(cc) BY

Боднар Виола Олеговна
психолог
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный
педагогический университет»
г. Херсон, Херсонская область

DOI 10.31483/r-169976

ИНДЕКС ПРОТЯЖЕННОСТИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ КАК ФАКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УЯЗВИМОСТИ У СТУДЕНТОВ-ВОЛОНТЁРОВ ИЗ ВОССОЕДИНЁННЫХ РЕГИОНОВ РФ

Аннотация: *в статье представлены результаты эмпирического исследования индекса протяжённости временной перспективы у студентов-волонтёров из воссоединённых регионов Российской Федерации. В исследовании приняло участие 143 студента ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет». Использовалась методика «Изучение индекса протяжённости временной перспективы» А. Блюдорна (модификация Т.А. Нестика). Показано, что у обследованной выборки выявлена асимметрия темпоральной перспективы в сторону прошлого при редукции горизонта будущего, что может рассматриваться как маркер адаптационного напряжения и психологической уязвимости. Обсуждается роль волонтёрской деятельности как ресурса, способного смягчать дефицит временной перспективы.*

Ключевые слова: *временная перспектива, студенты-волонтёры, воссоединённые регионы РФ, психологическая уязвимость, модель построения будущего, психолого-педагогическое сопровождение.*

Современная психологическая наука всё чаще обращается к категории времени не как к абстрактному физическому параметру, а как к субъективно переживаемому ресурсу, от конфигурации которого зависит качество жизни, адаптационный потенциал и, как следствие, степень подверженности дезадаптивным состояниям. Для студентов-волонтёров из воссоединённых регионов РФ, находя-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

щихся на этапе профессионального старта и одновременно включённых в общественно значимую деятельность, характер временной перспективы приобретает особое значение: он задаёт траекторию целеполагания, определяет меру устойчивости перед лицом фрустрирующих событий и, в конечном счёте, модулирует психологическую уязвимость [1; 2].

Под психологической уязвимостью в данном контексте мы понимаем не эпизодические колебания настроения или ситуативную тревогу, а глубинную личностную предрасположенность – склонность к дезорганизации поведения и эмоциональной сферы при столкновении с трудностями, которая проявляется в сужении поведенческих стратегий, когнитивной ригидности и, что особенно показательно, в редукции временного горизонта. Иными словами, максимальная временная удалённость событий, учитываемая студентами-волонтёрами при принятии решений, и насколько дифференцированно они воспринимают собственное прошлое, становятся объективными маркерами их психологического благополучия или, напротив, уязвимости [1].

Особую актуальность проблема приобретает при обращении к волонтёрской деятельности. Волонтёрство, по данным А.В. Меренкова и П.А. Хоровой [5], выступает для молодёжи способом не только помощи другим, но и построения собственной социальной биографии, расширения жизненных перспектив и формирования субъектной позиции. В этом смысле волонтёрская деятельность потенциально может выполнять функцию «удлинения» временной перспективы: она структурирует будущее через планирование проектов, задаёт цели и создаёт ощущение связи настоящего с отдалёнными результатами.

Однако эмпирические исследования ценностно-смысловых факторов участия в волонтёрской деятельности К.А. Палкин [6], показывают, что у студентов-волонтёров смысложизненные ориентации и временная перспектива могут существенно различаться в зависимости от опыта и контекста участия. И.В. Васильева, М.В. Чумаков и Д.М. Чумакова [3], выявили, что в представлениях студентов о волонтёрской деятельности доминируют ценности безопасности, доброты и универсализма, причём у студентов с опытом волонтёрства семантическая

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

группа «деятельная вовлечённость» занимает более высокую ранговую позицию. Это позволяет предположить, что волонтёрская активность связана с определённой конфигурацией временной перспективы, однако вопрос о том, выступает ли дефицит временной перспективы фактором психологической уязвимости именно у студентов-волонтёров из воссоединённых регионов, остаётся открытым.

Цель исследования: установить, в какой мере индекс протяжённости временной перспективы выступает фактором, модулирующим психологическую уязвимость у студентов-волонтёров из воссоединённых регионов РФ.

Гипотеза исследования: дефицит индекса протяжённости временной перспективы выступает значимым фактором психологической уязвимости у студентов-волонтёров из воссоединённых регионов РФ.

В исследовании приняли участие 143 студента ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет» из воссоединённых регионов РФ, имеющих опыт волонтёрской деятельности. Возрастной диапазон: 18–55 лет и старше, что отражает возрастную неоднородность студенческой популяции вуза.

Использовалась методика «Изучение индекса протяжённости временной перспективы» А. Блюдорна в модификации Т.А. Нестика, которая через фиксацию субъективных временных границ позволяет количественно измерить индекс протяжённости временной перспективы [4]. Методика охватывает шесть временных категорий: «ближайшее будущее», «среднесрочное будущее», «долгосрочное будущее», «ближайшее прошлое», «недавнее прошлое», «отдалённое прошлое».

Особый интерес представляет применение данного подхода к студентам-волонтёрам из воссоединённых регионов РФ. Эта популяция находится в уникальной ситуации двойного транзита: возрастного (широкий диапазон: 18–55 и более лет) и средового (адаптация к новым социокультурным и институциональным условиям). Постоянная неопределённость и необходимость пересмотра жизненных планов формируют дефицитарный индекс временной перспективы, что усиливает психологическую уязвимость. Волонтёрская деятельность в этих усло-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

виях может выступать как буферный ресурс, поскольку она создаёт структурированные формы активности, задаёт ближайшие и среднесрочные цели и включает студента в референтное сообщество.

Результаты: при определении временного интервала, относящегося к «ближайшему будущему», наиболее часто респонденты указывали период в один год (21,68%). Однако суммарная доля выбравших горизонт до одного месяца включительно составила 31,47%, а до шести месяцев – 62,94%. Только 15,38% опрошенных относят ближайшее будущее к интервалам длиннее одного года. Таким образом, для большинства обследованных ближайшее будущее ограничено полугодовым периодом, при этом почти треть респондентов сужают его до одного месяца, что указывает на высокую ситуативную тревожность и привычку жить «сегодняшним днём».

Рассматривая «среднесрочное будущее», видим, что наибольшая доля ответов (30,77%) пришлась на интервал в один год, а суммарно 64,34% участников определили среднесрочную перспективу горизонтом до трёх лет включительно. Обращает на себя внимание отсутствие выборов категории «один день» и крайне низкие доли сверхкоротких интервалов. Это свидетельствует о том, что понятие среднесрочного будущего воспринимается студентами-волонтёрами достаточно единообразно и соответствует традиционным представлениям (до 1–3 лет).

Наибольшая вариативность ответов зафиксирована при оценке долгосрочной временной перспективы. Пик распределения пришёлся на десятилетний горизонт (24,48%), заметные доли также получили варианты «три года» (22,38%) и «пять лет» (19,58%). Вместе с тем 15,38% респондентов ограничили долгосрочное будущее одним годом, а 2,10% – одним месяцем. Суммарно 62,44% участников относят долгосрочную перспективу к интервалу от трёх до десяти лет. Тем не менее присутствие значимой доли краткосрочных ответов указывает на редуцированную способность части выборки к мысленному конструированию отдалённого будущего.

Касательно временного интервала, относящегося к «ближайшему прошлому», наиболее часто выбирался ответ «один год» (20,28%), вторым по частоте

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

стал вариант «один месяц» (16,78%). Высокая доля также зафиксирована для ответа «одна неделя» (13,99%). Суммарно 37,76% респондентов ограничивают ближайшее прошлое одним месяцем и менее. Полученное распределение свидетельствует о поляризации восприятия: часть опрошенных студентов-волонтёров опирается на события последних недель – месяца, другая часть – на годичный цикл, отражая нарушение единого чувства времени.

Анализируя ответы на вопрос «недавнее прошлое», заметим, что наиболее часто респонденты указывали горизонт в «один год» – 23,78%. При этом 19,58% участников отметили интервал в «один месяц», что является наиболее короткой границей для данного вопроса. Доли ответов «три года» и «шесть месяцев» составили 13,99% и 16,78% соответственно. Таким образом, для значительной части выборки «относительно недавнее прошлое» оказывается сжатым до одного месяца – одного года, что может отражать эффект темпоральной компрессии в условиях нестабильности жизненных обстоятельств.

Изучая «отдалённое прошлое», видим, что наиболее частым ответом стал горизонт в десять лет (25,87%), существенные доли также получили варианты «пять лет» (17,48%) и «три года» (16,08%). Суммарно более 50% респондентов относят отдалённое прошлое к интервалам от пяти лет и более, при этом 7,69% указали пятнадцать лет, а единичные респонденты (1,40%) – более двадцати пяти лет. Данные результаты демонстрируют сохранную способность выборки к ретроспективному мышлению на больших временных интервалах, в отличие от проспективной (ориентированной в будущее) способности.

Как показало наше исследование, у значительной части студентов-волонтёров горизонт будущего остаётся редуцированным. Это может означать, что волонтёрская деятельность сама по себе не компенсирует дефицит временной перспективы, а лишь создаёт условия для его смягчения при целенаправленной психологической поддержке.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Наши данные указывают на необходимость более тонкого анализа: вероятно, не любая волонтёрская деятельность способствует удлинению временной перспективы, а лишь та, которая включает планирование, рефлексию и отложенные результаты.

Для студентов из воссоединённых регионов включение в волонтёрскую практику может выполнять функцию социальной интеграции и структурирования времени, однако при дефиците базового доверия к будущему эффективность таких практик ограничена.

Выводы.

1. У обследованной выборки студентов-волонтёров из воссоединённых регионов РФ выявлена асимметрия темпоральной перспективы в сторону прошлого при редукции горизонта будущего. Индекс протяжённости по шкале будущего соответствует преимущественно кратко- и среднесрочному планированию (до 6–12 месяцев), в то время как шкала прошлого демонстрирует сохранную способность к ретроспекции на интервалы до 10 лет.

2. Данная конфигурация индекса протяжённости временной перспективы может рассматриваться как маркер адаптационного напряжения и хронической неопределённости в условиях средовых и возрастных изменений.

3. Полученные данные подтверждают исходную гипотезу о том, что дефицит индекса протяжённости временной перспективы выступает значимым фактором психологической уязвимости у студентов-волонтёров из воссоединённых регионов РФ.

4. Волонтёрская деятельность потенциально обладает ресурсом смягчения темпорального дефицита, однако сама по себе не компенсирует редукцию временной перспективы; необходима целенаправленная психологическая работа, интегрированная в сопровождение волонтёрской активности.

Дальнейшие исследования должны быть направлены на выявление причинно-следственной направленности связи между временной перспективой и психологической уязвимостью, а также на разработку коррекционных программ,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

таргетированных именно на темпоральный аспект уязвимости студентов-волонтёров.

Список литературы

1. Блинова, Е. Е. Жизненная перспектива студентов университетов новых субъектов Российской Федерации / Е. Е. Блинова, О. Ю. Блинов // Ананьевские чтения – 2024 : материалы международной научной конференции, посвящённой 80-летию общей психологии в СПб государственном университете (Санкт-Петербург, 16–18 октября 2024 г.). – Нижний Новгород : Союзкниг, 2024. – С. 572.

2. Блинова, Е. Е. Психологические факторы построения временной перспективы студентов (на примере университета новых регионов РФ) / Е. Е. Блинова, О. Ю. Блинов // Социокультурные, психологические и педагогические координаты развития личности : материалы II Международной научно-практической конференции (Владимир, 28–29 ноября 2024 г.). – Симферополь : Ариал, 2024. – С. 178–181.

3. Васильева, И. В. Ценности личности в представлениях о волонтёрской деятельности у студентов университетов / И. В. Васильева, М. В. Чумаков, Д. М. Чумакова // Образование и наука. – 2024. – № 26 (2). – С. 140–165.

4. Нестик, Т. А. Коллективный образ будущего: социально-психологический анализ / Т. А. Нестик. – Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2025. – 657 с.

5. Меренков, А. В. Мотивация волонтёрской деятельности молодёжи / А. В. Меренков, П. А. Хорова // Koinon. – 2022. – Т. 3, № 2. – С. 106–118.

6. Палкин, К. А. Ценностно-смысловые факторы участия в волонтёрской деятельности студентов российских вузов / К. А. Палкин // Вестник практической психологии образования. – 2023. – Т. 20, № 1. – С. 117–128.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)