

оказания психологической помощи семьям подростков, склонных к домашнему воровству, показало её эффективность. Положительное влияние предложенной программы проявилось в психоэмоциональной стабилизации личности родителя и повышении его компетентности в реализации функции воспитания подростка в семье.

Также еще одним результатом реализации программы психологической поддержки родителей подростков явилось сокращение числа рецидивов домашнего воровства у подростков.

Литература

1. Методики оказания социально-психологической помощи семье и детям / Е. В. Бурмистрова, В. Ю. Меньшиков, Н. Г. Осухова и др. / под общ. ред. Н. Г. Осуховой. М.: Просвещение, 2002. 144 с.
2. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб.: Питер, 2000. 464 с.
3. Нормативные правовые документы для педагогов-психологов образования / сост. И. М. Каманов. Выпуск 1. М.: ТЦ «Сфера», 2002. 144 с.
4. Овчарова Р. В. Психология родительства: учеб. пособие для студ. высш. уч. завед. М.: Академия, 2005. 368 с.
5. Петровский В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности. Ростов-н/Д.: Феникс, 1996. 512 с.
6. Щукина Н. П. Консультирование как метод социальной работы // Российская энциклопедия социальной работы: в 2 т. / под ред. А. М. Панова и Е. И. Холостовой. М.: Институт социальной работы. 1997. Т. 1. С. 265–270.
7. Egan G. The skilled helper (5th ed.). Belmont, CA: Brooks / Cole, 1994.
8. Herbert M. (ed.). Psychology for social workers / M. (ed.). Herbert. London: BPS books, 1993.

УДК 159.9.07

Осипова Наталья Владимировна

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕНИ У ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ДЛИТЕЛЬНОЙ МОНОТОННОЙ РАБОТОЙ

Выявлены индивидуально-типологические особенности восприятия времени для людей, профессионально занимающихся монотонной работой, и теми, для кого это не характерно.

Ключевые слова: восприятие времени, индивидуально-типологические особенности, монотонный характер работы.

Osipova Natalia Vladimirovna

INDIVIDUAL FEATURES OF THE PERCEPTION OF TIME BY PERSONS ENGAGED IN LONG MONOTONOUS WORK

The article shows the individual typological features of the perception of time for people who are professionally engaged in monotonous work and those who are not typical.

Time perception, individual typological features, monotonous nature of the work.

В настоящее время наше общество находится на уникальной стадии развития, никогда ранее не достигавшейся. Прогресс затрагивает все сферы нашей жизни, делая её всё более комфортной. Однако меняется и способ обычной для человека деятельности. Развитие автоматизации промышленного производства позволяет упростить работу человека, но в то же время делает её более однообразной. Усовершенствование конвейерного труда, повышение требований к производительности неизбежно ведут к увеличению количества должностей, на которых стандартом является монотонная деятельность на протяжении всего рабочего дня, что не является для человека нормой, если рассматривать этот процесс с позиции эволюционной теории, а значит монотонная деятельность может вызывать нежелательные эффекты.

Монотонная работа характеризуется однообразным и многократным повторением одних и тех же трудовых действий, малой продолжительностью цикла трудовых движений, небольшим числом элементов производственных операций (4–5 и меньше), простотой содержания трудовых действий, в отдельных случаях – высоким темпом работы.

Монотонная работа может стать причиной возникновения состояния монотонии: снижение тонуса и восприимчивости, ослабление сознательного контроля, ухудшение внимания и памяти,

стереотипизация действий, появление ощущений скуки и потери интереса к работе. Продуктивность деятельности при ней восстанавливается лишь на некоторое время за счет включения особых волевых усилий. Это состояние может повлечь за собой наступление психического пресыщения. Признаком наступления пресыщения выступает потеря интереса к работе, что приводит к аффективным срывам, и неосознанное стремление к варьированию способов исполнения.

Большой вклад в изучение монотонной деятельности внесли исследования в области дифференциальной психологии. Уже в первых работах была показана роль типологических особенностей человека в устойчивости к однообразной работе, развитию состояния монотонии (В. И. Рождественская, И. А. Левочкина, Н. П. Фетискин и др.). В результате этих исследований выявлено, что состояние монотонии быстрее развивается и сильнее выражено у лиц с сильной нервной системой по сравнению с лицами со слабой нервной системой.

В основе индивидуальных особенностей личности лежат основные свойства нервной системы: сила, подвижность нервных процессов и уравновешенность. Вариации их выраженности и комбинаций проявляются в виде различных характерологических акцентуаций, из чего следует возможная взаимосвязь субъективного переживания времени с типами этих акцентуаций.

Таким образом, целью нашего исследования является изучение зависимости индивидуальных свойств восприятия времени от длительной монотонной работы. Для проверки выдвинутой нами гипотезы об изменении восприятия времени человеком, зависящем от индивидуально-типологических особенностей, под воздействием длительной монотонной деятельности нами была разработана следующая схема исследования: выявление индивидуальных особенностей испытуемых экспериментальной и контрольной групп с помощью методики «Характерологический опросник Леонгарда»; измерение длительности индивидуальной минуты участников экспериментальной группы до осуществления монотонной работы с помощью «Методики оценивания коротких временных интервалов по модификации Ю. В. Корягиной»; измерение длительности индивидуальной минуты участников экспериментальной группы после осуществления монотонной работы; измерение длительности индивидуальной минуты участников контрольной группы; статистический анализ сравнения полученных результатов с помощью «U-критерия Манна – Уитни».

Статистический анализ результатов показал, что значимые различия в оценивании индивидуальной минуты между представителями экспериментальной группы (работники монтажного цеха ООО «Электроавтоматика» г. Ставрополя, характер труда – монотонный) и контрольной группы (работа, не связанная с монотонным трудом) отмечаются у представителей истероидного и циклоидного психотипов. У представителей шизоидного и циклоидного психотипов не было выявлено значимых различий в оценивании индивидуальной минуты. То есть полученные результаты есть выражение характерных особенностей психотипов. Так, у представителей шизоидного психотипа проявилась их способность не зависеть от внешних проявлений среды, концентрироваться не на характере работы, но на содержании, или абстрагироваться от нее, «они с радостью могут провести часы и дни в одиночестве или с очень избирательным кругом лиц, обладают конституциональным психобиологическим резервом, позволяющим поддерживать хороший уровень адаптации, компенсации и значительной толерантности к внешним деструктивным факторам среды обитания» [1]. Циклоиды показали сходные результаты ввиду особенностей наличия циклов во всей их деятельности, которая позволяет воспринимать один процесс как состоящий из ряда последовательно сменяющих друг друга микроциклов, что снижает зависимость восприятия времени ими от характера деятельности, кроме того, они умеют «избегать максимальных социальных притязаний, довольствоваться тем, что есть, сохраняя душевный покой, дружелюбие и обходительность, позволяет им чаще, чем всем остальным акцентуантам, ощущать удовлетворение от жизни и наслаждаться жизнью во всех ее проявлениях» [1].

Следующий этап нашего исследования – изучение восприятия времени у испытуемых экспериментальной группы до и после занятия монотонной работой. Полученные результаты позволяют говорить о следующем: длительная (больше года) регулярная монотонная работа вызывает адаптацию к ней, заключающуюся в однообразии восприятия времени до и после непосредственной монотонной деятельности. При этом значительно изменяется нормальное восприятие времени представителями истероидной и эпилептоидной акцентуаций. Это, вероятно, обусловлено для эпилептоидов их значительной адаптируемостью и подстраиваемостью под обстоятельства и вы-

сокой толерантностью, «высоким жизненным тонусом и работоспособностью, выносливостью, низким уровнем утомляемости... целеустремленностью, педантичностью, аккуратностью, добро-совестностью и даже скрупулезностью в выполнении заданий» [1]. А для истероидов – слабостью нервной системы, кроме того, «представителям данного психотипа требуется чаще делать пере-рывы в работе, учебе, любой социальной деятельности, отдыхать или переключаться на другой вид деятельности, чтобы сохранить работоспособность на должном уровне» [1].

При сравнении показателей длительности индивидуальной минуты внутри эксперименталь-ной и контрольной групп относительно акцентуаций было установлено, что для эксперименталь-ной группы характерно достоверное различие значений шизоидов и циклоидов и равенство пока-зателей у представителей циклоидного и эпилептоидного психотипов. В тоже время для кон-трольной группы характерно различие показателей у циклоидов и эпилептоидов, а также отсутст-вие различий показателей шизоидов и циклоидов. Эти данные подтверждают, что и условия дли-тельной монотонной работы в свою очередь влияют на восприятия времени.

Таким образом, можно утверждать о достоверной взаимосвязи между типом акцентуации ха-рактера и изменением точности восприятия времени после длительной монотонной работы. Наличие достоверных значительных изменений в особенностях восприятии времени для истероидов и эпилеп-тоидов может стать основанием для предположения, что подобная деятельность не может быть реко-мендована им как предпочтительная в отличие от шизоидов и циклоидов, для которых не произошло серьезных изменений, а значит и процесс адаптации будет проходить легче.

Восприятие времени является интегративной и субъективной характеристикой человека, определяясь как отражение в человеческом сознании объективно существующего, не зависящего от него времени, его длительности и последовательности происходящих событий.

Выявленные в ходе теоретического исследования особенности восприятия времени позво-ляют сделать выводы о влиянии на него большого разнообразия факторов как физического, так социального и психического характера. Химические реакции организма, условия окружающей среды, психическое и психологическое состояние человека, социальные контакты и ситуации приводят к искажению восприятия времени, изменению его точности и восприятия последова-тельности событий.

В число определяющих восприятие времени факторов входят и личностные качества чело-века: темперамент, характер и его индивидуальные или обостренные черты, т. е. акцентуации, длительность и монотонность выполняемой работы.

Проведенное эмпирическое исследование позволило подтвердить нашу гипотезу, что под воздействием длительной монотонной деятельности происходит изменение восприятия времени человеком, зависящее от индивидуально-типологических особенностей. Так, значительно меняется восприятие времени истероидами и эпилептоидами, а значит подобная деятельность может быть рекомендована в первую очередь шизоидам и циклоидам, для которых процесс адаптации будет короче по времени. Помимо этого, зафиксировано привыкание к регулярной монотонной деятельности при ее значительной длительности (от одного года), характерное для представите-лей всех групп психотипов. Полученные данные сопоставимы с теоретическими положениями о влиянии эмоционального состояния личности на восприятие времени, однако требуют проведе-ния исследований на выборках, иных по качественным и количественным показателям, с целью уточнения и подтверждения теоретических положений и концепций.

Дальнейшее исследование данной проблемы стоит вести в направлении изучения процесса адаптации к монотонной работе и его протекания для представителей различных психотипов, це-лесообразным видится рассмотрение характеристик и динамики производительности труда в процессе и результате адаптации к монотонной работе.

Литература

1. Боев И. В. Жертвы терроризма (психология, психопатология и терапия): пособие для врачей и клинических психологов. Ставрополь: СГМА, 2003. С. 9–20.