содержат переживания, которые, по С.Л. Рубинштейну, существуют в форме эмоционально насыщенных процессов, например, мнемических, которые в личностно-биографическом плане выступают как процессы исторической памяти – воспоминания, последние отражают собственную историю, благодаря которой человек становится личностью. Память представляет собой огромный резервуар образно-эмоционального опыта человека, который насыщает энергией, жизненной силой и смыслом то, что происходит в настоящем. В.В. Нуркова отмечает, что «человек обладает широчайшим «каталогом» доступных ему эпизодов прошлого. Эти эпизоды представляют собой «живые картины» событий, в которых запечатленная информация репрезентируется полимодальностью (зрительный образ, тактильные ощущения, запахи, вкус, звуки)» [4, 220]. Видно, что во всех типах воспоминаний испытуемых в периоде старости тесно переплетены чувственные образно-эмоциональные, словесные и смысловые компоненты.

Г.С. Никитин [3] писал, что у людей, которым не грозит немедленная смерть, больше времени на то, чтобы привыкнуть к мысли, что они когда-нибудь умрут. В суждениях видно, что испытуемые вспоминают прошлое и заново переживают старые радости и яркие эпизоды своей жизни. Согласно Р. Батлеру, это обозрение жизни является важной ступенью, на которую индивидуум поднимается в конце долгого жизненного пути. Вообще жизненный путь, по мнению Б.Г. Ананьева, складывается на основе

событий, оказывающих преобразующее влияние на личность. Одной из составляющих жизненного пути выступает и история индивидуальности, которая представляет собой замкнутую систему, на которую влияет развитие личности и субъекта деятельности. События жизни, по С.Л. Рубинштейну, это поворотные этапы жизненного пути человека, когда от принятия решения зависит вся дальнейшая жизнь. А поскольку, все испытуемые пережили войну, то их суждения репрезентируют индивидуальные переживания, связанные с внешними обстоятельствами жизни, и с субъективными, связанными с их деятельностью и поступками;

3) отражается ценность времени, например, Б. Е. Н., 77 лет: «Время это неопишущая цена. Время идет быстро. Я люблю поспать, а потом не успеваю»; Л. Р. П., 78 лет: «Время это золото. Течет не быстро. Я успеваю все, что задумываю: должна выполнить»; О. С., П. М., 78 лет: «Время спать, гулять. Время летит, раньше стояло, а сейчас летит (с 50 лет). Особой деятельности нет, но не успеваешь проснуться, а оно летит, на закат. Пока молодые – берегите время, оно ценно».

Можно отметить, что большинство наших испытуемых отличаются конструктивным отношением к старости. Д. Бромлей отмечала, что конструктивное отношение человека к старости отличается внутренней уравновешенностью, хорошим настроением, удовлетворительными эмоциональными контактами с окружающими людьми, например, испытуемый И. Н. П., 83 года: «Время приходит – уходит. Уже прошло время. Мне кажется, быстро идет: вот СССР, а вот развал, а уже 20 лет прошло. В 16-18 лет попал на фронт, прошел Белоруссию, дошел до Берлина, до Потсдама. На войне холодно, близко линия фронта. Все успел: семья, дети, внуки, правнуки».

Для определения основных смыслодержущих структур, служащих концептуальной системой, посредством которой в сознании отражается значение «время», мы использовали метод субъективного шкалирования (в частности, семантического дифференциала (СД)). Субъективное шкалирование позволяет оценить восприятие испытуемыми стоящей за ним реальности. На основе семантического дифференциала строится семантическое пространство, которое, по Ч. Осгуду, является пространством коннотативных или аффективных значений. Так, используя метод, семантического дифференциала можно утверждать, что для испытуемых в возрасте 55-65 лет время предстает как: «я взрослою, время для меня, оно бежит», а уже в возрасте старше 65 лет время выступает как: «я старею, время бежит»[2].

Таким образом, в представлениях времени у испытуемых в периоде старости отражается субъективное ускорение переживаемого времени, время репрезентируется в значении «жизнь», которая прошла и которая была наполнена событиями, окрашенными положительными и отрицательными эмоциями, время ценно, это золото, его нужно беречь.

Литература

1. Бергсон А. Непосредственные данные сознания. Время и свобода воли / А. Бергсон. – Изд-во ЛКИ, 2010. – 224 с.
2. Киреева З.А. Развитие сознания, детерминированное временем: Монография / З.О. Киреева. – Одесса: ВМВ, 2010.-380с.
3. Никифоров Г.С. Психическое старение / Г.С.Никифоров, Л.И.Августова. //Вестн.С.-Петербур. унив-та. -2000. - Вып.3(№ 22).
4. Нуркова В.В. Свершенное продолжается: Психология автобиографической памяти личности: Монография. / Вероника Нуркова. –М.: Изд-во РОУ, 2000. – 316 с.
5. Роменец В.А. Історія психології ХІХ – початку ХХ століття: навч. пос. для студ. ВНЗ за спец. «Психологія». – [2-ге вид. стер.]. / В.А.Роменец, І.П. Маноха. - К.: Либідь, 2003. - 992с.
6. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т.М.Титаренко. - К.: Либідь, 2003. – 376 с.
7. Фресс П. Восприятие и оценка времени / П.Фресс, Ж.Пиаже // Экспериментальная психология. - М.: Прогресс, 1978. - Вып.6. - С. 88 -130.
8. Шиффман Х. Ощущение и восприятие / Х. Р. Шиффман. - СПб.: Питер, 2003. - 928 с.