**Новрузова А.Е.**

**ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПРИЙНЯТТЯ ЧАСУ У ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК**

Взаємодія з часом – фундаментальна характеристика людського досвіду, як об’єктивного, так і суб’єктивного.

Психологічний час особистості є сполучною ланкою між усіма структурами реальності, пронизує всі сфери життєдіяльності людини, як зовнішні, так і внутрішні. Проблема сприйняття людиною часу є однією з найбільш цікавих і важливих в теоретичній та практичній фізіології. Тому дослідження особливостей сприйняття часу має важливе значення в сучасному світі.

Вперше питання «часової перспективи» розглянув К. Левін. Він визначив часову перспективу як сукупність поглядів індивіда на його психологічне майбутнє та психологічне минуле [1, с. 198].

Теоретико-методологічний аналіз змісту поняття «часова перспектива» у науковій літературі показав, що проблема сприйняття часу – фундаментальна характеристика людського досвіду, як об’єктивного, так і суб’єктивного. В нашій роботі ми спиралися на визначення часової перспективи, що дає Ф.Зімбардо: «Часова перспектива – це основний аспект у побудові психологічногочасу, яке виникає з когнітивних процесів поділяючи життєвийдосвід людини на часові рамки минулого, сьогодення та майбутнього» (Зимбардо Ф., 2010).

Досліджено психологічні особливості розвитку часової перспективи у жінок і чоловіків. Чоловіки та жінки молодшої вікової групи орієнтовані на сьогодення; жінки старшої вікової групи здебільшого живуть позитивним минулим; чоловіки старшої вікової групи орієнтовані на майбутнє. Це можна пояснити тим, що чоловікам властиві такі якості як сміливість, незалежність, сила, прагнення до влади та домінування, побудова стратегії досягнення успіху, її чітке й послідовне виконання, відкритість до нових ідей та досвіду. Жінкам властиві ніжність, залежність, мрійливість, емоційність, покірність та слабкість. Чоловіки та жінки обох вікових груп мають високий рівень цілеспрямованості та фіксації, що свідчить про наявність мети й високого рівня досягнення успіху, прагнення всіма можливими способами завершити розпочату справу. Жінки більш наполегливі, ніж чоловіки, що може охарактеризувати їх як вольових, організованих, здатних зусиллям волі структурувати свою поведінкову активність.

На підставі отриманих результатів дослідження були розроблені психологічні рекомендації у вигляді вправ, які допоможуть сформувати навички планування діяльності, бути наполегливим в досягненні мети, позитивно відноситися до життя та орієнтуватися на майбутнє.

**Література:**

1. Левін К. Визначення поняття «поле в даний момент» / К. Левін // Хрестоматія з історії психології: Період відкритої кризи. – М.: Вид-во МДУ, 1980. – С. 131-145.

Робота виконана під керівництвом доц. кафедри ПП, к.психол.н. Білоцерківської Ю.О.