

**Особенности оценок характеристик времени у людей с различными уровнями деятельностной тревоги**

**Осенкова Дарья Игоревна**

*Студент*

*Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,  
Адаптивная физическая культура, сервис и туризм, Набережные Челны, Россия  
E-mail: osenkova@ro.ru*

Повышение эффективности любого вида деятельности, связано, в частности, с проблемой оптимальной ее организацией во времени. Временная компетентность человека предполагает наличие некоторой совокупности знаний и умений, связанных с ощущением временного пространства и временных лимитов, с «чувством времени».

Организация времени предполагает согласование и разрешение ряда противоречивых тенденций современного научно-технического прогресса. Техника, заменяя человека автоматическими системами, роботами, высвобождает его рабочее время для переработки возрастающих объемов информации (как показывает опыт таких технически передовых стран, как Япония, где возрастает длительность рабочей недели) [3]. Проблема организации, экономии и оптимального использования времени становится ключевой для прогресса человечества на рубеже 20-21 вв., поскольку, как отмечает К. А. Абульханова [2], она обеспечивает наиболее оптимальное согласование сверхскоростных современных технических систем с временными возможностями человека. В силу этого проблема организации времени должна ставиться и решаться как комплексная проблема не только технического, но и духовного прогресса человечества и его экзистенциального бытия как личности.

Теоретический анализ данной проблемы нам позволил проследить логику построения эмпирического исследования и выделить необходимые психологические факторы для решения поставленной задачи изучения особенностей восприятия, представления и оценки характеристик времени у людей с разными уровнями саморегуляции новой деятельности субъекта.

В данном исследовании проблема особенностей восприятия времени в рамках оценки эффективности деятельности человека и его индивидуального способа функционирования во временном аспекте исследуется в контексте уровня саморегуляции новой деятельности субъекта. В исследовании принимало участие 100 человек в возрасте 20-35 лет, из них - 50 мужчин и 50 женщин. Выборку составили работники предприятий гостиничного сервиса города Набережные Челны.

Практическая значимость работы состоит в том, что полученные результаты исследования можно использовать в качестве дополнительной информации при расстановке персонала в тех видах деятельности, в которых особое значение имеет фактор времени.

Цель работы: выявить особенности восприятия характеристик времени специалистов гостиничного сервиса г.Набережные Челны с различными уровнями саморегуляции новой деятельности субъекта.

Объект исследования: специалисты гостиничного сервиса г.Набережные Челны в возрасте от 20 до 35 лет.

Предмет исследования: особенности восприятия, представления и оценки характеристик времени у лиц с различными уровнями саморегуляции новой деятельности субъекта.

Гипотеза исследования: существуют гендерные различия связи уровня саморегуляции новой деятельности субъекта с индивидуальными оценками временных характеристик, а именно: с особенностями переживания времени, с осознанием своей индивидуальной временной зоны и субъективной концепцией времени.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ уровня деятельностной тревоги субъекта.
2. Провести эмпирическое исследование особенностей восприятия, представления и оценки характеристик времени у персонала гостиницы «премьер», имеющих различный уровень саморегуляции новой деятельности.

Методы исследования: теоретический анализ (интерпретация и обобщение научных данных), эмпирический (тестирование), методы математической обработки данных (корреляционный анализ).

1. В теоретическом обзоре проблемы времени в психологии было подчеркнуто, что эта проблема в последнее десятилетие начала привлекать к себе значительный интерес. Временной характер природы человеческого бытия, организации самого человека, его взаимодействия с реальным миром четко были раскрыты в работах академика П.К. Анохина. Индивидуальную способность к регуляции времени можно рассматривать как способность к планированию, к определению.

2. Согласно проведенной работе доказано, что существуют гендерные различия корреляционной связи между уровнем сформированности саморегуляции новой деятельности и временными характеристиками, такими как уровень переживания насыщенности и эмоциональной оценки диапазона времени, а также между переживанием насыщенности времени, выбором индивидуальной временной зоны и типом концепции времени; у мужчин существует тесная связь между вышеназванными характеристиками, у женщин данная связь отсутствует. Выявлена связь уровня саморегуляции новой деятельности с особенностями восприятия характеристик времени, а именно: с особенностями переживания времени (факторы переживания насыщенности времени и эмоционального отношения к времени). Поскольку человек осваивает временные отношения в основном в практической деятельности, то время выступает системообразующим фактором профессиональной деятельности человека, регулятором эффективного функционирования личности в жизненном пространстве времени. Индивидуальную способность к регуляции времени можно рассматривать как способность к планированию.

## **Литература**

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. — СПб.: Алетейя, 2001
2. И. Аскин Я. Ф. Проблема времени. М., 1966.
3. Архангельский Г.А. Реализация решений: система персонального оперативного управления. М., 2003.

4. Архангельский Г.А. Принятие решений: система персонального оперативного управления. М., 2003.
5. Балонов Л.Я., Деглин В.Л., Кауфман Д.А., Николаенко Н.Н. О функциональной специализации больших полушарий мозга человека в отношении восприятия времени // Под ред. Н.И. Моисеевой.