

Секция «28.13 Психология и культура: ценностно-смысловые аспекты»

**Особенности восприятия времени в трудной жизненной ситуации  
респондентами с различным типом ориентации в трудно ситуации**

**Научный руководитель – Битюцкая Екатерина Владиславовна**

***Щенникова Елизавета Евгеньевна***

*Аспирант*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет  
психологии, Кафедра общей психологии, Москва, Россия

*E-mail: hypnoliza@yandex.ru*

Время занимает важное место в исследованиях субъективного опыта личности. В отечественной психологии время рассматривается как отражение системы временных отношений жизненного пути человека и включает переживание длительности, последовательности и темпа событий (Головаха, Кроник, 1984; Абульханова-Славская, Березина, 2001). Психологическое время является значимым компонентом субъективной организации жизненного опыта и связано с осмыслением происходящих событий.

В исследованиях совладающего поведения временной фактор чаще рассматривается как внешнее условие деятельности (например, дефицит времени или дедлайны), тогда как его роль в структуре субъективного восприятия трудной жизненной ситуации (ТЖС) изучена недостаточно (Щенникова, 2025). В рамках деятельностного подхода ТЖС понимается как субъективно значимая ситуация, требующая повышенных затрат ресурсов и усилий для ее преодоления (Битюцкая, 2007). При этом время может выступать одним из факторов, влияющих на переживание трудности ситуации.

Цель исследования - выявить особенности восприятия времени в описаниях трудных жизненных ситуаций.

В исследовании приняли участие 500 человек. В зависимости от результатов опросника «Типы ориентаций в трудной ситуации» (ТОРС) (Битюцкая, Корнеев, 2020) участники были распределены на пять групп: драйвовый тип (n=43), максимальный (n=66), оптимальный (n=99), амбивалентный (n=246) и отстраненный тип (n=46).

Для получения описаний актуальной ТЖС использовалась методика структурированного описания ситуации (Битюцкая, Кунашенко, 2024). Вопросы методики не содержали прямых указаний на временные характеристики ситуации. На основе пилотного исследования была разработана кодировочная инструкция, включающая 8 категорий контекстов времени (временная перспектива, структура времени, оценки времени, управление временем, количество времени и др.). Далее был проведен контент-анализ описаний ТЖС и подсчет частот.

В результате анализа было обнаружено 2801 упоминание контекстов времени. Наиболее распространенными категориями оказались временная перспектива, оценки времени и структура времени.

Показано, что профиль упоминаний времени различается в зависимости от типа ориентации в трудной ситуации. **Драйвовый тип** чаще обращается к временной перспективе, прежде всего к настоящему и будущему, а также описывает ритм жизни и регулярные действия. **Максимальный тип** чаще других говорит об управлении временем, о дефиците времени и сроках, что отражает восприятие времени как ресурса. **Оптимальный тип** чаще описывает структуру времени и своевременность выполнения действий. **Амбивалентный тип** характеризуется разнообразием временных контекстов, связанных с повторяемостью событий и ритмом жизни. **Отстраненный тип** чаще обращается к прошлому и оценивает частоту событий, при этом редко упоминается дефицит времени и способы управления временем.

Полученные результаты позволяют рассматривать время как один из компонентов трудной жизненной ситуации. Различия между типами ориентации показывают, что временные характеристики по-разному включаются в описание ситуации и могут отражать особенности восприятия трудности и связанные с ними стратегии совладания.

### Источники и литература

- 1) Абульханова-Славская К. А., Березина Т. Н. Время личности и время жизни. – 2001.
- 2) Битюцкая Е. В. Трудная жизненная ситуация: критерии когнитивного оценивания // Психологическая наука и образование. – 2007. – Т. 12, № 4. – С. 87–93.
- 3) Битюцкая Е. В., Корнеев А. А. Диагностика восприятия жизненных трудностей: ситуационный опросник «Типы ориентаций в трудной ситуации» // Российский социально-гуманитарный журнал. – 2020. – № 4. – С. 141–163.
- 4) Битюцкая Е. В., Кунашенко М. И. Стремление к трудности как тип восприятия жизненных ситуаций // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2024. – № 1. – С. 56–87.
- 5) Головаха Е. А., Кроник А. А. Психологическое время личности. — Киев, 1984.
- 6) Щенникова Е. Е. Копинг в контексте дефицита времени: систематический обзор современных направлений на материале статей баз Scopus и PubMed за 2015–2025 годы // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2025. – Т. 22. – № 4. – С. 753–767.