

Леонов Николай Ильич

доктор психологических наук, профессор,
заведующий кафедрой социальной психологии
и конфликтологии
Удмуртского государственного университета

Кузьмина Ольга Викторовна

кандидат психологических наук, доцент,
заведующий кафедрой общей
и прикладной психологии
Уральского гуманитарного института

ПРОЯВЛЕНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ ВО ВРЕМЕНИ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

Аннотация:

В статье проведен анализ исследований, направленных на изучение психологического времени лиц, различно воспринимающих жизненную ситуацию. Обосновывается необходимость исследования временной компетентности в контексте личностно-ситуативного подхода. Представлены результаты эмпирического исследования проявления временной компетентности у лиц, по-разному преодолевающих трудные жизненные ситуации. Приводятся данные связей показателей компетентности во времени со способами преодоления трудных жизненных ситуаций. Результаты проведенного исследования уточняют и дополняют понимание роли временной компетентности в жизнедеятельности человека.

Ключевые слова:

трудная жизненная ситуация, способы преодоления трудностей в жизни, временная компетентность личности, отношение ко времени.

Leonov Nikolai Ilyich

D.Phil. in Psychology, Professor,
Head of Social Psychology
and Conflict Resolution Studies Department,
Udmurt State University

Kuzmina Olga Viktorovna

PhD in Psychology, Assistant Professor,
Head of General and Applied
Psychology Department,
Ural Institute for Humanities

MANIFESTATION OF TIME COMPETENCE IN DIFFICULT SITUATIONS

Summary:

The paper reviews the researches studying psychological time of people who perceive life situations differently. It explains the necessity to investigate the time competence in the context of person-situation approach. The authors present the results of the empirical study of the time competence manifestations of individuals overcoming difficult situations in different ways. The paper describes correlation between the time competence indicators and the ways of overcoming difficult situations. The results of the undertaken study improve and specify the understanding of what role the time competence play in a person's life.

Keywords:

difficult life situation, ways to overcome difficult life situations, time competence, attitude to time.

В настоящее время в психологии разрабатывается личностно-ситуационный подход к исследованию психических явлений, согласно которому поведение человека рассматривается как функция взаимодействия личности и ситуации. Н.В. Гришина отмечает, что именно ситуационные факторы способны детерминировать поведение человека [1]. Ситуация выступает сложным конструктом, «с помощью которого человек описывает субъективную личность и деятельностно опосредованную концептуализацию объективных взаимодействий себя со средой его жизнедеятельности» [2, с. 27]. Согласно Н.Г. Осуховой, ситуация – это система объективных и субъективных элементов, объединяющихся в жизнедеятельности субъекта в определенный период времени [3]. Это совокупность значимых для человека событий и связанных с ними потребностей, ценностей, влияющих на его поведение и мировоззрение в конкретный период жизни [4].

Личность, как отмечает с позиции онтологического подхода Н.И. Леонов, не просто реагирует на ситуацию, а определяет ее и себя в ней, тем самым конструирует свой социальный мир [5]. Ситуационные факторы, отражающиеся в сознании посредством когнитивных систем, имеют индивидуальные смыслы в сознании человека, на основании которых он и строит свое социальное поведение.

Поведение человека зависит не только от объективного, но и от субъективного аспекта ситуации, а также от того, как он сам определяет данную ситуацию. Ситуации имеют индивидуальные смыслы в сознании людей, на основании которых человек строит свое социальное поведение. Самоопределение в ситуации А.Н. Леонтьев, Ф.Е. Василюк связывают с переживанием. В их формулировке переживание ситуации понимается как внутреннее отношение человека к тому или иному моменту действительности. Восприятие, оценка и интерпретация любой ситуации получает для личности ту или иную значимость, эмоциональную оценку [6].

Трудные жизненные ситуации возникают в случае неуравновешенности в системе отношений личности и ее окружения или несоответствия между целями, стремлениями и возможностями их реализации. Психологическое содержание трудности ситуации, согласно В.В. Знакову, приобретает в результате того, как человек воспринимает, понимает и организует свое поведение [7]. Трудная жизненная ситуация объективно нарушает социальные связи человека с его окружением, условия нормальной жизнедеятельности, субъективно воспринимается как «сложная». В нашем исследовании акцент сделан на особенностях преодоления трудных жизненных ситуаций. Люди по-разному выходят из одной и той же ситуации. Одни приспосабливаются, не проявляя активности в преодолении трудностей, другие, наоборот, активно решают сложные, трудные задачи. Стратегии поведения, в зависимости от силы ситуации, обладают своей спецификой. Они могут быть осознанными и неосознанно выбранными, общими и ситуационно специфическими, адаптивными и дезадаптивными [8].

Психологи обнаружили, что в компетентном взаимодействии ведущую роль играет адекватное отражение наличной ситуации и применение тех стратегий поведения, которые в наибольшей мере соответствуют данной конкретной ситуации. Компетентность формируется в ходе освоения деятельности и определяет в сознании индивида психологическое содержание проблемных ситуаций и способов их решений. Временная компетентность проявляется в ситуациях и представляет собой интегральную характеристику личности, которая позволяет структурировать и связать в единое целое жизни события настоящего, прошлого, будущего, определить оптимальные для осуществления деятельности периоды времени. Компетентность во времени предполагает адекватное использование общественно-исторического и индивидуального личного опыта, соединение врожденного чувства времени (субъективный эталон времени) со знаниями конкретной ситуации [9].

Для того чтобы создать целостное представление о временной компетентности личности, представим ее в виде структурно-функциональной модели, разработанной нами в ранее проведенных исследованиях [10]. Функциональные компоненты выступают структурными единицами, посредством которых реализуются регулятивные функции. Компоненты предлагаемой нами модели раскрывают внутреннюю организацию процесса функционирования временной компетентности личности.

Структура временной компетентности может быть представлена пятью компонентами: ценностно-смысловым, мотивационным, познавательным, рефлексивным, операционально-технологическим. Ценностно-смысловой компонент временной компетентности раскрывается через отношение человека ко времени, осознание социальной значимости эффективной организации времени, личную ответственность за реализацию своего времени как ресурса. Мотивационный компонент включает в себя побуждения к организации времени жизни и деятельности через стремление реализовать свой потенциал в жизни. Познавательный компонент временной компетентности выражается в готовности и стремлении получать, перерабатывать информацию о способах организации времени и раскрывается через освоение технологий, приемов организации времени. Операционально-технологический компонент определяет степень и вид организации времени жизнедеятельности, проявляется в работоспособности, в умении действовать в режимах неопределенности, лимите и дефиците времени. Рефлексивный компонент раскрывает возможности человека предвидеть результаты действий и позволяет осуществлять контроль временных показателей в процессе собственной жизнедеятельности. Все компоненты взаимосвязаны между собой, дополняют друг друга и представляют собой системное образование.

В последние годы актуализируются эксперименты, ориентированные на анализ психологического времени с учетом переживания ситуаций. Так, при изучении переживания критических ситуаций Ф.Е. Василюк выделяет временную парадигму, сущность которой заключается в том, что переживания критической ситуации, существующие в психике человека в виде субъективного опыта, способны менять его отношение к настоящему, будущему и прошлому [11]. Анализируя переживания времени в кризисных ситуациях, А.К. Болотова отмечает, что жизненные кризисы не только изменяют привычную социальную обстановку человека, но и нарушают пространственно-временные параметры жизни, вызывая сужение временных перспектив [12]. Переживание критических ситуаций, согласно результатам исследования В.С. Хомика, может привести к дезактуализации настоящего при слабой связи прошлого и будущего [13]. С.В. Горбатов и Б.Д. Лысков в результате теоретического анализа временной перспективы пришли к выводу, что характер переживания критических ситуаций оказывает влияние на концепцию будущего [14]. Причинно-целевая концепция личности Е.А. Головахи и А.А. Кроника также затрагивает взаимосвязь содержания событий и отношения человека к прошлому, будущему, настоящему. Эмоционально окрашенное переживание события, входящее в субъективный опыт человека, способно включаться в настоящее и детерминировать жизненные планы, трансформируя при этом индивидуальную концепцию времени личности [15].

Обобщая вышесказанное, можно сделать вывод:

1. На сегодняшний день можно выделить лишь отдельные статьи, вскрывающие влияние образа проживаемой ситуации на восприятие времени как некой ценности, ресурса, данного человеку.

2. Проводимые в психологической науке исследования однонаправленно вскрывают связь сложности проживаемой ситуации с отношением ко времени, сводя анализ временных аспектов к изучению временной направленности на настоящее, прошлое, будущее.

Описание исследования

Проведенное нами эмпирическое исследование позволило изучить особенности компетентности во времени как интегральной характеристики личности, проявляющейся в ценностном отношении ко времени, в способности управлять собой в различных временных режимах, в рациональной организации и использовании времени при организации деятельности.

Целью данного исследования явилось:

1) выделение отличий в показателях временной компетентности у людей, различно преодолевающих трудные жизненные ситуации;

2) изучение взаимосвязи выраженности временной компетентности личности со способами преодоления трудных жизненных ситуаций.

В исследовании приняли участие 460 человек, которые, по результатам обследования субъективной оценки преодоления трудной жизненной ситуации, были разделены на две группы. Первую группу составили 285 человек. Данные люди имеют позитивный опыт выхода из трудных жизненных ситуаций. Переживание трудности способствовало формированию у них уверенности в себе, терпимости к окружающим, уверенности в своих силах. Во вторую группу вошли 175 человек, имеющих негативный опыт выхода из трудной жизненной ситуации. Данная категория людей утверждала, что до этого события они были более уверенными в себе, чем после. В процессе преодоления трудной ситуации они пришли к выводу, что в жизни ничего от них не зависит, мир жесток и нужно «бороться» за выживание.

Методики исследования

Психологическая диагностика осуществлялась с применением следующего инструментария. Способы преодоления трудных жизненных ситуаций измерялись с помощью анкеты выявления субъективной успешности преодоления трудных жизненных ситуаций, предложенной И.Е. Шумаковой.

Показатели временной компетентности личности определялись с помощью таких методик, как: «Семантический дифференциал времени (Л.И. Вассерман, О.Н. Кузнецов и др.), «Временная компетентность личности (О.В. Кузьмина), «Временная перспектива» (Зимбардо, адаптация А. Сырцова), «Ценность времени» (О.В. Кузьмина), «Тест смысложизненных ориентаций» (Д.А. Леонтьев), опросник «Диагностика самоорганизации личности» (Д. Ишков). Закрепление шкал диагностических методик за определенным компонентом временной компетентности осуществлялось с использованием факторного анализа в ранее проведенных исследованиях О.В. Кузьминой [16].

Математическая обработка данных осуществлялась с применением коэффициента корреляции Пирсона, t-критерия различий Стьюдента и использованием компьютерной программы SPSS STATISTICS 17.

Результаты исследования

При исследовании различий в выраженности показателей временной компетентности у людей с разной субъективной оценкой успешности преодоления трудностей были получены следующие результаты (таблица 1).

Испытуемые, у которых преобладает позитивный опыт преодоления трудных жизненных ситуаций, при сравнении с группой испытуемых, имеющих негативный опыт преодоления трудностей, в большей степени испытывают потребность выполнять работу оперативно и к заданному сроку, для них важна упорядоченность деятельности во времени, они стремятся контролировать сроки и процесс своей деятельности. В совместной работе они легче адаптируются к ритму и скорости работы другого человека. Свою деятельность они выстраивают с учетом прошлого опыта, минимально опираясь на интуицию.

Среди ценностей, которые характеризуют показатели отношения ко времени, для испытуемых, имеющих позитивный опыт выхода из трудных ситуаций (первая группа), срок, последовательность, величина, структурированность, ощущаемость значимы в большей степени, чем для испытуемых, оценивших свой опыт выхода из трудной жизненной ситуации как негативный (вторая группа). Люди первой группы в отличие от представителей второй отдают приоритеты той деятельности, где необходимы соблюдение сроков, оперативность, последовательность работы. Для них важно, чтобы время имело смысловую наполненность, прогнозируемость, структурированность, ощущение подконтрольности событий, логичности внутренней жизни.

Таблица 1 – Достоверность различий показателей временной компетентности у людей с разным опытом преодоления трудной жизненной ситуации

Показатели временной компетентности личности	Среднее значение временной компетентности у людей		t	p
	с позитивным опытом преодоления трудной жизненной ситуации	с негативным опытом преодоления трудной жизненной ситуации		
Потребность выполнения работы к сроку	35,82	33,42	3,259	0,001
Сохранение порядка	36,6	35,04	2,047	0,041
Контроль времени	31,94	30,1	2,507	0,013
Интуитивная организация времени	26,92	28,66	-2,645	0,008
Длительность	12,11	11,09	3,524	0,001
Синхронизация	16,28	14,99	3,306	0,001
Временной синтез	16,37	15,36	2,450	0,015
Срок	14,06	13,06	2,291	0,022
Последовательность	19,66	17,66	3,365	0,001
Величина	22,8	20,36	5,479	0,001
Структура	22,07	19,39	6,047	0,001
Ощущаемость	22,39	20,08	5,492	0,001
Позитивное прошлое	2,2	2,6	-4,531	0,001
Целеполагание	21,18	15,77	4,997	0,001
Анализ ситуации	17,09	14,86	1,972	0,049
Планирование	12,82	10,17	2,785	0,006
Самоконтроль	19,00	15,52	2,702	0,007
Смысложизненные ориентации	101,02	88,63	5,822	0,001
Цели	32,01	28,4	4,506	0,001
Процесс	29,48	26,51	4,435	0,001
Результат	25,00	21,55	5,758	0,001
Локус контроля – Я	21,31	18,54	5,969	0,001
Локус контроля – Жизнь	29,95	26,13	5,572	0,001
Ближайшее прошлое	6,21	7,07	-2,111	0,001

При организации деятельности люди с позитивным выходом из трудных ситуаций в большей степени, чем лица с негативным опытом преодоления трудностей, владеют навыками целеполагания и планирования. Свои планы они строят с учетом ситуации настоящего и будущего. Процесс жизни воспринимается ими как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Себя они оценивают как сильную личность, обладающую достаточной свободой выбора, способную принимать решения и воплощать их в жизнь.

При анализе временной перспективы можно отметить, что ближайшее прошлое людей, имеющих негативный опыт выхода из трудных ситуаций, более протяженно, чем у людей с позитивным опытом выхода из трудностей. Лица с негативным опытом преодоления сложных ситуаций чаще вспоминают о прошлом, прошлое для них эмоционально значимо, воспоминания о нем приносят положительные эмоции.

В результате анализа взаимосвязи временной компетентности личности с опытом преодоления трудных жизненных ситуаций были получены значимые прямые и обратные корреляционные связи (таблица 2).

Так, в ценностно-смысловом компоненте были выявлены следующие корреляционные взаимосвязи. Чем выше у испытуемых проявляется стремление упорядочить свою деятельность во времени ($r = 0,123$ при $p = 0,008$), чем больше они ценят последовательность ($r = 0,119$ при $p = 0,011$), изменчивость ($r = 0,110$ при $p = 0,017$) и реальность событий жизни ($r = 0,159$ при $p = 0,001$), тем выше вероятность позитивного преодоления трудных жизненных ситуаций и приобретения положительного опыта для развития личности.

Чем больше испытуемые ценят динамичность и скорость при работе ($r = -0,222$ при $p = 0,001$), определенность срока выполнения деятельности ($r = -0,117$ при $p = 0,011$), энергетическую наполненность психической жизни, яркость, эмоциональную и событийную насыщенность ситуаций ($r = -0,345$ при $p = 0,001$), структурированность времени ($r = -0,303$ при $p = 0,001$), тем ниже вероятность получения негативного опыта преодоления трудных жизненных ситуаций.

Таблица 2 – Значение корреляционных связей временной компетентности личности с опытом преодоления трудной жизненной ситуации

Компонент временной компетентности	Шкалы методик	Позитивный опыт преодоления трудной жизненной ситуации		Негативный опыт преодоления трудной жизненной ситуации	
		r	p	r	p
Ценностно-смысловой	Сохранение порядка	0,123*	0,008	-0,043	0,357
	Скорость	-0,005	0,92	-0,123	0,008
	Срок	0,07	0,13	-0,117	0,011
	Изменчивость	0,110	0,017	0,087	0,07
	Последовательность	0,119	0,011	-0,095	0,04
	Активность	0,062	0,179	-0,222	0,001
	Эмоциональность	0,002	0,966	-0,345	0,001
	Величина	0,059	0,204	-0,202	0,001
	Структура	-0,038	0,409	-0,303	0,001
	Ощущаемость	0,159	0,001	-0,168	0,001
	Цели жизни	0,157	0,001	-0,216	0,001
	Процесс жизни	0,187	0,001	0,175	0,001
	Общий показатель смысложизненных ориентаций	0,211	0,001	-0,245	0,001
	Мотивационный	Потребность выполнения работы к сроку	0,081	0,082	-0,147
Временной синтез		0,081	0,082	-0,113	0,015
Синхронизация		0,105	0,024	-0,073	0,118
Технологичность организации времени		0,110	0,018	0,03	0,521
Интуитивность организации времени		-0,003	0,947	0,191	0,001
Познавательный	Отдаленное будущее	0,05	0,332	-0,205	0,001
	Настоящее	-0,137	0,014	0,127	0,022
	Ближайшее прошлое	-0,009	0,807	0,132	0,017
	Результат жизни	0,146	0,002	-0,322	0,001
	Локус контроля – Я	0,251	0,001	-0,202	0,001
	Целеполагание	0,146	0,002	-0,235	0,001
	Планирование	0,076	0,10	-0,148	0,001
	Общая самоорганизация	0,131	0,005	-0,222	0,001
	Режим временного дефицита	0,019	0,69	0,149	0,001
	Отсутствие возможности самостоятельно организовывать свое время	0,227	0,011	0,143	0,091
Операционально-технологический	Координация своих усилий с коллегами	0,216	0,015	-0,155	0,084
	Контроль времени	0,181	0,001	0,014	0,758
	Самоконтроль	0,110	0,017	-0,140	0,003
	Анализ ситуации	0,066	0,158	-0,112	0,016
	Коррекция	0,116	0,012	-0,178	0,001
	Ограниченность времени	-0,138	0,011	0,066	0,226
	Будущее	0,045	0,336	-0,178	0,001
	Позитивное прошлое	-0,039	0,399	0,225	0,001
	Фаталистическое настоящее	0,014	0,756	-0,085	0,057
	Негативное прошлое	-0,056	0,227	0,260	0,001

* Примечание: жирным начертанием выделены значимые коэффициенты корреляции.

Также в ценностно-смысловом компоненте временной компетентности были выделены следующие корреляционные связи. Прямая корреляционная связь была обнаружена между шкалами временной компетентности «Цели жизни» ($r = 0,157$ при $p = 0,001$), «Процесс жизни» ($r = 0,187$ при $p = 0,001$), «Общий показатель смысложизненных ориентаций» ($r = 0,211$ при $p = 0,001$) со шкалой «Позитивный опыт преодоления трудной жизненной ситуации». Осознанность целей жизни, насыщенность и наполненность событий смысловым значением позволяют успешно для человека преодолевать трудности жизни. Смысловые оценки времени определяют поведение человека. Осознание своих целей, продуктивности пройденного отрезка жизни является признаком удовлетворенности настоящим. Ценности, проявляющиеся в упорядочивании, последовательности, изменчивости, структурированности своего личного времени, образуют основу целостной модели взаимодействия с окружающей действительностью, способствуют успешности преодоления трудных жизненных ситуаций.

В мотивационном компоненте временной компетентности личности были обнаружены три корреляционные связи. Шкала «Потребности выполнения работы к сроку», характеризующая временную компетентность личности, имеет обратную корреляционную связь со шкалой «Негативный опыт преодоления трудной жизненной ситуации» ($r = -0,147$ при $p = 0,001$). Шкала «Временной синтез» связана обратной корреляционной связью с негативным характером выхода из трудной ситуации ($r = -0,113$ при $p = 0,015$), а шкалы «Синхронизация» и «Позитивный опыт преодоления трудной жизненной ситуации» имеют прямую корреляционную связь ($r = 0,105$ при $p = 0,024$).

Мотивационный компонент временной компетентности позволяет определить силу побуждения к организации времени. Потребность во временной организации проявляется в желании ощущать самого себя источником собственной активности, быть организованным. Чем менее выражена у человека потребность в своевременности деятельности, в учете скоростных показателей сослуживцев при совместной работе, в выстраивании жизни с учетом прошлого опыта и будущих перспектив, тем более неуспешным будет выход из трудных ситуаций, могут возникнуть разочарование в окружающих, чувство одиночества, неуверенность в себе.

Несколько корреляционных связей имеется и в познавательном компоненте временной компетентности личности. Так, шкала «Технологичность организации времени» имеет прямую корреляционную связь со шкалой «Позитивный опыт преодоления трудной жизненной ситуации» ($r = 0,110$ при $p = 0,018$). Шкала «Интуитивность организации времени» также связана прямой корреляционной связью, но уже со шкалой «Негативный опыт преодоления трудной жизненной ситуации» ($r = 0,191$ при $p = 0,001$).

Протяженность настоящего и ближайшего будущего имеет прямую корреляционную связь с отрицательным опытом преодоления трудных ситуаций ($r = 0,127$ при $p = 0,022$). Шкала «Отдаленное будущее» связана отрицательной корреляционной связью со шкалой «Негативный опыт преодоления трудной жизненной ситуации» ($r = -0,205$ при $p = 0,001$). Шкалы «Результат жизни» ($r = 0,146$ при $p = 0,002$) и «Локус контроля – Я» ($r = 0,251$ при $p = 0,001$) имеют прямую корреляционную связь со шкалой «Позитивный опыт преодоления трудной жизненной ситуации» и обратную со шкалой «Негативный опыт преодоления трудной жизненной ситуации».

Уровень развития познавательного компонента временной компетентности отражает степень интереса к проблеме временной организации. Чем ниже готовность и стремление получать и перерабатывать информацию о способах организации времени, тем менее успешен опыт, получаемый при преодолении трудностей. Чем менее в сознании представлено будущее, осмыслено прошлое, тем более негативно люди оценивают свой опыт преодоления трудностей.

В операционально-технологическом компоненте временной компетентности можно выделить две группы корреляционных связей. Первая касается приемов самоорганизации, вторая – действий в различных режимах времени. Обратные корреляционные связи прослеживаются между шкалами «Негативный опыт преодоления трудной жизненной ситуации» и «Целеполагание» ($r = -0,235$ при $p = 0,001$), «Планирование» ($r = -0,148$ при $p = 0,001$), «Саморегуляция» ($r = -0,222$ при $p = 0,001$), со шкалой «Режим временного дефицита» имеется прямая корреляционная связь ($r = 0,149$ при $p = 0,001$).

Таким образом, чем точнее формулируются человеком цели жизни и выстраиваются планы, тем более позитивно он относится к жизненным трудностям. Чем более самостоятельно человек организует время и координирует свои действия с коллегами, тем более позитивно он переживает жизненные трудности. Чем чаще человек сталкивается с дефицитом времени, тем более негативно он оценивает трудности, возникающие в его жизни.

Рефлексивный компонент временной компетентности проявляется в аналитических и прогностических способностях. Он включает внутренние процессы осмысления и самоанализа, самооценку собственной деятельности и ее результатов; уточнение путей организации данной деятельности; оценку своей временной транспективы. Чем чаще испытуемые контролируют свое

время ($r = 0,181$ при $p = 0,001$) и осуществляют коррекционную работу ($r = 0,116$ при $p = 0,012$), тем более позитивно они оценивают опыт, полученный ими в результате решения трудной ситуации. Чем более ограничено воспринимается время жизни, тем более негативно люди относятся к трудностям ($r = -0,138$ при $p = 0,011$). Рефлексия личностью своего временного пространства и деятельности позволяет сформировать отношение ко времени. В результате работы над собой человек способен не только выработать новые способы поведения, но и изменить отношение к происходящей ситуации.

Заключение

Проведенный сравнительный анализ компонентов временной компетентности личности при преодолении трудных жизненных ситуаций позволил сделать несколько выводов:

1. Если человек ценит во времени его динамичность, наполненность, структурированность, упорядоченность, последовательность событий, то, вероятно, выход из трудных жизненных ситуаций принесет ему положительный опыт, проявляющийся в развитии внимательности, терпимости к окружающим, уверенности в своих силах, самостоятельности, в формировании прогностических способностей предвидения трудностей.

2. Если человек мотивирован на своевременность предоставления результатов работы, учет прошлого опыта, то уровень негативного отношения к трудной жизненной ситуации минимизируется. В процессе преодоления трудностей у человека не снижается уверенность в себе, не возникает разочарование в окружающих, чувство одиночества, депрессионное состояние.

3. Чем больше выражен интерес к освоению и использованию способов организации времени, тем более позитивно человек относится к трудностям в жизненных ситуациях. И наоборот, чем чаще испытуемые опираются на интуицию без учета приемов организации времени, тем менее успешно преодолевают трудности.

4. Чем короче по длительности воспринимается испытуемыми настоящее, тем более позитивно они оценивают свой опыт, получаемый при решении трудных жизненных ситуаций. Чем более продолжительно настоящее и прошлое, тем более негативно воспринимаются трудности. Чем более продуктивно испытуемые оценивают отрезки своего жизненного пути и воспринимают себя как сильную личность, тем более позитивно они относятся к трудностям в жизни.

Результаты проведенного исследования уточняют и дополняют понимание роли временной компетентности в жизнедеятельности человека. Ситуационно-личностный подход к исследованию проблемы времени позволил вскрыть конкретные взаимосвязи временной компетентности личности с опытом, получаемым в результате преодоления трудных жизненных ситуаций.

Ссылки:

1. Психология социальных ситуаций / сост. и общ. ред. Н.В. Гришиной. СПб., 2001.
2. Леонов Н.И., Главатских М.М. Психология социального мира. Ижевск, 2006.
3. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М., 2012.
4. Кузина И.Г. Теория социальной работы. Владивосток, 2006.
5. Леонов Н.И. Модель человека конструирующего // Социальный мир человека : материалы V Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием «Человек и мир: психология конфликта, неопределенности и риска инноваций», 17–19 апреля 2014 г., г. Ижевск / под ред. Н.И. Леонова. Ижевск, 2014. С. 12–14.
6. Водопьянова Е.Н. Психодиагностика стресса. СПб., 2009.
7. Знаков В.В. Психология человеческого бытия и трудные жизненные ситуации // Психология совладающего поведения : материалы Междунар. науч.-практ. конф. / отв. ред. Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. Кострома, 2007. С. 35–37.
8. Семенец О.В. Психологические детерминанты социальной интуиции личности в прогнозировании ситуаций : автореф. дис. ... канд психол. наук. Саратов, 2010.
9. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб., 2001.
10. Кузьмина О.В. Структурно-функциональная модель временной компетентности личности // В мире научных открытий. Серия: Проблемы науки и образования. Красноярск, 2011. № 9.3 (21). С. 977–993.
11. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М., 1984. 200 с.
12. Болотова А.К. Психология времени в межличностных отношениях. М., 1997.
13. Хомик В.С. Деформация субъективной картины жизненного пути при ранней алкоголизации : дис. ... канд. психол. наук. М., 1985.
14. Горбатов С.В., Лысков Б.Д. Концепции собственного будущего как фактор регуляции социального поведения // Вестник Санкт-Петербургского университета. 1992. Серия № 6. Вып. 1. С. 16–21.
15. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. М., 2008.
16. Кузьмина О.В. Типология временной компетентности личности // European Social Science Journal = Европейский журнал социальных наук. 2013. № 5. С. 212–223.

References:

1. Grishina, NV (ed.) 2001, *Psychology of social situations*, St. Petersburg.
2. Leonov, NI & Glavatskih, MM 2006, *Psychology of social peace*, Izhevsk.
3. Osukhova, NG 2012, *Psychological help in difficult and extreme situations*, Moscow.
4. Kuzina, IG 2006, *Theory of Social Work*, Vladivostok.

5. Leonov, NI 2014, 'Model of Constructing human', *Social world of man: of the V All-Russian scientific and practical Conf. with int. participation "Man and the world: the psychology of conflict, uncertainty and risk of innovation"*, April 17-19, 2014 Izhevsk, Izhevsk, p. 12-14.
6. Vodopyanova, EN 2009, *Psychodiagnosics stress*, St. Petersburg.
7. Znakov, VV 2007, 'Psychology of human existence and the difficult life situations', *Psychology of coping: Proceedings Intern. scientific and practical*, Kostroma, p. 35-37.
8. Semenets, OV 2010, *Psychological determinants of social identity of intuition in anticipating situations*, PhD thesis abstract, Saratov.
9. Abulkhanova, KA & Berezina, TN 2001, *Time and time the person lives*, St. Petersburg.
10. Kuzmina, OV 2011, 'Structural and functional model to the competent person', *In the world of scientific discoveries. Series: Issues of Science and Education*, Krasnoyarsk, no. 9.3 (21), p. 977-993.
11. Vasilyuk, FE 1984, *Psychology experience (analysis of overcoming crisis situations)*, Moscow, 200 p.
12. Bolotova, AK 1997, *Psychology time in interpersonal relationships*, Moscow.
13. Khomik, VS 1985, *Deformation of a subjective picture of life in the way of early alcohol abuse*, PhD thesis, Moscow.
14. Gorbатов, SV & Lyskov, BD 1992, 'Concepts own future as a factor in the regulation of social behavior', *Herald of St. Petersburg University*, series no. 6, vol. 1, p. 16-21.
15. Golovakha, EI & Kronik, AA 2008, *Psychological time of personality*, Moscow.
16. Kuzmina, OV 2013, 'Typology temporary competence of the person', *European Journal of Social Sciences*, no. 5, p. 212-223.