

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

## Влияние актуального эмоционального состояния на временную перспективу личности в норме

Научный руководитель – Спиваковская Алла Семеновна

*Демина Мария Дмитриевна*

*Студент (специалист)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра нейро-и патопсихологии, Москва, Россия

*E-mail: mashadjomina@yandex.ru*

В данной работе рассмотрена проблема влияния актуального эмоционального состояния на временную перспективу личности (ВП). За основу исследования взят подход Зимбардо [7]. В отечественной и зарубежной литературе динамика ВП описывается, как правило, при изменениях эмоционально-личностной сферы в контексте клиники расстройств [1, 3, 4]. В данной работе мы создаем экспериментальные условия для возможностей изучения ВП при изменении эмоционального состояния в рамках условной нормы.

Цель исследования - оценка особенностей влияния эмоционального состояния человека на ВП. Объект исследования - восприятие человеком своей ВП при различных эмоциональных состояниях. Предмет исследования - трансформация ВП при экспериментальном изменении эмоционального состояния.

Выдвигаются следующие гипотезы:

1. При изменении эмоционального состояния меняется соотношение и степень выраженности временных ориентаций личности;
2. При негативном воздействии на эмоциональное состояние изменения временной перспективы будут сильнее, чем при позитивном воздействии.

Эмпирическое исследование проводится по схеме позиционного уравнивания (АББА) с целью контроля угроз внутренней валидности со стороны фактора времени, фактора задач и фактора последовательности проб [2].

В качестве основных методов исследования применяется психодиагностический метод и метод экспериментального воздействия. Для анализа полученных данных применяются методы статистической обработки (внутригрупповое сравнение проводилось с помощью Т-критерия Вилкоксона и критерия Фридмана); межгрупповое сравнение - с помощью U-критерия Манна-Уитни).

В исследовании приняли участие 40 условно здоровых людей в возрасте от 25 до 36 лет (средний возраст  $28,35 \pm 2,39$ ), из них 16 юношей и 24 девушки.

С каждым испытуемым осуществляется 4 личных встречи с промежутком в 2 недели между каждой из них: на 1 и 4 - производится диагностика исследуемых конструктов. Диагностика временной ориентации проводится с помощью модификации опросника временной перспективы Зимбардо [5; 7]. На 2 и 3 встречах - дополнительно производится влияние на эмоциональное состояние испытуемых с помощью презентации картинок из базы IAPS[6].

Получены следующие данные:

- В сериях с негативным воздействием значение ориентации на гедонистическое настоящее выше по сравнению с сериями без воздействия ( $p=0,015$ ;  $U=289$ );
- В сериях с негативным воздействием значение ориентации на будущее выше по сравнению с сериями без воздействия ( $p=0,038$ ;  $U=123,5$ );

· В сериях с негативным воздействием значение ориентации на фаталистическое настоящее выше по сравнению с сериями без воздействия ( $p=0,004$ ;  $U=306$ );

· Значения ориентации на негативное прошлое после негативного воздействия больше по сравнению с сериями без воздействия ( $p=0,025$ ;  $Z=-2,236$ ).

Также обнаружены следующие значимые сдвиги от серии к серии:

· При позитивном воздействии - значимо меняются показатели ориентации на гедонистическое настоящее ( $p=0,005$ ;  $\chi^2=12,699$ ; ст.св.=3);

· При позитивном воздействии - значимо меняются показатели ориентации на будущее ( $p=0,000$ ;  $\chi^2=21,555$ , ст.св.=3);

· При позитивном воздействии - значимо меняются показатели ориентации на фаталистическое настоящее ( $p=0,012$ ;  $\chi^2=10,949$ ; ст.св.=3);

· При негативном воздействии - значимо меняются показатели ориентации на фаталистическое настоящее ( $p=0,000$ ;  $\chi^2=17,763$ , ст. св.=3).

Таким образом, можно отметить частичное подтверждение выдвинутых гипотез: соотношение и степень выраженности отдельных ориентаций ВП меняется, при негативном воздействии изменяется большее количество показателей.

Результаты работы расширяют имеющиеся в клинической психологии представления о норме как отправной точке в изучении временной перспективы личности. Установленные факты дополняют сложившиеся представления о роли эмоционального состояния в оценке человеком себя и своего жизненного пути. Результаты исследования вносят вклад в разработку более широкой проблемы индивидуальных различий. Разработанный подход к исследованию создает предпосылки для дальнейшего развития темы влияния эмоций на различные аспекты личности. Полученные в исследовании результаты расширяют психотерапевтические возможности через работу с эмоциональными состояниями.

### Источники и литература

- 1) Жане П. Психический автоматизм. Экспериментальное исследование низших форм психической деятельности человека В. 2-х тт. / П. Жане. М.: Начало, 1913. – 453 с.
- 2) Корнилова Т. В. Экспериментальная психология. М.: Юрайт, 2014. - 640 с.
- 3) Магомед-Эминов, М.Ш. Экстремальная психология. М., 2006. - Т.2. – 576 с.
- 4) Спиридонова И. А. Временная транспекция как методический прием при исследовании разных форм патологии // Методы психологии. Ежегодник РПО. Ростов н/Д, – 1997. – Т. 3. – №. 2. – С. 212-214.
- 5) Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В. Методика Ф. Зимбардо по временной перспективе // Психологическая диагностика, 2007. - №1. - С. 101-109.
- 6) Bradley M. M., Lang P. J. The International Affective Picture System (IAPS) in the study of emotion and attention // Handbook of Emotion Elicitation and Assessment / Eds. J. A. Coan and J. J. B. Allen. - N Y: Cambridge University Press, 2007. - P. 29–46.
- 7) Zimbardo P. G., Boyd J. N. Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual Differences Metric // Journal of Personality and Social Psychology. 1999. - Vol. 77. - № 6. - P. 1271–1288.