

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

Природно-географические и социокультурные детерминанты хронотипа человека

Научный руководитель – Яницкий Михаил Сергеевич

Балабацук Роман Олегович

Студент (магистр)

Кемеровский государственный университет, Социально-психологический факультет,
Кемерово, Россия

E-mail: dowbh54@gmail.com

Хронотип человека, отражающий индивидуальный ритм суточной активности и работоспособности, определяется как внутренними психофизиологическими особенностями, так и характеристиками внешней среды жизнедеятельности. К таким средовым характеристикам, в свою очередь, можно отнести параметры физической и социальной среды. В качестве детерминант формирования хронотипа человека обычно рассматриваются объективные природные характеристики - географическая широта, продолжительность светового дня и т.п. [1; 6]. В то же время, в постнеклассической психологии фокус внимания смещается на изучение субъективных характеристик жизненного пространства. Так, по словам И.О. Логиновой, в данной традиции измерениями жизненного мира человека выступают не координаты физического пространства, а социальные и ценностно-смысловые характеристики [3]. Ценностно-смысловое измерение, наряду с пространственным и временным, рассматривается сегодня в качестве одного из основных параметров *хронотона* человека, выполняющего в нем организующую, связующую роль [2;4;5]. Однако применительно к феномену *хронотипа*, его ценностно-смысловые характеристики, определяющиеся принадлежностью к той или иной социокультурной среде, в целом изучены недостаточно. В этой связи целью настоящего исследования являлась оценка влияния на формирование хронотипа человека одновременно природно-географических и социокультурных детерминант.

В исследовании приняли участие 380 студентов очного отделения вузов гг. Петропавловск-Камчатский, Чита, Улан-Удэ, Кемерово, Томск, Ростов-на-Дону, Москва, Смоленск, Санкт-Петербург, представляющих собой однородную группу по характеру и режиму деятельности. Данная выборка также сбалансирована по полу, возрасту и профилю обучения исследуемых. Тип индивидуальной суточной активности устанавливался при помощи теста MEQ (morningness-eveningness questionnaire) Дж. Хорна и О. Остберга в модификации С.И. Степановой, особенности природно-географической и социокультурной среды - посредством учета и анализа соответствующих параметров города проживания.

В качестве основной природной детерминанты хронотипа рассматривается географическая широта места проживания, задающая продолжительность дня и ночи, выраженность сезонности и общие климатические особенности. По данным М.Ф. Борисенкова, по мере увеличения широты проживания отмечается последовательное возрастание доли позднего типа активности [1]. В нашем исследовании подобной зависимости обнаружено не было. Так, студенты Ростова-на-Дону (47,23 градусов с.ш.) и Санкт-Петербурга (59,94 градуса с.ш.) демонстрируют практически одинаковые показатели суточной активности - 59,02 и 59,45 баллов соответственно.

Географическая долгота, очевидно, сама по себе не может рассматриваться как природная детерминанта хронотипа, однако в данном контексте исследуется влияние степени расхождения между официальным поясным и фактическим местным средним солнечным

временем [6]. В настоящем исследовании сравнивались особенности суточного ритма проживающих в Москве и Ростове-на-Дону, где такая разница отсутствует, и исследуемых из всех остальных городов, в которых поясное время опережает фактическое на 0,5-1,5 часа. При этом какие-либо значимые различия также не были обнаружены.

К числу социокультурных детерминант хронотипа можно отнести, в частности, размер населенного пункта, с увеличением которого тип суточной активности предположительно смещается на вечернее время. Население охваченных настоящим исследованием городов находилось в диапазоне от 0,18 (Петропавловск-Камчатский) до 12,69 (Москва) миллионов человек. Однако влияние этого фактора оказалось незначительным и скорее обратным - так, результаты по тесту Хорна-Остберга студентов этих городов составили 60,26 и 58,41 баллов соответственно.

Важной характеристикой социокультурной среды, в значительной степени определяющей ее ценностно-смысловую специфику, являются этнические и конфессиональные особенности рассматриваемой социальной общности. В нашем случае наибольшими особенностями в этом плане отличались студенты г. Улан-Удэ, большинство из которых составляли этнические буряты и буддисты. В результате исследования было установлено, что данная общность характеризуется достоверными (при $p < 0,05$) отличиями суточной активности от остальных, демонстрируя ее относительное смещение на более позднее время. При этом наибольшие различия суточной активности обнаруживаются между студентами географически самых близких городов - Улан-Удэ (62,23 балла) и Читы (57,53 балла). Это может свидетельствовать о большей важности социокультурных детерминант формирования хронотипа человека по сравнению с природно-географическими факторами.

Полученные результаты определяют значимость дальнейшего изучения не только природных, но и социокультурных характеристик жизненного мира человека, определяющих его объективные и субъективные временные характеристики, и выступающих детерминантами формирования хронотипа как двойственного по своему происхождению феномена.

Источники и литература

- 1) Борисенков М.Ф. Хронотип человека на севере // Физиология человека. 2010. Т. 36, № 3. С. 117-122.
- 2) Ключко В.Е., Краснорядцева О.М., Хван Н.В. Индивидуально-психологические характеристики двух типов хронотопической организации жизненного мира человека. Вестник Кемеровского государственного университета. 2015. № 3 (3), С. 148-154.
- 3) Логинова И.О. Хронотопические характеристики жизненного самоосуществления человека. Мир науки, культуры, образования. 2009. № 7-2, С. 98-103.
- 4) Яницкий М.С., Серый А.В., Балабащук Р.О. Хронотопические характеристики образа мира студентов вуза // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. Материалы II Международной научно-практической конференции. 10–11 октября 2019 г. Выпуск 2. СПб., 2019.
- 5) Яницкий М.С., Серый А.В., Проконич О.А. Особенности временной перспективы личности представителей различных ценностных типов массового сознания // Вестник КРАУНЦ. (Серия: Гуманитарные науки). 2012. № 2(20), С. 175-180.
- 6) Borisenkov, M.F., Tserne, T.A., Panev, A.S. et al. Seven-year survey of sleep timing in Russian children and adolescents: chronic 1-h forward transition of social clock is associated with increased social jetlag and winter pattern of mood seasonality // Biological Rhythm Research. 2017. V. 48, № 1. P. 3-12.