

Роль временной перспективы в профессиональном самоопределении студентов

Егоренко Т.А.,

кандидат психологических наук, доцент, ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия,
egorenkota@mgppu.ru

Родина Е.М.,

аспирант ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия,
em-rodina@mail.ru

В статье рассматриваются особенности временной перспективы на одном из этапов профессионального самоопределения — в период обучения в вузе. Приведены результаты исследований зарубежных авторов по теме временной перспективы будущего, ориентации на будущее, сбалансированной временной перспективы, а также их взаимосвязи с мотивацией, академической успешностью, внутриличностными характеристиками.

Ключевые слова: временная перспектива будущего, профессионально-личностное развитие, профессиональное самоопределение студентов.

Для цитаты:

Егоренко Т.А., Родина Е.М. Роль временной перспективы в профессиональном самоопределении студентов [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2015. Том 4. № 4. С. 11—15. doi: 10.17759/jmfp.2015040402

For citation:

Egorenko T.A., Rodina E.M. The role of time perspective in professional self-determination of students [Elektronnyi resurs]. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 2015, vol. 4, no. 4, pp. 11—15. doi: 10.17759/jmfp.2015040402 (In Russ., Abstr. in Engl.).

Сложно переоценить роль времени в нашей жизни. Но еще важнее наше восприятие прошлого, настоящего, будущего и ощущение субъективного времени. Зарубежные исследователи, описывая данное проблемное поле, чаще всего используют понятия временной перспективы и временной ориентации.

Временную перспективу можно определить как совокупность представлений о прошлом, настоящем и будущем, событий и объектов наполняющих их, а также эмоционально-ценностное отношение к ним и их представленность в субъективном семантическом пространстве индивида.

По мнению Nutten J. временная перспектива характеризуется рядом параметров:

- 1) протяженность (глубина);
- 2) насыщенность распределения объектов в различные периоды (прошлого и будущего);
- 3) структурированность этих объектов (наличие или отсутствие связей между объектами или группами объектов);
- 4) яркость и реалистичность восприятия объектов субъектом как функция их удаленности во времени [1].

Протяженность и глубина временной перспективы связаны с выработкой поведенческих планов и проектов: субъект, смотрящий далеко вперед и создающий долговременные проекты, способен найти больше средств и путей для их реализации.

Концепция временной ориентации в большей мере связана с доминированием одного периода. В своем исследовании Lens W., Paixão M.P., Herrera D., Grobler A. определили, что для некоторых людей их прошлое является наиболее важной частью жизненного простран-

ства, то есть они ориентированы на прошлое. Они определяют себя в терминах того, кем они были и что они сделали в прошлом. Для других людей важно быть здесь и сейчас: они ориентированы на настоящее. Их прошлое и будущее является относительно малой частью их текущего жизненного пространства. Люди, ориентированные на будущее, живут в настоящем, но настоящее воспринимается ими как инструмент будущего. Будущее является местом, где случаются и реализуются события. Большинство людей интегрируют прошлое, настоящее и будущее в своем текущем жизненном пространстве, но, тем не менее, можно наблюдать доминирование одной из областей [4].

Проблема формирования временной перспективы становится особенно актуальной начиная с подросткового возраста, когда происходят процессы профессионального выбора и самоопределения, а также во время обучения в вузе, когда намечаются дальнейшие пути профессионально-личностного саморазвития.

Студентам необходима способность предвидеть препятствия, которые могут помешать реализации поставленных целей, и способность предвосхищать долговременные последствия каждого решения с целью уменьшения нежелательных результатов.

Торе и Liberman в своей теории временного конструирования предполагают, что принятие решения основывается на том, как индивид когнитивно представляет и конструирует предстоящие события в зависимости от воспринимаемой отдаленности во времени этих событий по отношению к воспринимаемому настоящему [13].

Чем ближе во времени воспринимается предстоящее событие, тем больше вероятность, что индивид

будет принимать во внимание многочисленные конкретные особенности проблемы (что определяется как низкий уровень конструирования) в противоположность абстрактным потенциальным препятствиям (определяется как высокий уровень конструирования).

Чем более отдаленно во времени воспринимается предстоящее событие, тем больше индивид склонен думать несколькими широкими абстрактными обобщениями, которые выражают суть проблемы. Например, когда студент планирует подготовиться к предстоящему экзамену, который состоится завтра (почти наступившее настоящее), скорее всего он будет принимать во внимание время, которое нужно затратить, чтобы добраться до университета и другие конкретные факторы, влияющие на ситуацию.

Однако, когда тот же самый студент планирует подготовиться к экзамену в воспринимаемом будущем (например, через две недели), он не будет учитывать эти конкретные факторы. Напротив, он скорее будет планировать свое время в абстрактных терминах, например, «Я посвящу столько-то часов в день на подготовку».

В исследовании Ferragí L. было показано, что существует значимая взаимосвязь между временной перспективой и неопределенностью профессионального выбора. Подростки со структурированной концепцией времени действуют уверенно и осознанно по отношению к будущему и более активно вовлечены в профессиональное самоопределение [12].

Временная перспектива будущего

Существует ряд исследований, посвященных изучению именно временной перспективы будущего, которая обладает мотивационной функцией по отношению к настоящему.

Так, в исследовании Nuttin J., Lens W. временная перспектива будущего описывает области воображаемого будущего: степень, в которой человек связан со своим будущим, скорость, с которой воображаемые события движутся навстречу человеку в его восприятии, и насколько далеко в будущее направлены мысли человека [7].

Pichayayothin N.B. считает, что временная перспектива будущего по сравнению с прошлым и настоящим играет ключевую роль именно в молодом возрасте. Мышление студентов ориентировано на будущее и связано с достижением учебных целей, своевременностью выполнения задач. При этом молодые люди уделяют внимание ближайшему будущему больше, чем отдаленному. Также было выявлено, что молодежь в отличие от пожилых людей оценивают свое будущее более позитивно [8].

Kauffman D.F., Nusman J. утверждают, что временная перспектива будущего играет важную роль в учебной мотивации: долговременные учебные цели мотивируют студентов к ежедневным занятиям. Чем дальше простирается временная перспектива, тем большее количество учебных целей встречается [5].

Lens W., Paixão M.P., Herrera D., Grobler A. рассматривают временную перспективу будущего как когнитивно-мотивационную характеристику личности, являющуюся результатом установленных целей и имеющую мотивационные следствия [4]. Временная перспектива будущего является предвосхищением в настоящем целей ближайшего или отдаленного будущего. Люди с длинной временной перспективой будущего воспринимают временные интервалы в будущем как более короткие по длительности; они в целом более мотивированы, потому что легче предвосхищают последствия поведения в настоящем, а побудительная сила отложенных целей будет тем сильнее, чем длиннее временная перспектива будущего.

В исследованиях Lens W., Paixão M.P., Herrera D., Grobler A. временная перспектива будущего также связана с успеваемостью в вузе. Студенты с высокой успеваемостью демонстрируют насыщенную временную перспективу будущего [4].

По мнению Nutten J. студенты с мотивацией достижения, рассматривающие учебу как инструмент для будущей карьеры, имеют более высокую учебную мотивацию, чем студенты, не видящие этой инструментальной связи. Он объясняет этот факт наличием темпоральной интеграции во временной перспективе, когда будущая профессиональная деятельность видится как активное продолжение прошлого и настоящего обучения. При этом, как только субъект начинает двигаться к достижению отдаленной цели, между целью и текущей активностью устанавливаются каузальные связи, образуется структура «средство-цель», и целевой объект становится более реальным. Можно сказать, что субъект с высокой степенью такой временной интеграции обладает временной компетентностью [1].

Данная концепция подтверждается исследованием Suleyman A., где было показано, что студенты с высоким уровнем временной перспективы будущего, устанавливающие отдаленные цели для себя, создают взаимосвязь между этими целями и своими действиями в настоящем, они способны сопротивляться внешним отвлечениям и раздражителям, более легко фокусируются на цели в настоящем. Также они уделяют больше внимания академическим заданиям, самостоятельной работе и подготовке к экзаменам. Таким образом, существует значимая связь между временной перспективой будущего и ориентацией на внутренние и внешние цели и самоэффективностью [11].

Поэтому студент, воспринимающий учебу как инструмент для будущей карьеры, имеет реалистическую перспективу будущего и обладает темпоральной интеграцией и компетентностью.

Ориентация на будущее

Другое понятие, используемое для исследования сферы будущего, относится к временной ориентации. Под временной ориентацией на будущее понимается отображение того, как человек воспринимает свое будущее, как оно представлено в сознании и самоотчетах.

Как и автобиография, она рассказывает личную историю жизни, состоящую из тех областей жизни, которые считаются важными и наполняют смыслом жизнь.

Ориентация на будущее представляет собой модель будущего человека, которая обеспечивает основание для постановки целей, планирования, изучения вариантов и принятию обязательств, и, следовательно, направляет личное развитие человека.

Lens W., Paixão M.P., Herrera D., Grobler A. установили, что студенты, ориентированные на будущее, используют более эффективную стратегию саморегуляции в обучении, лучше планируют свое учебное время, чаще обладают карьерной зрелостью (карьерное планирование, принятие решений). Ими также было выявлено, что студенты, которые в большей степени ориентированы на отдаленное будущее, имеют больше целей, связанных с самореализацией, саморазвитием; а студенты, ориентированные на ближайшее будущее, в большей степени указывают цели, связанные с материальными благами и свободным времяпрепровождением [4].

В исследовании Seginer R., проведенном на подростках разных национальностей, было показано, что в конструировании своего будущего субъекты используют общий набор предполагаемых сфер будущего, среди которых основными являются обучение, карьера и семья [9]. Эти сферы будущей жизни отнесены к двум категориям: 1) Предполагаемый курс жизни (Prospective Life Course) — образование, карьера, семья; 2) Существование (Exist) — сюда относится все, что касается собственной личности, а также отдых, взаимоотношения с другими, коллективные вопросы. Эти две категории выполняют разные функции в развитии человека. Первая категория характеризуется ориентированностью на задачи, направленностью на развитие, а вторая характеризуется необычными переживаниями, состояниями и эмоциями, недостатком целеустремленности.

Seginer R. в своем исследовании взаимосвязи ориентации на будущее и внутриличностных характеристик показал, что категория «Предполагаемый курс жизни» положительно, а категория «Существование» отрицательно связана с самооценкой, концепцией себя, академическим оптимизмом [9].

Основываясь на своих исследованиях, Seginer R. предлагает трехкомпонентную модель ориентации на будущее, которая является общей и иерархической. Мотивационный компонент состоит из четырех переменных: 1) ценность предполагаемой жизненной сферы; 2) ожидание (субъективная вероятность) осуществления планов; 3) приписывание (атрибуция) убеждений внутреннего контроля (способности и усилия) по отношению к осуществлению планов; 4) позитивное влияние на связанные с этой сферой вопросы. Когнитивный компонент состоит из сферы представлений в терминах надежды и страхов. Поведенческий компонент состоит из двух переменных: исследование вариантов будущего с помощью консультации, сбора

информации, проверки ее на пригодность, и следование выбранному варианту [9].

Таким образом, степень, в которой субъект может ментально путешествовать во времени и то, как он воспринимает свое будущее, является одним из факторов, влияющих на мотивацию и поведение человека в настоящем.

Сбалансированная временная перспектива

Еще одним понятием, которое изучается в рамках данной темы, является понятие сбалансированной временной перспективы, под которым понимается оптимальный способ восприятия времени, заключающийся в сочетании ориентации на будущее с позитивным отношением к прошлому и гедонистическим отношением к настоящему.

Согласно последним исследованиям сбалансированная временная перспектива характеризуется высоким уровнем психологического благополучия (Osin E.N., Orel E.A.) в данное понятие обычно включают: позитивные эмоции, удовлетворенность жизнью, субъективное счастье, удовлетворенность временем, осмысленность жизни, оптимизм, самоэффективность [2], (Pichayayothin N.B.) высоким уровнем адаптивности и гибкости в разных жизненных ситуациях [8], (Syrcova A., Mitina O.V.) умеренной ориентацией на будущее, средней ориентацией на гедонистическое настоящее [3], (McElheran J.) высоким уровнем самоактуализации, при этом позитивное прошлое преобладает над негативным прошлым [6]. Для сбалансированной временной перспективы по мнению Syrcova A., Mitina O.V. также характерно наличие жизненных целей, чувство осмысленности существования, ощущение ценности жизненного опыта, активное участие в событиях, происходящих в их жизни [3].

В исследовании Shirai T., Nakamura T., Katsuma K. показано, что сбалансированная временная ориентация ведет субъектов к восприятию себя как агентов по планированию жизненных событий и связыванию будущего с настоящим в одно непрерывное целое. Это является основанием для постановки целей в будущем и управления предстоящими жизненными событиями [10].

Таким образом, мы видим, что тематика временной перспективы и временной ориентации является актуальной сферой исследования многих зарубежных авторов. Данное психологическое образование играет важную роль на этапе обучения студентов вузе, выполняет мотивационную функцию по отношению к настоящему, позволяет планировать свое профессионально-личностное развитие, а также способствует более структурированной организации времени. В настоящее время существует потребность в формировании у студентов таких компетенций, которые позволят субъекту уже на этапе обучения самостоятельно планировать, управлять и реализовывать свой профессиональный путь. А целенаправленное выстраивание временной перспективы, формирование его оптимального типа может способствовать данному процессу.

ЛИТЕРАТУРА

1. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. М.: Смысл. 2004. 608 с.
2. Осин Е.Н., Орел Е.А. Возрастная динамика временной перспективы (на материале российских женщин) [Электронный ресурс]: // Перспективные направления психологической науки: Сборник научных статей. Выпуск 2 / Отв. ред. А.К. Болотова. Москва: НИУ Высшая школа экономики, 2012. С. 85—103. URL: http://lia.hse.ru/data/2012/10/14/1247120570/85_.pdf (дата обращения: 15.12.2015).
3. Сырцова А., Митина О.В. Возрастная динамика временных ориентаций личности // Вопросы психологии. 2008. № 2. С. 41—54.
4. Future time perspective as a motivational variable: Content and extension of future goals affect the Quantity and quality of motivation / Lens W., [et al.] // Japanese Psychological Research. Special issue: Time perspective study now. 2012. Vol. 54. № 3. P. 321—333. doi: 10.1111/j.1468-5884.2012.00520.x
5. Kauffman D.F., Husman J. Effects of time perspective on student motivation: Introduction to a special issue // Educational Psychology Review. 2014. Vol. 16. № 1. P. 1—7. doi: 10.1023/B:EDPR.0000012342.37854.58
6. McElheran J.J.N. Time perspective, well-being, and hope [Электронный ресурс] / University of Alberta (Canada) // ProQuest Dissertations & Theses Global. 2012. 106 p. URL: <http://search.proquest.com/docview/1216538769?accountid=35419> (дата обращения: 15.12.2015).
7. Nuttin J., Lens W. Future time perspective and motivation: Theory and research method. Mahwah, NJ: Erlbaum Hillsdale, 1985. 236 p.
8. Pichayayothin N.B. Investigating Balanced Time Perspective in Adults across the Life Span [Электронный ресурс] / West Virginia university // ProQuest Dissertations & Theses Global. Morgantown, 2014. 115 p. URL: <http://search.proquest.com/docview/1652478548?accountid=35419> (дата обращения: 15.12.2015).
9. Seginer R. Adolescent Future Orientation [Электронный ресурс]: An Integrated Cultural and Ecological Perspective. Online Readings in Psychology and Culture. 2003. Vol. 6, № 1, art. 5. URL: <http://scholarworks.gvsu.edu/orpc/vol6/iss1/5/> (дата обращения: 15.12.2015). doi: 10.9707/2307-0919.1056
10. Shirai T., Nakamura T., Katsuma K. Time orientation and identity formation: Long-term longitudinal dynamics in emerging adulthood // Japanese Psychological Research. Special issue: Time perspective study now. 2012. Vol. 54. № 3. P. 274—284. doi: 10.1111/j.1468-5884.2012.00528.x
11. Suleyman A. Relations Between Self Regulation, Future Time Perspective and the delay of gratification in university students // Education. 2013. Vol. 133. № 4. P. 525—537.
12. Time perspective and indecision in young and older adolescents / Ferrari L. [et al.] // British Journal of Guidance & Counselling. 2010. Vol. 38. №1. P. 61—82. doi: 10.1080/03069880903408612
13. Trope Y., Liberman N. Temporal construal // Psychological Review. 2003. Vol. 110. № 3. P. 403—421. doi: 10.1037/0033-295X.110.3.403

The role of time perspective in professional self-determination of students

Egorenko T.A.,

*candidate of psychological sciences, associate professor, Moscow State University of Psychology and Education,
Moscow, Russia,
egorenkota@mgppu.ru*

Rodina E.M.,

*post-graduate student of the Faculty of Educational Psychology of Moscow State University of Psychology and Education,
Moscow, Russia,
em-rodina@mail.ru*

The article discusses the peculiarities of time perspective in university students at one of the stages of their professional self-identification and presents the results of studies by foreign authors on the subject of future time perspective, commitment to future, balanced time perspective and the way they relate to students' motivation, academic achievements, intrapersonal characteristics.

Keywords: future time perspective, professional and personal development, professional self-determination of students.

REFERENCES

1. Nutten J. Motivacija, dejstvie i perspektiva budushhego [Motivation, action and future prospect]. Moscow: Smysl. 2004. 608 p. (In Russ.).
2. Osin E.N., Orel E.A. Vozrastnaya dinamika vremennoi perspektivy (na materiale rossiiskikh zhenshchin) [Elektronnyi resurs] [Age dynamics of temporal perspective (based on Russian women)]. *Perspektivnye napravleniya psikhologicheskoi nauki [Promising areas of psychological science]: Sbornik nauchnykh statei. vol. 2* A.K. Bolotova, ed. Moscow: NIU Vysshaya shkola ekonomiki, 2012, pp. 85—103. URL: http://lia.hse.ru/data/2012/10/14/1247120570/85_.pdf (data obrashcheniya: 15.12.2015). (In Russ.).
3. Syrtsova A., Mitina O.V. Vozrastnaya dinamika vremennykh orientacij lichnosti [Developmental dynamics of temporal orientations of personality]. *Voprosy psihologii*, 2008, no. 2, pp. 41—54. (In Russ., Abstr. in Engl.).
4. Future time perspective as a motivational variable: Content and extension of future goals affect the Quantity and quality of motivation. Lens W. [et al.]. *Japanese Psychological Research. Special issue: Time perspective study now*, 2012, vol. 54, no.3, pp. 321—333. doi: 10.1111/j.1468-5884.2012.00520.x
5. Kauffman D.F., Husman J. Effects of time perspective on student motivation: Introduction to a special issue. *Educational Psychology Review*, 2014, vol. 16, no. 1. pp. 1—7. doi: 10.1023/B:EDPR.0000012342.37854.58
6. McElheran J.J.N. Time perspective, well-being, and hope [Electronic resource]. University of Alberta (Canada). *ProQuest Dissertations & Theses Global*. 2012. 106 p. Available at: <http://search.proquest.com/docview/1216538769?accountid=35419> (Accessed: 15.08.2015).
7. Nuttin J., Lens W. Future time perspective and motivation: Theory and research method. Mahwah, NJ: Erlbaum Hillsdale, 1985. 236 p.
8. Pichayayothin N.B. Investigating Balanced Time Perspective in Adults across the Life Span [Electronic resource]. West Virginia University. *ProQuest Dissertations & Theses Global. Morgantown*, 2014. 115 p. Available at: <http://search.proquest.com/docview/1652478548?accountid=35419> (Accessed: 15.12.2015).
9. Seginer R. Adolescent Future Orientation [Electronic resource]: An Integrated Cultural and Ecological Perspective. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2003, vol. 6, no. 1, art. 5. Available at: <http://scholarworks.gvsu.edu/orpc/vol6/iss1/5/> (Accessed: 15.12.2015). doi: 10.9707/2307-0919.1056
10. Shirai T., Nakamura T., Katsuma K. Time orientation and identity formation: Long-term longitudinal dynamics in emerging adulthood. *Japanese Psychological Research. Special issue: Time perspective study now*, 2012, vol. 54, no. 3, pp. 274—284. doi: 10.1111/j.1468-5884.2012.00528.x
11. Suleyman A. Relations Between Self Regulation, Future Time Perspective and the delay of gratification in university students. *Education*, 2013, vol. 133, no. 4, pp. 525—537.
12. Time perspective and indecision in young and older adolescents. Ferrari L., [et al.]. *British Journal of Guidance & Counselling*, 2010, vol. 38, no.1, pp. 61—82. doi: 10.1080/03069880903408612
13. Trope Y., Liberman, N. Temporal construal. *Psychological Review*, 2003, vol. 110, no 3. pp. 403—421. doi: 10.1037/0033-295X.110.3.403