

Секция «Психология кризисных и экстремальных ситуаций»

Субъективное переживание времени в процессе адаптации к условиям частичной сенсорной депривации

Пульцина Кристина Игоревна

Аспирант

Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена,

Санкт-Петербург, Россия

E-mail: lewiscarroll65@gmail.com

Особенности субъективного восприятия отдельных характеристик времени и временных интервалов играют важную роль в конструировании образа окружающей действительности. Субъективная оценка времени и временная направленность лежат в основе процессов адаптации к меняющимся и кризисным условиям, выступая в качестве системообразующего фактора. Для возникновения ощущения искаженности субъективного времени необходимо исчезновение влияния внешних факторов и привычных «ритмоводителей», что традиционно происходит в экстремальных условиях. Экстремальность, нарушая привычные паттерны поведения, приводит к дезорганизации психологического опыта, что не может не сказываться на субъективной оценке времени. Настоящая работа представляет анализ результатов исследования динамики трансформации субъективной оценки времени в процессе адаптации к условиям частичной сенсорной депривации (дефицит сенсорной информации и социальных контактов со значимыми Другими, гиподинамия, монотония). Исследование осуществлялось в рамках 60-суточной групповой изоляции. В качестве объектов исследования выступали шесть мужчин (25-51 год). В качестве метода исследования субъективного восприятия времени был использован «Семантический дифференциал времени» [2]. Для описания динамики адаптационного процесса использовался коэффициент стабильности системы [1]. Расчет коэффициента стабильности осуществлялся на основании данных следующих методик: время простой сенсомоторной реакции и время сложной сенсомоторной реакции выбора, шкала тревоги Тейлора, шкала астенического состояния. Статистический анализ данных осуществлялся посредством процедуры множественной регрессии, аппроксимация эмпирических точек производилась полиномиальной регрессией. В ходе факторного анализа семантического дифференциала времени было установлено, что полученные данные описываются двумя факторами. Первый фактор включает оценку динамики времени. Второй фактор включает конструкты, характеризующие структуру и ощущаемость времени. Третий фактор - эмоциональная оценка времени. Интенсивность изменений в семантике времени оценивалась путем вычисления расстояний Пифагора. На рисунке далее представлена аппроксимированная функция ($R^2=0,88$; p убывания функции= $0,003$, p возрастания функции= $0,005$) описывающая интенсивность изменений в семантике времени в процессе 60-суточной изоляции, где 0-1-это изменение между фоновыми данными и первой неделей испытаний, а 7-8 – соответствуют разнице между последней неделей и 4 днем после окончания эксперимента (см.Рис.1). Характер адаптационного процесса описывается функцией коэффициента стабильности и изображен на Рис.2 ($R^2=0,80$, p убывания функции= $0,04$, p возрастания функции= $0,003$). Инвариантность в динамике адаптационного процесса и субъективных оценок качеств переживаемого времени наиболее выражена на первом экспериментальном этапе. Несмотря на наблюдающиеся колебание на конечном этапе эксперимента их интенсивность значительно слабее, чем изменения стабильности системы. На фоновом этапе исследования время воспринимается испытуемыми как динамичное, изменчивое, неоощуемое и структурированное, на эмоциональном уровне описываемое через конструкты спокойствия и расслабленности. Фаза начала испытаний (0-1), характеризуется наиболее интенсивными изменениями субъективных значений. Время становится ощущаемым, пустым, застывшим, тусклым. На

эмоциональном уровне оценивается негативно, как печальное и пустое. В общей динамике адаптации данный этап так же характеризуется наибольшими изменениями, нарастает уровень активации, что отражается в снижении времени простой сенсомоторной реакции, повышении уровня тревоги. Основная характеристика данного этапа - это рост поисковой активности, поиск новых паттернов поведения. Время на данном на этапе теряет свою структурированность и привычный ритм. На этапе четвертой, пятой неделе можно наблюдать постепенное снижение общей дестабилизации. На уровне восприятия времени субъектом стабилизация происходит несколько раньше (третья-четвертая неделя испытаний), что следует из равных расстояний в семантическом пространстве. В субъективном плане это манифестирует через изменение эмоциональной оценки в сторону нейтральной, возвращением структурированности и последовательности времени. Исследование подтверждает предположение об адаптивной функции времени в переживании субъектом экстремальных и непривычных условий существования. Погружение в новые условия обитания сопряжено с невозможностью реализовывать привычные формы реагирования, что сопряжено с потерей структурности и ритмичности, переживанием длительности происходящего.

Источники и литература

- 1) Алехин А.Н., Дубинина Е.А. Этапы психической адаптации человека к экстремальным условиям профессиональной деятельности//Психология психических состояний.- Вып.9. – 2014. С. 404 – 428.
- 2) Вассерман Л.И., Кузнецов О.Н., Ташлыков В.А., Тейверлаур М., Червинская, К.Р., Щелкова О.Ю. Семантический дифференциал времени как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах. Пособие для психологов и врачей. СПб., 2005.

Иллюстрации

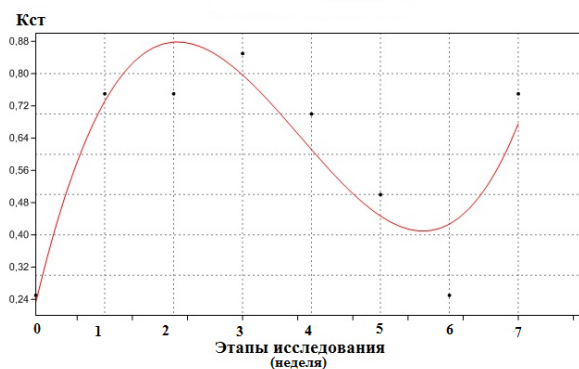


Рис. 1. Динамика коэффициента стабильности в ходе эксперимента.

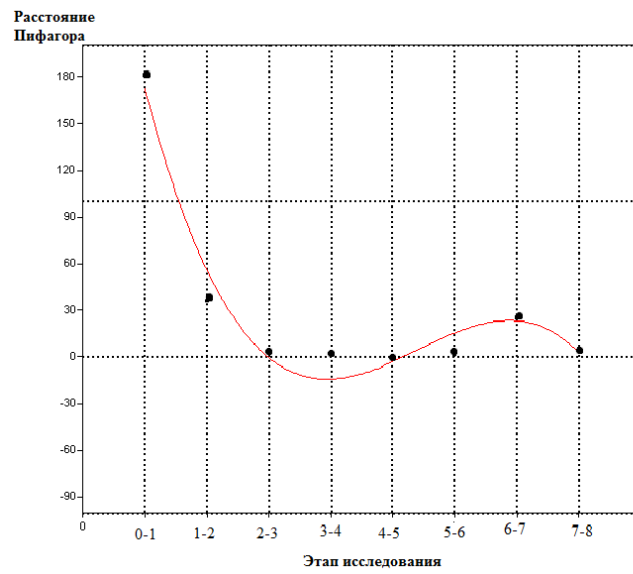


Рис. 2. Динамика изменений расстояния Пифагора в семантическом пространстве оценок времени на различных этапах эксперимента.