

Список використаної літератури.

1. Гессен С.И. Основы педагогики. – М.: Школа-Пресс, 1995. – 248 с.
2. Грязнова Ю.Б. Введение в педагогическую мыследеятельность. – Тольятти: Междунар. акад. бизнеса и банк. дела, 1997. – 30 с.
3. Никитин В.А. Идея образования или содержание образовательной политики. – К.: Оптима, 2004. – 205 с.
4. Рубинштейн М.М. Проблема учителя. – М.-Л.: Моск. акц. изд. общ-во, 1927. – 176 с.
5. Сухомлинський В.О. Методика виховання колективу // Вибрані твори: В 5 т. – Т. 1. – К.: Рад. школа, 1976. – 640 с.
6. Ушинский К.Д. Избранные труды: В 11 т. – Т. 8. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1950. – 776 с.
7. Фурман А.В. Ідея і зміст професійного методологування : [монографія] / Анатолій Васильович Фурман. – Тернопіль: ТНЕУ, 2016. – 378 с.
8. Фурман А.В. Педагогіка як сфера мислєдїяльності : [наук. вид.] / Анатолій Васильович Фурман. – Тернопіль, 2010. – 24 с.

ОСОБИСТІТЬ І ЧАС: ДІАЛЕКТИКА ВЗАЄМОДІЇ

УДК 114/115 : 159.922

Фурман О. Є.,

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології та соціальної роботи
Тернопільського національного економічного університету*

Час, як відомо, з одного боку, є філософською категорією чи однією із форм існування матерії, з іншого – присутній у бутті та свідомості усупільненого індивіда, оточує його і навіть змінює життя. Отож поза часом і без нього неможливо уявити будь-яку діяльність чи психічну активність людини. Окрім того, «...дослідження часу – це шлях до розуміння світогляду індивіда і його поведінки, але це також важливий дороговказ для осмислення низки суспільних процесів» [5, с. 7].

Також відомо, що «життя людини налічує в середньому 600 тисяч годин. Із них 400 тисяч витрачається на сон, їжу, обслуговування тіла, забезпечення здоров'я. На внутрішнє життя залишається 200 тисяч годин. Але з них ми втрачаємо майже два роки на те, щоб додзвонитись до знайомих, й один рік на пошук речей, які десь «запропастилися» вдома. І сенс нашого існування визначається тим, як ми заповнюємо ці 200 тисяч годин. Таке заповнення та його зміст і становить фундаментальну проблему духовності як проблему протистояння фізичній кінечності

життя. Адже за рахунок ціннісного наповнення *життєвий час розтягується* для людини аж до метаісторичних обрїїв» [4, с. 350].

Буденно відомо, якщо людина знаходиться у творчості, займається улюбленою справою, то її фізичний час лине вкрай швидко, (кажуть «немов промайнув»), а психологічний час у ній «розтягається» і зберігається, принаймні швидко не «витікає», тому вона фактично живе довше» (Ю.В. Тархов). І відповідно, навпаки, у роботі під примусом час минає довго. Тоді хронотопи або кванти часу (за словами фізиків) «витікають» з людини і вона вкорочує собі життєву дистанцію. Тому свій час потрібно цінувати, любити, поважати, ощадливо до нього ставитися. Адже «час – це жива субстанція» (Ю.В. Тархов), яка є і в нас, й існує поза нами. Скажімо, вироблена звичка дотримуватись *режиму дня* – це один із аспектів поваги до нього.

Відомо, що «...високий ступінь творчої активності людина проявляє у момент найбільшого *дефіциту часу*, коли алгоритм творчої діяльності співпадає з біоритмами головного мозку (гіпотеза американських учених). Такий підхід підтверджує концепцію чилійського нейробіолога Ф. Варели про сприйняття творчою людиною зовнішнього світу та плину часу через кадри перебігу часу. В процесі прийняття рішення творча особа здатна «прокручувати» у свідомості когнітивні кадри, переживати у скороченому вигляді та прискореному темпі усі події та часові миттєвості, які сприймались раніше, не поділяючи їх» [цит. за 1, с. 54].

Фундатор інтегративної психології В.В. Козлов (початок ХХІ століття) експериментально обґрунтував, що у креативному процесі в особистості зникає «адекватне відчуття часу», виникає «викривлення часових проміжків» у напрямку їх скорочення (*ущільнення чи зжимання* – курс. наш О.Ф.). Мовиться про те, що одна година, наприклад, промайнула як декілька хвилин, тобто сприйняття часу зникає й особа живе немов би в іншому часовому діапазоні [3].

Отож у творчості чи стані закоханості («...доречно згадати крилату фразу російського класика О.С. Грибоедова: «*Счастливые часов не наблюдают*» [цит. за 2, с. 115]), на нашу думку, *фізичний час лине швидко, або «виникає феномен викривлення часових проміжків у напрямку їх скорочення (година = декільком хвилинам) [3] чи відбувається його ущільнення, а психологічний, навпаки, зберігається, не «витікає» так швидко, «розтягується» немов гармошка.* Відповідно до цього в неулюбленій справі фізичний час минає довго і водночас ніби «тисне» на психологічний, котрий «витікає» чи умертвляється або руйнується, тобто хронотопи розпадаються.

Загалом «проблема *пластичності часу*, його здатності «розтягуватись» під тиском подій була драматично розкрита також Х. Борхесом у його новелі «Таємне диво». Герой новели був засуджений фашистами до страти. І, переживаючи страх неминучого кінця, він намагається з'ясувати, що було головним у його житті. Такою головною

подією виявилась п'єса «Вороги», яку засуджений не закінчив. І тоді він звертається до господаря вічності – Бога, щоб той подарував йому рік творчого життя для закінчення п'єси. *І Бог перетворює мить до смертельного залпу на рік*» [4, с. 350].

Сьогодні молодь в буденній мові часто вживає таке словосполучення «убити час» (хоча має на увазі швидше його певним чином прожити чи зайняти). За таких висловлювань вони фактично «вбивають» його у собі та вкорочують тривалість власного життєреалізування. У цьому випадку кванти часу також витікають з людини, або змертвляються у ній.

Якщо людина постійно (й у всьому) не встигає та часто стверджує: «немаю часу» – це ознака того, що займається не тим, чим потрібно (скажімо, виконує неприйнятну роботу або, приміром, щось не так чи не те вчиняє, тому потрібна корекція життєвих занять). Внаслідок цього змінюється її просторово-часовий континуум та «повертається» не на її користь. З цього приводу в народі стверджують: «*Вибилась з колії*», «*Не йде в ногу з часом*» тощо.

Звісно, сьогодні більшість людей не встигає, адже час пришвидшився. Власне самі медики, виступаючи на наукових конференціях, наводять факти, що доба нині, *власне, для людини*, тобто психофізіологічно, становить приблизно 17 годин (хоча за годинником усе ж таки триває 24). Вони переконані, що час ущільнився. Але, коли говоримо про тотальне невстигання, то маємо на увазі і результат: робота постійно не виконується, або здійснюється неякісно (і її хтось переробляє). Тоді це також ознака того, що треба щось кардинально змінювати (див. детально [8]).

Хоча загалом, якщо людина має схильність запізнюватися, навіть незначно, трішки (не кажучи вже про запізнення як норму), то вона буквально краде час в інших, тобто тих, до кого вчасно не з'являється. Але при цьому зазнає збитків і сама. Це означає те, що, приміром, зароблені нею кошти не будуть «триматись» її чи її сім'ї, або ж витратяться на непотріб.

Утім є два полярних погляди на пізнання природи часу. Перший – суто науковий – свідчить про те, що його вивчають, над ним експериментують, аналізують його окремі одиниці, кванти, інтервали тощо. Інший, навпаки, близький до езотеричного, «стоїть» на тому, що вивчати час нашому поколінню *не можна*, він не підвладний нам й, окрім того, це *небезпечно* для здоров'я і тривалості життя людини. На підтвердження цього другого погляду існують незаперечні факти: співробітники науково-дослідних лабораторій у Москві, котрі професійно займалися вивченням часу одні за одним, майже масово, відходили у вічність або через погане здоров'я, або ж потрапляли в аварії та ін.

Людина водночас живе у різних інваріантах часу: історичному, соціальному, біологічному та інших. «У психологічному часі здійснюється своєрідний складний синтез біологічного й соціального часових потоків, у

яких розгортається людське життя... і може бути зорієнтований як у майбутнє, так і в минуле. Зміст психологічного часу пов'язаний з наповнюваністю життя значущими подіями, яскравими переживаннями» [6, с. 53, 56]. Фактично – це і є опосередкований час.

Безпосередній час «закладений у механізмі власного (біологічного) годинника, хід якого визначає всі внутрішні зміни в організмі людини» [9, с. 24]. Цей годинник уроджений і залежить від регуляції центральної нервової системи [7], яка є «найважливішим часовим пристроєм» [9].

Вочевидь природу *суб'єктивно (опосередковано) переживаного часу* не можна зрозуміти також і поза самим індивідом. Тому дослідники суб'єктивного часу доходять висновку, що і він пов'язаний із часом у психіці людини та виникає у нашій свідомості передусім через різноманітні події.

Водночас час завжди взаємопов'язаний із простором, у пізнанні природи яких утвердилися традиції наукового осмислення. Але це предмет іншого дослідження.

Список використаної літератури.

1. Воронов О.І. Психологічні аспекти фактору часу при прийнятті управлінських рішень у сфері публічного управління / О.І. Воронов // Наука і освіта. – 2016. – №7. – Вип.: Психологія. – С. 51–57.
2. Гірняк А. Психологічні аспекти переведення годинника на «зимовий час» / А. Гірняк // Психологія і суспільство. – Спецвипуск. – Наукові праці молодих учених. – 2012. – С. 114–115.
3. Козлов В.В. Трансценденція времени в творчестве / В.В. Козлов // Психология творчества: свет, сумерки и темная ночь души. – М.: Гала, 2009. – 112 с.
4. Кримський С.Б. Під сигнатурою Софії. – К.: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2008. – 367 с.
5. Полунін О.В. Переживання людиною плину часу: експериментальне дослідження: [монографія] / Олексій Васильович Полунін. – К.: Гнозіс, 2011. – 360 с.
6. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності: [наук. видання] / Тетяна Михайлівна Титаренко:– К.: Либідь, 2003. – 376 с.
7. Уинфри А. Время по биологическим часам : [науч.-попул. кн.] / Артур Уинфри; [пер. с англ.; предисл. В. Н. Кринского]. – М. : Мир, 1990. – 208 с., ил.
8. Фурман О. Простір і час у психологічному дискурсі / Оксана Фурман // психологія і суспільство. – 2017. – №1. – С. 79–132.
9. Цуканов Б. Время в психике человека : [монография] / Борис Иосифович Цуканов. – Одесса : Астропринт, 2000. – 220 с.