

## **ВОЗРАСТНАЯ ДИНАМИКА ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ (НА МАТЕРИАЛЕ РОССИЙСКИХ ЖЕНЩИН)<sup>1</sup>**

---

---

---

Время — основное измерение человеческой жизни. С одной стороны, жизнь человека неизбежно определяется физическими процессами роста, развития, старения, разворачивающимися во времени; с другой стороны, человек, занимая рефлексивную позицию по отношению к собственной жизни и опираясь на некоторое представление о ее временных границах, способен самостоятельно определять динамику и событийную насыщенность своего жизненного пути [Рубинштейн, 2003]. Таким образом, влияние объективного времени на человеческую жизнь частично опосредуется временем субъективным, психологическим.

Среди существующих подходов к изучению времени в психологии можно выделить как те, что сосредоточены на времени как объективном феномене (в первую очередь, это многочисленные исследования временной привязки нервных и когнитивных процессов), так и подходы, изучающие психологическое время личности как феномен субъективный, становление и динамика развития которого определяется как индивидуальными особенностями протекания физиологических процессов, так и социокультурными факторами (см.: [Болотова, 2007]). К этой второй группе можно отнести многочисленные исследования субъективной оценки временных интервалов, личностных типов отношения ко времени, временной насыщенности, структурирования времени, удовлетворенности временем и др. (обзор см.: [Woniwell et al., 2010]). К этой же группе относятся и исследования временной перспективы.

Понятие временной перспективы введено в работах Курта Левина, который понимал ее как видение индивидом своего буду-

---

<sup>1</sup> В данной научной работе использованы результаты проекта ТЗ 49.1 «Субъективное благополучие и качество жизни: подходы, критерии, индикаторы», выполненного в рамках программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ в 2011 г. Авторы благодарят А. Сырцову и С.А. Богомаза за предоставление данных по ЗТРП и тесту жизнестойкости, использованных для предварительного сокращения методик.

щего или прошлого в своем настоящем, предполагая, что когнитивная деятельность и эмоциональные переживания, связанные с прошлыми и будущими событиями, разворачиваются актуально и влияют на действия, эмоции, когнитивную деятельность человека здесь и теперь, а также на его мотивацию к дальнейшим действиям [Левин, 2001]. В современных работах представлено множество различных, но при этом довольно сходных определений временной перспективы или временной ориентации. Дж. Хорник и Д. Закай определяют временную ориентацию как «относительное доминирование прошлого, настоящего или будущего в мыслях человека» [Hornick, Zakay, 1996, p. 385]. Дж. Леннингс [Lennings, 1998] обозначает временную перспективу как когнитивную операцию, связанную с эмоциональной реакцией на воображаемые временные зоны (прошлое, настоящее, будущее) и с предпочтением к локализации действия в той или иной временной зоне.

Среди множества эмпирических операционализаций временной перспективы (обзор см.: [Boniwell et al., 2010]) наиболее распространенным в последние годы стал опросник временной перспективы Филипа Зимбардо [Zimbardo, Boyd, 1999]. На основе эмпирического анализа Ф. Зимбардо и Дж. Бойд выделили пять аспектов временной перспективы: *негативное прошлое* (прошлое видится неприятным, связано с негативным опытом или чувствами); *позитивное прошлое* (теплое, ностальгическое отношение к прошлому); *гедонистическое настоящее* (ориентация на наслаждение настоящим моментом, принятие рисков); *фаталистическое настоящее* (склонность верить в судьбу и подчиняться ей); *ориентация на будущее* (целенаправленная деятельность по осуществлению собственных планов). Опросник временной перспективы Зимбардо (**Zimbardo Time Perspective Inventory, ZTPИ**) обладает устойчиво воспроизводящейся пятифакторной структурой и переведен на ряд языков (см.: [Сырцова, Митина и др., 2007; Сырцова, Осин и др., 2010]), в том числе и на русский [Сырцова, Соколова, Митина, 2007]. Опросник ZTPИ обладает удовлетворительными показателями надежности и демонстрирует валидность во многих областях: особенности временной перспективы показывают значимые связи с множеством личностных и поведенческих характеристик, таких, например, как академическая успешность, склонность к рискованному поведению (употребление психоактивных веществ, незащищенный секс), ношение часов и др. (обзор см.: [Сырцова, Соколова, Митина, 2007]).

И. Бонивелл и Ф. Зимбардо предложили понятие сбалансированной временной перспективы [Boniwell, Zimbardo, 2004; Бонивелл, 2009], связанное с гипотезой о том, что оптимальным способом восприятия времени является не доминирование какой-либо отдельной временной зоны, а сочетание ориентации на будущее с позитивным отношением к прошлому и гедонистическим отношением к настоящему. Впоследствии Ф. Зимбардо и Дж. Бойд [Zimbardo, Boyd, 2008; Зимбардо, Бойд, 2010] теоретически предположили существование и других типичных «профилей» временной перспективы индивида: гедонистический; ориентированный на будущее; склонный к риску; фаталистический. Для диагностики сбалансированной временной перспективы и других типов восприятия времени может быть использован опросник ZTPИ (см.: [Сырцова, Митина и др., 2007; Boniwell et al., 2010]).

В эмпирическом исследовании Бонивелл и др. [2010], проведенном на британской и российской студенческих выборках ( $N = 179$  и  $N = 289$  соответственно) с использованием опросника ZTPИ, было выделено пять типов временной перспективы: гедонистический (ориентированный на настоящее); ориентированный на будущее; сбалансированный; негативный и диффузный (фаталистический, склонный к риску); интересно, что последний профиль четко выделился лишь на российской выборке. Как и предполагалось, представители сбалансированного типа временной перспективы продемонстрировали наиболее высокие показатели психологического благополучия (позитивные эмоции, удовлетворенность жизнью, субъективное счастье, удовлетворенность временем, осмысленность жизни, оптимизм, самоэффективность).

Вместе с тем ограниченный объем использованных студенческих выборок позволяет задаваться вопросом о репрезентативности выделенных типов относительно всего населения. Поскольку активность по поступлению и обучению в высшем учебном заведении является сложной и развернутой во времени, можно предположить, что среди студентов более высока доля ориентированных на будущее и более низка доля гедонистов, фаталистов и людей с негативной временной перспективой. Кроме того, студенческие выборки ограничены по возрасту и неодинаково репрезентативны по отношению к гендеру в зависимости от специальности. Представленное ниже исследование является попыткой воспроизвести типологическую логику и методологию анализа на более широкой

и репрезентативной российской выборке. Поскольку связи временной перспективы с психологическим благополучием достаточно хорошо изучены и устойчиво воспроизводятся, в настоящем исследовании мы сделали попытку проследить связи временной перспективы с личностными ресурсами: надеждой, оптимизмом и жизнестойкостью.

## План исследования

*Целью исследования* стало изучение данных о возрастной динамике и коррелятах временной перспективы у российских женщин. Использовался корреляционный план исследования методом поперечных срезов.

*Выборкой исследования* выступили читатели популярного российского психологического журнала, ориентированного преимущественно на женскую аудиторию. Журнал распространяется в свободной продаже и по подписке на территории России и зарубежных стран. На протяжении 2010 г. в пяти выпусках журнала печатались анкеты с психологическими тестами, которые читателям предлагалось собрать, заполнить и отослать по обычной почте в редакцию, чтобы получить в ответном письме свой индивидуальный психологический портрет.

Использованные методики включали следующее.

*Опросник временной перспективы Зимбардо (ZTPI)* в адаптации А. Сырцовой [Сырцова, Соколова, Митина, 2007]. Полная версия опросника содержит 56 пунктов (оцениваемых по 5-балльной шкале), что затрудняет ее применение в широкомасштабных опросах, поэтому было принято решение сократить методику. На наборе данных А. Сырцовой ( $N = 1269$ ) использовался кластерный анализ для выделения групп пунктов с общим содержанием, входящих в каждую шкалу ZTPI. Затем производилось сокращение шкал таким образом, чтобы, пожертвовав их надежностью, сохранить валидность методики (представленность различных содержаний пунктов в рамках каждой шкалы). Полученный опросник составил 30 пунктов, сгруппированных в 5 шкал с надежностью не ниже 0,60.

*Тест жизнестойкости* С. Мадди [Леонтьев, Рассказова, 2006] измеряет жизнестойкость как набор установок, определяющих способность личности выдерживать стрессовые ситуации, сохраняя внутреннюю целостность, психологическое благополучие и успешность деятельности. Полная версия теста включает 45 пунктов (оцениваемых

по 4-балльной шкале), поэтому для настоящего исследования методика также была сокращена. На большом наборе данных, полученных в различных исследованиях (N = 1345), проводился факторный анализ, кластерный анализ и анализ надежности. Сокращенная версия методики включала 24 пункта (с сохранением соотношения прямых и обратных пунктов и представленности трех теоретически выделенных компонентов жизнестойкости) и показывала надежность 0,90.

*Тест диспозиционального оптимизма (ТДО, LOT)* Ч. Карвера и М. Шейера [Гордеева, Сычев, Осин, 2010] измеряет оптимизм как обобщенные ожидания относительно того, что в будущем будут происходить хорошие события, а не плохие. По данным исследований, диспозициональный оптимизм связан с психологическим благополучием, продуктивными копинг-стратегиями и более высокими показателями здоровья в ситуациях стресса и болезни. Данный опросник был выбран также в силу того, что одной из проблем ЗТР1 является отсутствие измерения валентности ожиданий по отношению к будущему. Опросник включает 8 пунктов, оцениваемых по 4-балльной шкале.

*Шкала диспозициональной надежды* Р. Снайдера (неопубликованная адаптация Е.Н. Осина) измеряет надежду, операционализированную как активность субъекта по достижению целей и веру в наличие способов их достичь. Существующие исследования демонстрируют, что надежда является важным личностным ресурсом, предсказывающим психологическое благополучие, здоровье, академическую успешность (см., например: [Snyder, 2000; Snyder, Shorey et al., 2002]). Опросник содержит 8 пунктов, оцениваемых по 8-балльной шкале.

Также в анкету были включены вопросы, выясняющие пол, возраст, семейное положение, степень занятости. Регион проживания определялся по почтовому индексу; испытуемые также указывали, хотят ли они получить обратную связь по обычной или по электронной почте.

## **Результаты и обсуждение**

### **Полученные данные**

Общий объем выборки составил 4916 респондентов, в том числе 4751 женщина и 109 мужчин (данные последних были исключены из дальнейшей обработки).

Возраст читательниц журнала составил от 12 до 73 лет (среднее 30,0 лет, стандартное отклонение 8,82, медиана 28). Было выделено 9 возрастных групп: до 19 лет (6,18%), 20–24 года (26,09%), 25–29 лет (24,50%), 30–34 года (15,47%), 35–39 лет (12,51%), 40–44 года (7,94%), 45–49 лет (4,12%), 50–54 года (2,20%), 55 лет и старше (0,99%).

Для оценки семейного статуса предлагались следующие варианты ответа: «замужем (женаты)» (32,35%), «есть друг (подруга), живете вместе» (10,24%), «есть друг (подруга), живете отдельно» (14,33%), «развелись/расстались» (11,91%), «овдовели» (1,24%), «не были замужем / не были женаты» (29,31%).

Для оценки степени занятости предлагались следующие варианты: «полный рабочий день» (59,80%), «неполный рабочий день» (6,23%), «свободный график» (9,58%), «не работаю» (24,23%).

Регион проживания определялся по почтовому индексу. Данные были получены из 77 субъектов РФ. Наибольшее количество респондентов проживало в Москве (15,89%), Санкт-Петербурге (8,23%) и Московской области (6,31%); доля писем из дальнего зарубежья составила менее 5%.

Описательная статистика по шкалам психологических методик представлена в табл. 1 (в соответствии с рекомендациями Ф. Зимбардо, по шкалам **ZTP1** **рассчитываются не суммы, а средние**; для трех остальных методик представлены суммы). Шкалы практически всех методик демонстрируют асимметрию, свидетельствующую либо об относительном преобладании в выборке респондентов с относительно благополучными показателями, либо об умеренных эффектах социальной желательности. Следует отметить, что подобная картина практически всегда наблюдается для шкал психологического благополучия на массовых выборках. В связи с большим объемом выборки показатели всех тестов на нормальность оказываются значимыми, однако в связи с умеренными показателями асимметрии и эксцесса было принято решение использовать параметрические статистики.

Пятифакторная структура краткой версии опросника временной перспективы Зимбардо (ZTP1) соответствовала теоретически ожидаемой, за исключением одного пункта шкалы гедонистического настоящего («Волнующие моменты часто захватывают меня»), показавшего максимальную нагрузку на шкалу негативного прошлого, который был исключен из анализа. Вероятно, причиной

стал предшествующий пункт («Я думаю о том плохом, что произошло со мной в прошлом»), задавший контекст для понимания этого пункта. Как и ожидалось, надежность полученных шкал оказалась более низкой, чем на выборке апробации. Показатель альфа Кронбаха (табл. 1) оказался удовлетворительным лишь для шкалы негативного прошлого, остальные шкалы продемонстрировали умеренную надежность, причем наибольшее снижение надежности показали самые неоднородные по содержанию шкалы гедонистического настоящего и будущего. Тем не менее с учетом большого объема выборки эти показатели были признаны приемлемыми для исследовательских целей.

*Таблица 1*

**Описательная статистика  
и показатели надежности шкал психологических методик**

<b>Шкала</b>	<b>Среднее</b>	<b>Стандартное отклонение</b>	<b>Асимметрия</b>	<b>Эксцесс</b>	<b><math>\alpha</math> Кронбаха</b>
Оптимизм	32,24	5,41	-0,98	0,92	0,86
Надежда	45,99	8,69	-0,63	0,30	0,87
Жизнестойкость (24 пункта)	43,06	11,43	-0,29	-0,33	0,88
Негативное прошлое	2,87	0,89	0,30	-0,51	0,79
Гедонистическое настоящее	3,37	0,57	-0,06	0,15	0,61
Будущее	3,81	0,51	-0,43	0,26	0,57
Позитивное прошлое	3,72	0,70	-0,52	0,12	0,67

**Связи показателей временной перспективы с другими переменными**

Корреляции показателей временной перспективы друг с другом представлены в табл. 2 и соответствуют полученным ранее. Факторный анализ на наборе пяти шкал ЗТPI свидетельствует о едином латентном факторе, объясняющем 30% дисперсии, с наиболее высокими нагрузками показателей прошлого (-0,71 и 0,69 для негатив-

ного и позитивного), умеренными для показателей настоящего (0,51 и –0,44 для гедонистического и фаталистического) и слабой нагрузкой шкалы будущего (0,28). В двухфакторной структуре (52% дисперсии) разделяются негативные и позитивные субшкалы, а не временные локусы, как на полной версии методики [Bonniwell et al., 2010].

Показатели временной перспективы демонстрируют слабые и умеренные связи с показателями личностных ресурсов (табл. 2). Множественный регрессионный анализ, подробные результаты которого не приводятся ради краткости, продемонстрировал, что показатели временной перспективы объясняют 26% дисперсии оптимизма, 31% дисперсии надежды и 41% дисперсии жизнестойкости, при этом во всех трех случаях все пять шкал ZPTI оказываются значимыми предикторами.

Таблица 2

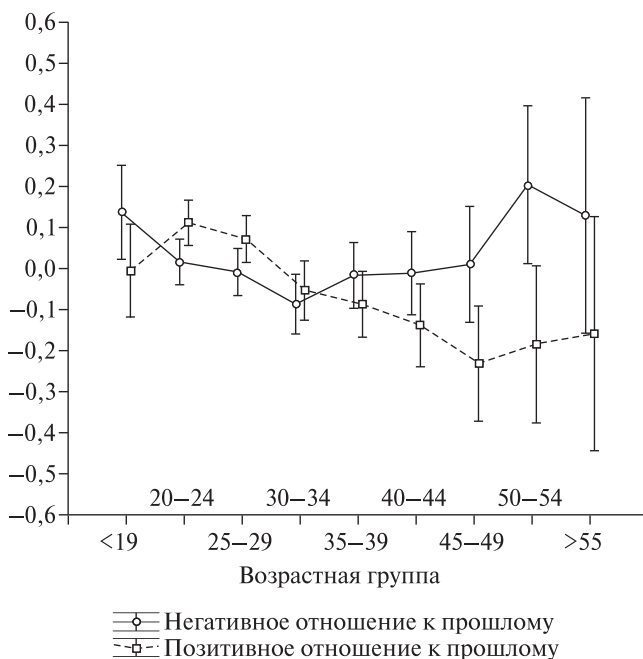
**Корреляции Пирсона и надежность показателей психологических методик**

	Оптимизм	Надежда	Жизнестойкость	Негативное прошлое	Гедонистическое настоящее	Будущее	Позитивное прошлое
Оптимизм							
Надежда	0,57						
Жизнестойкость	0,55	0,61					
Негативное прошлое	–0,41	–0,35	–0,56				
Гедонистическое настоящее	0,28	0,33	0,24	–0,12			
Будущее	0,08	0,28	0,23	–0,05	0,01		
Позитивное прошлое	0,29	0,27	0,26	–0,26	0,24	0,13	
Фаталистическое настоящее	–0,22	–0,22	–0,29	0,26	–0,02	–0,04	–0,03

**Примечание.** N = 4604, все коэффициенты корреляции, значение которых превышает 0,05 по модулю, значимы на уровне  $p < 0,001$ .



Для проверки связи демографических переменных с показателями временной перспективы использовался однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA). В качестве индикатора размера эффекта использовался показатель  $\eta^2$  (эта-квадрат), отражающий долю дисперсии зависимой переменной, связанную с различиями между уровнями независимой переменной.

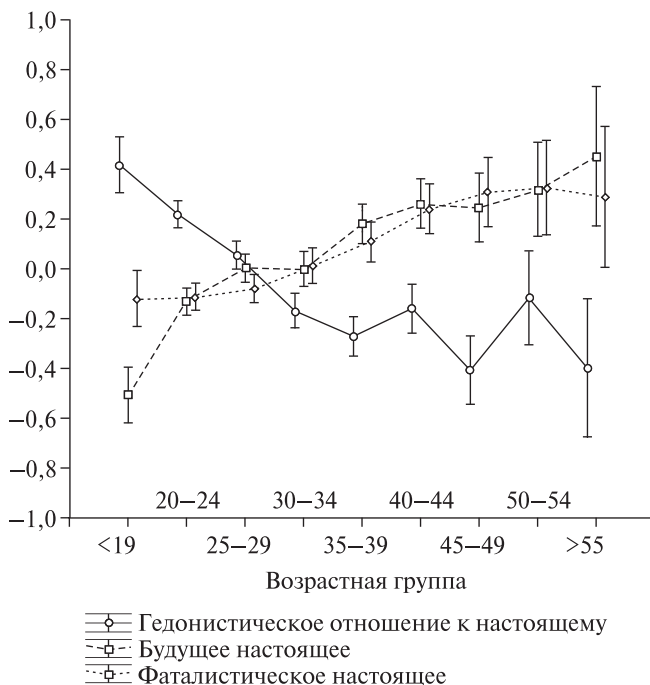


**Рис. 1.** Возрастные различия в показателях прошлого ZTPI (показатели стандартизированы, диапазоны обозначают 95%-ный доверительный интервал вокруг среднего)

Из демографических переменных наиболее тесную связь показатели временной перспективы обнаружили с возрастом. Связь возраста с показателями прошлого оказалась относительно слабой для показателей негативного прошлого ( $F(8; 4717) = 2,09; p < 0,05; \eta^2 = 0,004$ ) и позитивного прошлого ( $F(8; 4717) = 6,33; p < 0,001; \eta^2 = 0,011$ ) и более выраженной для шкал гедонистического настоящего ( $F(8; 4717) = 29,95; p < 0,001; \eta^2 = 0,048$ ), фаталистическо-

го настоящего ( $F(8; 4717) = 11,30; p < 0,001; \eta^2 = 0,019$ ) и будущего ( $F(8; 4717) = 22,42; p < 0,001; \eta^2 = 0,037$ ). Можно сделать вывод о том, что российских женщин различного возраста отличает друг от друга не столько их отношение к прошлому, сколько их стратегии по отношению к настоящему и будущему.

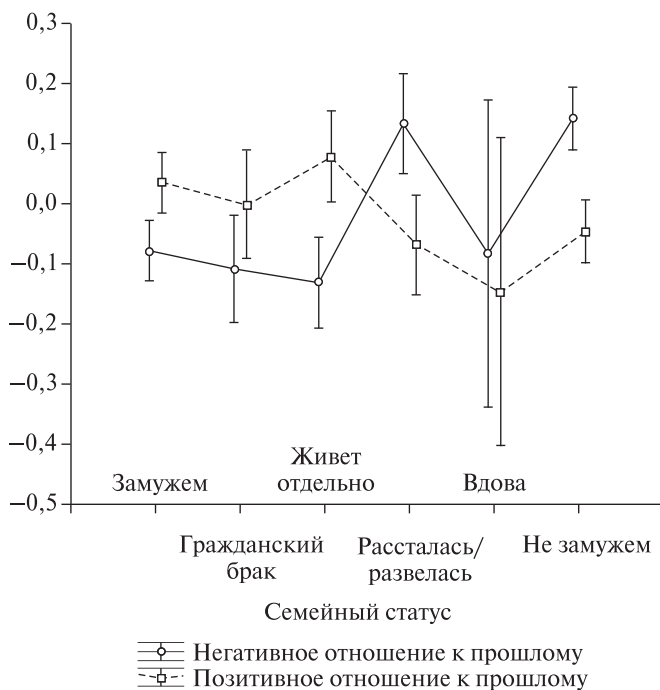
Содержательный анализ графиков средних показывает, что в возрастных группах до 35 лет, за исключением подростковых, позитивное отношение к прошлому преобладает над негативным, а затем это соотношение меняется и с возрастом разрыв возрастает (рис. 1). С этими данными согласуется и наблюдаемое снижение гедонистического отношения к настоящему (рис. 2), максимальное в подростковом возрасте и минимальное — в пенсионном. Однако шкалы будущего и фаталистического настоящего парадоксальным образом



**Рис. 2.** Возрастные различия в стандартизованных показателях настоящего и будущего ZPTI (показатели стандартизованы, диапазоны обозначают 95%-ный доверительный интервал вокруг среднего)

растут с возрастом, что может объясняться сочетанием возрастных и когортных различий: с одной стороны, с возрастом люди начинают все больше задумываться о будущем; с другой стороны, молодые люди, родившиеся в постсоветской России, в среднем более склонны занимать активную жизненную позицию в противовес фаталистической, проявляющейся у людей более старшего возраста.

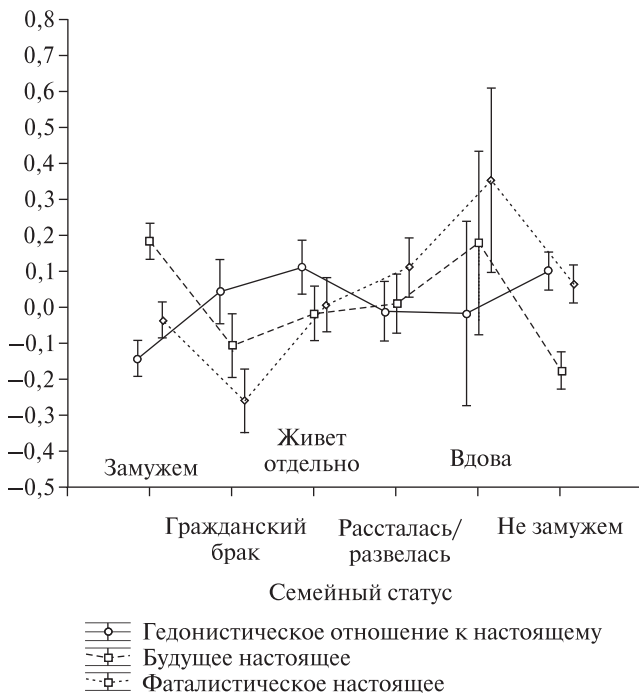
Сравнивая полученные данные с показателями А. Сырцовой и О.В. Митиной [Сырцова, Митина и др., 2007], можно отметить, что использование гомогенной выборки большого объема позволило получить более четкую картину возрастных различий.



**Рис. 3.** Различия в показателях прошлого ZPTI, связанные с семейным статусом (показатели стандартизованы, диапазоны обозначают 95%-ный доверительный интервал вокруг среднего)

Получены значимые временной перспективы с семейным статусом по следующим шкалам: будущее ( $F(5; 4623) = 20,53; p < 0,001$ ;

$\eta^2 = 0,022$ ), негативное прошлое ( $F(5; 4623) = 12,89; p < 0,001; \eta^2 = 0,014$ ), фаталистическое настоящее ( $F(5; 4623) = 10,93; p < 0,001; \eta^2 = 0,012$ ), гедонистическое настоящее ( $F(5; 4623) = 10,81; p < 0,001; \eta^2 = 0,012$ ), а также очень слабый эффект для шкалы позитивного прошлого ( $F(5; 4623) = 2,56; p < 0,05; \eta^2 = 0,003$ ). Данные свидетельствуют (рис. 3, 4), что у трех групп женщин, имеющих близкие отношения, позитивное отношение к прошлому преобладает над негативным, а у разведенных, незамужних и вдов наблюдается обратная картина. Временная перспектива замужних женщин характеризуется преобладанием направленности на будущее, тогда как у женщин, живущих гражданским браком, более выражено гедонистическое отношение к настоящему. Разведенные характеризуются выраженным показателем негативного прошлого, а у овдовевших преобладает фаталистическое отношение к настоящему.



**Рис. 4.** Различия в показателях настоящего и будущего ZPTI, связанные с семейным статусом (показатели стандартизированы, диапазоны обозначают 95%-ный доверительный интервал вокруг среднего)

Тем не менее доля дисперсии шкал временной перспективы, которую объясняет семейный статус, оказывается ниже, чем для возраста. Эффекты, полученные для вида занятости, оказываются еще более слабыми. Работающие женщины характеризуются преобладанием ориентации на будущее в сочетании с фаталистическим отношением к настоящему, у работающих со свободным графиком выражен гедонизм, у неработающих — негативное прошлое.

Респондентки, выбравшие получить обратную связь по электронной почте ( $N = 3545$ ), продемонстрировали более высокие показатели ( $t$ -критерий,  $p < 0,001$ ) оптимизма, надежды, жизнестойкости, гедонистического настоящего и более низкие — негативного прошлого и фаталистического настоящего, по сравнению с респондентами, получавшими обратную связь обычной почтой ( $N = 1189$ ). Таким образом, российские женщины, имеющие доступ к сети Интернет, более психологически благополучны (можно предположить, что наличие доступа к Интернету является результатом социальной успешности).

### **Профили временной перспективы**

Для выделения и анализа профилей временной перспективы, как и в предыдущих исследованиях, использовался кластерный анализ методом Уорда с квадратической Евклидовой метрикой. С целью уравнивания вклада каждого из пяти индикаторов временной перспективы в итоговую модель баллы по шкалам были предварительно стандартизированы (переведены в  $z$ -оценки). На основе содержательного анализа полученных моделей была выделена модель из шести кластеров. Средние стандартизованные баллы респондентов, вошедших в каждый кластер, представлены в табл. 3.

Различия между кластерами по всем представленным шкалам оказались значимыми ( $p < 0,001$ ). Показатель  $\eta^2$ , отражающий долю дисперсии каждой переменной, связанной с различиями между кластерами, свидетельствует о том, что наибольший вклад в модель внесли шкалы негативного прошлого и гедонистического настоящего; вклад трех остальных шкал был умеренным. Эти показатели сопоставимы с полученными ранее для российской выборки на структуре из пяти кластеров ([Boniwell et al., 2010]: от 0,29 до 0,51), что является неплохим показателем с учетом относительно низкой надежности сокращенных шкал.

Таблица 3

## Средние стандартизованные баллы психологических переменных по кластерам

Шкала	Номер кластера						Различия между кластерами	
	1 диф.	2 гед.	3 фат.	4 нег.	5 сб.	6 буд.	$F(5; 4733)$	$\eta^2$
Негативное прошлое	0,42	-0,50	-0,51	1,17	-0,77	-0,50	1092,74	0,54
Гедонистическое настоящее	<b>0,62</b>	0,22	-0,64	-0,55	<b>0,94</b>	-0,73	651,29	0,41
Будущее	0,15	-1,02	0,19	-0,11	0,39	<b>0,72</b>	352,57	0,27
Позитивное прошлое	0,38	-0,35	0,29	-0,86	<b>0,64</b>	0,27	394,62	0,29
Фаталистическое настоящее	0,49	-0,36	<b>0,55</b>	0,28	-0,60	-0,81	332,45	0,26
Оптимизм (LOT)	0,02	0,19	0,02	-0,66	<b>0,54</b>	0,19	160,99	0,15
Надежда	0,07	-0,01	-0,03	-0,61	<b>0,61</b>	0,29	157,61	0,15
Жизнестойкость	-0,14	0,16	0,10	-0,78	<b>0,68</b>	0,45	283,78	0,24

**Примечание.** Показатели, отличающиеся от среднего более чем на 0,5 стандартных отклонения, выделены.

Первый кластер (N = 914, 19,3%) демонстрирует баллы несколько выше средних по всем пяти шкалам. Эта *диффузная* картина соответствует данным, полученным ранее на российской студенческой выборке. Сопоставление средних в этом кластере с показателями других кластеров позволяет предположить, что этот кластер отражает фаталистическую ориентацию на настоящее, связанную также с принятием риска. Вероятно, выделение этого кластера как отдельного, воспроизводящееся на российских выборах, свидетельствует о значительной доле людей с недифференцированной временной перспективой, отсутствием той или иной однозначной временной ориентации.

Особенностью второго кластера (N = 810, 17,1%) является умеренно выраженная гедонистическая ориентация на настоящее в сочетании с крайне низкими показателями ориентации на будущее. Представительницы этого типа избегают мыслей о будущем и стремятся закрыть глаза на завтрашний день. Этот кластер был проинтерпретирован как *гедонистический*.

Третий кластер (N = 741, 15,6%) демонстрирует повышенные баллы по шкале фаталистического настоящего в сочетании с низкими баллами по шкалам гедонистического настоящего и негативного прошлого. Можно предположить, что женщины этого типа скорее склонны полагаться на судьбу, чем ставить и достигать каких-либо жизненных целей, и потому не сожалеют, если последние остаются нереализованными. Этот кластер был назван *фаталистическим*.

Четвертый кластер (N = 1034, 21,8%) характеризуется крайне высокими баллами по шкале негативного прошлого в сочетании с низкими баллами по шкале позитивного прошлого. Гедонистическая ориентация на настоящее также снижена, а фаталистическая умеренно повышена. Наблюдаемая картина *негативной* временной перспективы у этих женщин может быть обусловлена как конкретным травматическим прошлым опытом, так и стабильными личностными особенностями.

Пятый кластер (N = 722, 15,2%) демонстрирует довольно высокие баллы по позитивным характеристикам временной перспективы (гедонистическое настоящее, позитивное прошлое, будущее) в сочетании с довольно низкими баллами по ее негативным характеристикам (фаталистическое настоящее, негативное прошлое). Эта картина соответствует *сбалансированной* временной перспективе с гедонистическим акцентом.

Шестой кластер ( $N = 518$ , 10,9%) характеризуется выраженной *ориентацией на будущее* при низких баллах фаталистической и гедонистической ориентации на настоящее. Представительницы этого типа стремятся держать жизнь под контролем и готовы отказываться от удовольствий сегодняшнего дня ради достижения будущих целей.

Анализ баллов по другим психологическим переменным, вошедшим в батарею, свидетельствует о связи негативной временной перспективы с низкими показателями психологического благополучия, тогда как сбалансированная временная перспектива, напротив, связана с высокой жизнестойкостью, оптимизмом, надеждой. Промежуточную картину демонстрируют ориентированный на будущее и гедонистический кластеры. Сравнение людей, попавших в кластер временной перспективы, со всеми остальными свидетельствует о выраженных эффектах: показатель  $d$  Коэна, отражающий различие между средними двух групп в единицах стандартного отклонения, составляет 0,66 для шкалы диспозиционального оптимизма, 0,74 для шкалы надежды и 0,84 для теста жизнестойкости. Эти результаты в целом соответствуют полученным ранее [Bonniwell et al., 2010].

Содержательно полученные кластеры также достаточно хорошо соответствуют полученной ранее картине. Поскольку ранее использовались смешанная выборка и полная версия методики, прямое сопоставление стандартизованных баллов не проводилось. Обращает на себя относительно высокая, по сравнению с предыдущими исследованиями, доля респондентов, попавших в кластер негативной временной перспективы, что может свидетельствовать о специфике женской выборки.

### **Общее обсуждение**

Полученные данные свидетельствуют о том, что временная перспектива неодинакова у российских женщин с разным возрастом и семейным статусом. Проведенный **кластерный анализ** позволил выделить теоретически предсказуемые типы временной перспективы, демонстрирующие различия в показателях личностных ресурсов. С наиболее высокими показателями оптимизма, надежды и жизнестойкости связана сбалансированная временная перспектива. Это означает, что женщины со сбалансированной временной перспективой не только склонны позитивно относиться к будущему



му и надеяться на успех своих начинаний, но и более устойчивы в стрессовых ситуациях. Довольно высокая доля общей дисперсии у показателя жизнестойкости и показателей временной перспективы позволяет предполагать наличие общих личностных механизмов, стоящих за этими диспозициями.

Ограничением проведенного исследования является использование выборки читателей журнала, репрезентативность которой всегда вызывает вопросы; тем не менее можно предполагать, что она выше, чем репрезентативность любой студенческой выборки. Другим ограничением исследования может выступать ограниченная достоверность полученных данных: в связи с небольшим объемом тестовой батареи эффекты социальной желательности не контролировались. Однако согласно данным существующих исследований, в ситуации самопознания, когда испытуемые мотивированы на получение обратной связи, эти эффекты выражены довольно слабо [Осин, 2011]; к тому же респондентам обеспечивалась возможность анонимности (использование анонимного адреса электронной почты или обратного адреса до востребования). К сожалению, ограниченный объем батареи не позволил также включить ряд дополнительных демографических показателей, таких как уровень образования, сфера деятельности, наличие детей.

Полученные данные вносят свой вклад в общий круг российских исследований временной перспективы и позволяют задаться вопросом о том, почему у женщин старшего возраста наблюдается тенденция к формированию негативной временной перспективы: утрата ориентации на получение удовольствия в сочетании с ростом фаталистического отношения к жизни. Данные А. Сырцовой и О.В. Митиной свидетельствуют о более высоких показателях негативного прошлого и фатализма у взрослых женщин по сравнению с взрослыми мужчинами. В сочетании с нашими данными, это позволяет ставить вопрос о социокультурных факторах, определяющих более низкое психологическое благополучие женщин. Несмотря на то что российские законы провозглашают равенство прав людей независимо от их гендера и возраста, на практике права женщин нередко дискриминируются, что касается в первую очередь трудоустройства. Необходимы дополнительные исследования в области гендерной и кросскультурной психологии, которые позволили бы оценить вклад этих и других социальных факторов в различия в показателях психологического благополучия мужчин и женщин.

## Литература

*Болотова А.К.* Человек и время в познании, деятельности, общении. М.: Изд. дом ВШЭ, 2007.

*Бонивелл И.* Ключи к благополучию: что может позитивная психология. М.: Время, 2009.

*Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н.* Разработка русскоязычной версии Теста диспозиционного оптимизма (ЛОТ) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 36–64 (Спец. выпуск «Диагностика личностного потенциала-2» / под ред. Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой).

*Зимбардо Ф., Бойд Д.* Парадокс времени: Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. М.: Речь, 2010.

*Левин К.* Динамическая психология: Избранные труды. М.: Смысл, 2001.

*Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.

*Осин Е.Н.* Проблема социальной желательности в исследованиях личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011. С. 454–468.

*Рубинштейн С.Л.* Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003.

*Сырцова А., Митина О.В.* Возрастная динамика временных ориентаций личности // Вопросы психологии. 2008. № 2. С. 41–54.

*Сырцова А., Митина О.В., Бойд Дж. и др.* Феномен временной перспективы в разных культурах (по материалам исследований с помощью методики ЗТРП) // Культурно-историческая психология. 2007. № 4. С. 19–31.

*Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В.* Методика Ф. Зимбардо по временной перспективе // Психологическая диагностика. 2007. № 1. С. 85–106.

*Сырцова А., Осин Е.Н., ван де Вийвер Ф. и др.* Опросник временной перспективы Зимбардо (ЗТРП): установление эквивалентности в разных культурах // Психология индивидуальности. Материалы

III Всерос. науч. конф.: в 2 ч. Москва, 1–3 декабря 2010 г. / отв. ред. А.Б. Орлов. М.: Изд. дом ВШЭ, 2010. Ч. 1. С. 259–261.

*Boniwell I., Osin E., Linley P.A., Ivanchenko G.V.* A Question of Balance: Time Perspective and Well-being in British and Russian Samples // *The Journal of Positive Psychology*. 2010. Vol. 5. No. 1. P. 24–40.

*Boniwell I., Zimbardo P.G.* Balancing Time Perspective in Pursuit of Optimal Functioning // *Positive Psychology in Practice* / P.A. Linley, S. Joseph (eds). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2004. P. 165–178.

*Hornick J., Zakay D.* Psychological Time: The Case of Time and Consumer Behavior // *Time and Society*. 1996. Vol. 5. No. 3. P. 385–397.

*Lennings, C.J.* Profiles of Time Perspective and Personality: Developmental Considerations // *Journal of Psychology*. 1998. Vol. 132. P. 629–642.

*Snyder C.R.* The Past and Possible Futures of Hope // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2000. Vol. 19. No. 1. P. 11–28.

*Snyder C.R., Shorey H.S., Cheavens J., Pulvers K.M.* Hope and Academic Success in College // *Journal of Educational Psychology*. 2002. Vol. 94. No. 4. P. 820–826.

*Zimbardo P.G., Boyd J.N.* Putting Time into Perspective: A Valid, Reliable Individual-differences Metric // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 77. No. 6. P. 1271–1288.

*Zimbardo P.G., Boyd J.* *The Time Paradox: The New Psychology of Time that Will Change Your Life*. N.Y.: Free Press, 2008.

© Осин Е.Н., Орел Е.А., 2012