

## ВРЕМЯ И ПРОСТРАНСТВО В МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

А.К. БОЛОТОВА



Болотова Алла Константиновна — ординарный профессор НИУ ВШЭ, заведующая кафедрой общей и экспериментальной психологии НИУ ВШЭ, доктор психологических наук, профессор.

Сфера интересов: психология восприятия и организации времени, исследование временных аспектов социальных коммуникаций, стратегий тайм-менеджмента. Автор свыше 180 публикаций, в том числе монографий «Человек и время в познании, деятельности, общении», «Психология времени в межличностных отношениях», первого учебника с грифом МО РФ «Прикладная психология», учебника «Психология развития», учебных пособий «Психология организации времени», «Социальные коммуникации» и др. Член ряда международных психологических сообществ — ISSBD, ERA, Eurotalent, EPS. Эксперт отделения психологии РГНФ. В качестве приглашенного профессора читает лекции в университетах Австрии, Германии, Италии.

Контакты: bolotova@hse.ru

---

### Резюме

*Статья анализирует временные аспекты и особенности учета временного фактора в межличностных отношениях. Каждое жизненное событие или социальные контакты имеют временной период осуществления в пределах от неопределенности, преждевременности или запаздывания до своевременности и актуальности его реализации. Время выступает основополагающим фактором выбора стратегии поведения, когда в каждый момент в межличностных отношениях собеседнику необходимо предоставить время для решения собственных проблем, не опережая по времени и не интерпретируя его мысли заранее. Важно учитывать эмоциональное состояние собеседника «здесь и теперь», и быть готовым «потратить» собственное время на понимание и сопереживание другому. В сложных жизненных ситуациях не менее важно активное своевременное содействие в достижении между субъектами взаимной упорядоченности их времени и пространств взаимодействия, так называемого «пространственно-временного баланса» для согласования совместных действий с целью построения временных транспективов и стратегий жизни.*

**Ключевые слова:** *жизненное пространство и время, временная компетентность, транспективы и стратегии жизни, пространственно-временной баланс.*

---

Размышляя о юбилее нашего факультета, я задумалась о триединстве Пространства, Времени и становления нашего факультета. Это непостижимое триединство оказывается связанным со сферой моих научных интересов – с психологией времени. Действительно, время и пространство удивительным образом аккумулировались в создании нашего факультета и развитии межличностных отношений. Объединяя или отторгая разнонаправленность этих пространств, постепенно во времени начинает формироваться новое сообщество, название которому – факультет психологии. Собирая по крупицам кадровый состав факультета, мы постигали и вбирали не только совершенно разные пространства, но и столь же различных по характеру, личностным свойствам и способностям (по В.Д. Шадрикову) персон (как бы отметил В.А. Петровский), основателей научного этноса нашего факультета. Среди множества постигаемых пространств были Москва и Одесса, Ярославль и Киев, Воронеж и Минск. Воссоединяя эти пространства городов через их замечательных представителей как высокопрофессиональных специалистов, мы не сразу осознали, каким может быть это новое сообщество. И оказалось, что по прошествии времени, как «в плавильном тигле» (согласно образной метафоре-цитате, используемой В.П. Зинченко для анализа творческого процесса), все эти разноликие пространства размыли свои границы, переплавились, и вместе мы стали созидать наш факультет, строить «стратегии жизни» (Абульханова-Славская, 1991) в нашей столь

неординарной и весьма требовательной Вышке.

Создавая наш факультет, вовлекаясь в динамику скоростей и созидательного начала Вышки, мы даже не успевали осознать, кто и с каким багажом научной школы внесил свое лепту в построение факультета. Да и не было это столь важным для нас. Наше время на осуществление и созидание факультета было слишком активным и событийно насыщенным, действенным. Нам было что отдать факультету из прошлого опыта. Мы строили весьма реальные временные перспективы, осознавали и проецировали стратегические горизонты нашего будущего. И сегодня для многих из нас факультет стал нашей судьбой, нашей жизнью и добрым домом, мерлом активного настоящего, осуществляемой «здесь и теперь» самореализации во временном пространстве собственной жизни.

Теперь рассмотрим, как время и пространство межличностных отношений могут быть осмыслены в категориях хронотопа и психологии времени.

Реальный образ жизни человека, эффективность деятельности не исчерпываются только предметно-практической деятельностью, она составляет лишь одну сторону образа жизни человека, его поведения. Другой стороной выступают коммуникативная деятельность и сопряженные с ней межличностные отношения, развивающиеся в пространственно-временном континууме. В нашем исследовании коммуникативная деятельность выступает как одна из специфических форм совместной деятельности людей. С одной

стороны, это неотъемлемый компонент общения, а с другой — ни одна предметная деятельность человека немыслима без обслуживающей ее коммуникативной деятельности людей, которые в процессе создания материального продукта непременно вступают во взаимодействие или общение. Люди не просто общаются в процессе выполнения ими различных профессиональных и общественных функций, они всегда общаются в некоторой деятельности, по поводу нее. Это и создает определенные отношения деятельного человека, личности не только к предмету своей деятельности, но и к людям. Эти отношения принято называть межличностными. Именно межличностные взаимодействия и общение индивидов, выполняющих совместную деятельность, составляют коммуникативную деятельность. Таким образом, факт связи общения и коммуникативной деятельности с деятельностью собственно профессиональной, производственной не вызывает сомнений, хотя характер этой связи понимается психологами по-разному.

Надо признать, что проблема общения, межличностного взаимодействия в нашей философской, психологической и социологической литературе дебатировалась давно. Единства взглядов, однако, до сих пор не наблюдается в вопросе о том, как рассматривать общение: общение как деятельность или общение и деятельность? Обратимся к исторической ретроспективе этой полемики.

М.С. Каган (Каган, 1982), занимаясь философской теорией деятельности, пришел к выводу, что общение лежит в ее пределах, являясь одним

из четырех ее основных видов (имеется в виду игровая, учебная, профессиональная и собственно коммуникативная деятельность). А.В. Брушлинский (Брушлинский, 1991) трактует общение как нечто принципиально иное, чем деятельность («человек есть субъект деятельности и отношений»). В.С. Мухина (Мухина, 1985) утверждает, что с точки зрения педагогики выделение свободного общения как особого вида деятельности может быть признано весьма целесообразным. А.А. Леонтьев (Леонтьев, 1999) полагает, что общение можно считать одним из видов деятельности, оговорив, что это отнюдь не означает, будто общение выступает как самостоятельная деятельность. Б.Ф. Ломов (Ломов, 1984) утверждал, что общение нельзя определять как вид человеческой деятельности, что оно есть нечто принципиально отличное от деятельности, ибо связывает субъект не с объектом, а с другим субъектом. Общение он определял как «взаимодействие субъектов».

Односторонность различных трактовок данной проблемы попыталась преодолеть Г.М. Андреева (Андреева, 2000); обобщив и синтезировав их, она предложила более широкое понимание связей деятельности и общения, когда общение рассматривается и как сторона совместной деятельности (поскольку сама деятельность не только труд, но и общение в процессе труда), и как ее своеобразный дериват.

Близка к этому и точка зрения М.И. Лисиной (Лисина, 1986), назвавшей один из разделов своей книги об онтогенезе общения — «Общение и деятельность. Общение

как деятельность». Однако этим различия во взглядах на проблему не были сняты. Их примером может быть дискуссия между А.А. Леонтьевым и Б.Ф. Ломовым. А.А. Леонтьев считает, что субъект деятельности всегда является «совокупным субъектом», что делает общение внутренним моментом деятельности. Контраргументация Б.Ф. Ломова (Ломов, 1984) в том, что общение как межсубъектное взаимодействие принципиально отличается от освоения субъектом объектов, которое является деятельностью.

В этой же плоскости лежит вопрос о том, можно ли считать общение конкретным видом человеческой деятельности, существующим наряду с другими ее видами — преобразовательной, познавательной, ценностно-ориентационной, или же его следует считать типом деятельности, противостоящим предметной деятельности в целом, или аспектом деятельности. По-видимому, ответ на этот вопрос не может быть однозначным — общение бывает и аспектом, и типом, и видом деятельности в зависимости от характера деятельности и от угла зрения на нее (общение в трудовом процессе или общение в дружеской беседе). Постоянной остается сама деятельностная природа общения, проявляющаяся в направленности действий субъекта на другого субъекта.

Итак, обобщение многообразия взглядов и различных точек зрения на проблему взаимосвязи общения и деятельности приводит нас к признанию факта единства общения и деятельности. При этом наша точка зрения состоит в широком понимании связи деятельности и общения, когда

общение рассматривается как сторона совместной деятельности, как ее своеобразный дериват (Г.М. Андреева).

Такое широкое понимание связи общения и деятельности соответствует широкому же пониманию самого общения: как важнейшего условия присвоения индивидом достижений исторического развития человечества, будь то на микроуровне, в непосредственном окружении или на макроуровне, во всей системе социальных связей, развивающихся в пространстве и во времени. При этом именно **время становится основополагающим фактором выбора стратегий поведения** в разрешении напряженных межличностных взаимодействий и в самореализации в настоящем или будущем. Известно, что каждое событие, замысел должны претворяться через развитие социальных коммуникаций, межличностных взаимодействий и имеют естественный **временной период осуществления**, варьирующийся в определенных временных пределах от неопределенности и преждевременности до актуальности и своевременности их реализации или же просто отставания, запаздывания от актуальных запросов сегодняшнего дня (Болотова, 2007).

Склад личности, **временные стратегии** ее жизни и поведения проявляются в том, как сдвигаются идеальные замыслы их осуществления человеком во времени; как они искажаются, нарушаются или «дереализуются» в качестве малозначимого настоящего или отрицательно значимого будущего; событиями **какого временного диапазона** человек предпочитает оперировать (это планы и

структуры поведения в диапазоне одного дня, недели или проекты, опережающие реальное настоящее на годы вперед); осуществление каких событий у него объективно лучше получается; как событийно наполнен оптимальный временной период жизнедеятельности. Все это в целом, как пишет В.Г. Асеев (Асеев, 1981), **определяет план поведения и временные стратегии всей жизни**, ответственность целей и идеалов или динамическую бесплодность абстрактно отдаленных побуждений.

Б.Г. Ананьев (Ананьев, 1980), выделяя особенности зрелой личности, отмечает, что долговременный характер активности субъекта — это показатель внутреннего единства ситуаций, тактик и стратегий поведения, общих идей и принципов мировоззрения. Продолжая эти мысли об активном характере жизнедеятельности субъекта, К.А. Абульханова (Абульханова, Березина, 2001) замечает, что сущность человека не совпадает с его наличным бытием, она всегда **есть развитие, преодоление настоящего и построение будущего** согласно целям, планам, проектам, активной деятельности его сознания в пространстве-времени бытия.

Так, в межличностных отношениях для человека определяющее значение имеют события **настоящего времени**, текущего момента, а по отношению **к прошлому или будущему** эта значимость резко снижается, поскольку сопровождающие межличностные взаимодействия эмоциональные впечатления со временем несколько притупляются и перестают волновать. А в пространстве **абстрактно отдаленного прошлого или будущего** становятся не столь

значимыми и перестают интересовать. Отсюда и некоторая **терапевтическая роль времени**, которую в пространстве межличностных отношений каждый человек ощущает по-своему, но в итоге осознает, что «время лечит», т.е. лечит прошлое, удаляет его значимость, особенно это ощущается, если значимость связана с отрицательными эмоциональными переживаниями.

Вместе с тем, как отмечает в своих исследованиях В.Г. Асеев (Асеев, 1981), когда человек стремится к реализации больших высокозначимых жизненных целей, идеалов, завершения которых он ожидает в отдаленном будущем, значимость этих событий, наоборот, как бы **уменьшается от будущего к настоящему**. Человек усилием воли способен так спрессовать жизненные цели, интенсифицируя свою деятельность, что остается впечатление стремительного движения, приближения идеальных целей будущего к реальности настоящего. Волевая личность — та, которая может правильно учесть актуальность и настоящего, и будущего. В этом плане она достигает **своеобразного эффекта изотропности времени**, когда события всех временных точек жизнедеятельности могут оцениваться действительно беспристрастно, адекватно в соответствии с действительной длительностью и важностью события, независимо от его положения во временном пространстве жизни человека.

Таким образом, **временная сфера** коммуникативной, равно как и предметной деятельности человека аналогична **сфере психологического пространства** значимых для человека объектов и событий: человек в

принципе не должен жить ни узкоситуативной сферой настоящего, ни абстрактно отдаленными событиями будущего или прошлого. Объективно важное существенное в будущем не должно перечеркиваться ради настоящего. Хотя мы знаем примеры исторического прошлого, когда ради значимого будущего человек был готов отказаться от настоящего. Адекватное обращение к будущему вовсе не исключает реалистического отношения к настоящему как к значимому. Наоборот, эта обращенность к будущему помогает человеку и человечеству правильно понять ценность настоящего, сохранить истинно значимое в настоящем, прожить его во всей полноте событий и деятельностей «здесь и теперь», как об этом пишут западные гуманистические психологи К. Роджерс, А. Маслоу и др.

Близкие во времени и пространстве события значимы своей известностью, непосредственностью воздействия на человека, который по отношению к ближайшему будущему легко определяется со своими возможностями и затратами. Так, В.А. Иванников, представляя графическую модель угасания значимости события **от настоящего к прошлому**, пишет, что кратковременный недавний опыт «перевешивает» более длительный, но давний, обозначая это взаимодействие человека с предметным миром и с другими людьми как динамический исток значимости. Большие, содержательно значимые жизненные цели требуют более широкой и **развернутой пространственно-временной перспективы**. Чем ближе временная зона, тем она уже, поскольку вмещает в себя мень-

ше событий, и в этом смысле менее значима. В данном отношении перспективное время гораздо обширнее и более значимо, особенно когда речь идет о временной перспективе (Ф. Зимбардо). В настоящем человек занят построением своей деятельности, а в перспективном будущем — построением целей, фиксируя при этом на основе прошлого опыта свои динамические возможности, включая необходимость новых социальных контактов и расширение межличностных взаимодействий.

Способность оптимальной регуляции поведения включает актуализацию, слабо осознаваемую значимость будущих событий, а также готовность к преодолению и подавлению ситуационных, стихийно складывающихся побуждений в настоящем. В диалоге со взрослым, в со-творчестве и со-участии с ним постепенно развивается способность подчинять свое поведение все более отдаленным и значимым целям, превращение этих целей в реально действующие, регулирующие текущее поведение. Это не только закономерность онтогенетического развития человека, но и критерий его нравственной зрелости. **«Позитивная временная перспектива**, создаваемая достойными целями, — это один из основных элементов высокой морали. В то же время это реципрокный процесс: высокая мораль сама создает **длительную временную перспективу** и устанавливает достойные цели», — писал К. Левин (Levin, 1964).

Известный отечественный психолог, ученица К. Левина Б.В. Зейгарник, определяя существенные критерии полноценного развития личности, выделяет умение различать,

разводить в текущей деятельности **разноуровневые цели, способность к целеполаганию**. Как пишет Б.В. Зейгарник (Зейгарник, 1982), трудности и поражения в прошлом, прежние притязания и порой высокая самооценка, соотнесенные с данной актуальной целью, становятся необходимым важным двигателем развития личности. Самолюбие и притязания требуют обязательного преодоления неудач, если не сразу, то через определенное время, когда разовьются и укрепятся соответствующие способности и задатки.

Таким образом, вырабатывается крайне нужное в жизни умение более или менее объективно оценивать возникшую ситуацию, видеть ее не только в актуальной сиюминутности, но и в **развернутой временной перспективе** и находить возможность постановки посильных реальных целей, успешное выполнение которых приблизит в будущем к идеальной цели. В большинстве случаев такие умения вырабатываются во взаимодействии с другими людьми, в постоянном диалоге через творческое постижение другого опыта, через со-творчество, со-переживание успехов и неудач на пути к достигнутой цели. «Отсутствие своевременной корректирующей позиционности, — пишет Б.В. Зейгарник, — возможности сторонней более или менее непредвзятой оценки всей ситуации в целом сплошь и рядом оборачивается многочисленными малыми и крупными неудачами и промахами <...> может помешать выработке полноценного целеполагания» (Зейгарник, 1982, с. 108).

Таким образом, настоящее и прошлое в жизнедеятельности человека,

в его социальных взаимодействиях предстает как нечто уже совершенное, сделанное, реализованное в поступках, в межличностных отношениях, в предметной деятельности. Это так называемая **ближайшая и динамичная зона временного пространства** в жизни человека, как отмечает В.Г. Асеев, а будущее — это **содержательная зона** пространственно-временной его перспективы, поскольку в отношении ее человек активен только в своих ожиданиях, переживаниях, планах. Б.Г. Ананьев (Ананьев, 1980), говоря об особенностях зрелой личности, отмечал, что долговременный характер активности субъекта — это показатель внутреннего единства тактик и стратегий поведения. Поэтому зачастую человек совершает нехарактерный для себя поступок в отношении других лиц либо ввиду захвативших его динамических обстоятельств, либо не сумев противостоять им содержательно в плане влияния на текущее поведение через построение целей и планов деятельности. В данном случае речь может идти о достаточно обширном временном промежутке, чтобы человек мог включиться в реальное событие согласно ожиданиям, планам и выработанным стратегиям поведения, а также представлениям о временной перспективе.

Особенно это важно в практике межличностного взаимодействия, в ситуации общения, где время, временные параметры установления и длительности межличностных контактов, отсроченная во времени обратная связь могут оказывать определяющее влияние на весь ход социальных коммуникаций, будь то процесс переговоров, неформальное

общение в диаде или развитие межличностных отношений в команде профессионалов (Болотова, 1997).

Таким образом, коммуникативная деятельность, межличностное общение **организуется и обогащается в пространстве и во времени**. Это согласование деятельности отдельных участников возможно осуществить благодаря такой характеристике общения, как присущая ему функция воздействия. В широком смысле воздействие есть процесс, реализующийся в ходе взаимодействия двух или более систем, результатом которого является изменение состояния хотя бы одной из них. Эффектом психологического воздействия относительно человека является принятие его субъективных характеристик (установок, отношений, деятельности и т.п.) в результате взаимодействия этого человека с коммуницирующей с ним системой (Петровская, 1989).

Поскольку общее определение психики связано с тем, что психическое формируется в **процессе отражения и интериоризации различных пространственно-временных императивов**, составляющих содержательную специфику реальностей объективного мира, то логичнее заключить, что психологическое воздействие является функцией психологического пространства и психологического времени. Результативность этого процесса обеспечивается взаимной пространственно-временной упорядоченностью структур взаимодействующих между собой психологических систем.

Как отмечает Г.А. Ковалев (Ковалев, 1989), искусство психологического воздействия в немалой степени

зависит не только от точности «попадания» семантического поля «субъекта» в семантическое поле «объекта», **взаимной упорядоченности их пространств, но и от своевременности** этого попадания, определяемой обоюдной пространственно-временной «заряженностью» взаимодействующих друг с другом систем. Важно принимать в расчет не только сиюминутные эффекты воздействия. Есть ряд научных и эмпирических данных, подтверждающих, что самые глубокие и фундаментальные воздействия — это отсроченные во времени психологические эффекты и результаты воздействия (Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов, М.И. Лисина, К.А. Абульханова-Славская, Л.А. Петровская).

Время как психологическое понятие необходимо для описания особенностей отражения в психике системы динамических параметров и отношений, которые влияют на функционирование и организацию деятельности человека, а также определяют оценку человеком событий его жизненного пути. Как пишут К.А. Абульханова-Славская и Т.Н. Березина в книге «Время личности и время жизни» (Абульханова-Славская, Березина, 2001), личность как субъект деятельности регулирует время осуществления жизни, согласуя ее со временем своих психических процессов (мышления, памяти), состояний (сна, бодрствования, усталости, работоспособности и т.д.)... Она устанавливает сама (или приспособливается к заданным извне) темпы, скорость осуществления деятельности. Если психика структурирует **деятельность в особый временной континуум**, имеющий начало, протяженность, скорость и завершение, то



личность структурирует свою жизнь, по-своему **размещая во времени жизни определенные занятия, деятельности, события.**

Что касается внешних социальных контактов, то резкие временные «скачки» в пространстве межличностных отношений (и в сторону сближения субъектов, и в сторону их отдаления или резкого разрыва отношений), как правило, связаны с самыми сильными эмоциональными переживаниями, **оставляющими долговременный след** в памяти человека (эффект Зейгарник).

Жизненное значение для нормального физического и психического развития ребенка имеет, как показали исследования М.И. Лисиной (Лисина, 1986) и др., наличие **длительного и постоянного временного оптимума** положительно окрашенных эмоциональных тактильных контактов матери и младенца, довольно длительного и интенсивного их общения на уровне «интимной» дистанции, что может быть обеспечено в основном в режиме диалогических взаимодействий. Многие обоснованно утверждают (Л. Валлон, Э. Эрикссон, Ж. Пиаже, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин, М.И. Лисина и др.), что кризисы в психическом развитии обусловлены резкими переходами **в пространственно-временных отношениях, в пространстве** взаимоотношений с родителями (когда родителями вводятся межличностные временные и пространственные императивы и различные дистанции в отношениях). Наоборот, бескризисное, полноценное, здоровое развитие осуществляется там, где достигается своеобразный **«пространственно-временной баланс»** и при

относительной автономии, самостоятельности и пространственной отдаленности растущей личности на долгое время сохраняется психологическая близость в отношениях, продолжается непрерывный диалог между родителями и детьми.

Все это дает основание выдвинуть предположение, что **категории пространства и времени могут быть крайне эвристичными для исследования механизмов и условий организации межличностных взаимодействий, и коммуникативной деятельности в частности.**

Психологически важно выяснить, **как изменяются эти отношения во времени, какие временные условия или особенности могут оказать влияние на эффективность процесса коммуникации.**

Так, Л.А. Петровская (Петровская, 1989), изучая вопрос о значении обратной связи в процессах межличностного восприятия и оценки людьми друг друга, отметила, что обратная информация, поставляемая через механизм обратной связи, может быть прямой, **непосредственной и оценочной**, т.е. подаваемой во время реального процесса общения. Но действие такой обратной связи не всегда оказывает благоприятное воздействие на процесс межличностных отношений, поскольку в данном случае она носит оценочный и установочный характер, нарушает паритетность позиций партнеров в ситуации общения, отдавая некоторые преимущества одному из участников взаимодействия. Более благоприятное воздействие на процессы межличностных отношений оказывает **обратная связь опосредованная**, адекватная ситуации и носящая

интерпретационный характер, высказанная в плане желательных или возможных изменений, но не констатирующая и не поданная в форме критики, оценки. Deskриптивный характер обратной связи дает возможность партнеру в пространственно-временном континууме учесть опыт прошлых неудач, ошибок и перестроить стратегии поведения, оптимально основываясь на наличной действительности, **сочетая прошлый опыт с текущим моментом времени.**

Однако представленные стратегии психологического воздействия скорее характерны для монологической формы межличностных контактов, когда один из участников процесса общения находится в прямой зависимости от актуальных обстоятельств либо внутреннего, либо внешнего типа (ситуативность и импульсивность поведения как проявление низких регуляционных возможностей).

В связи с этим особого внимания заслуживают стратегии психологического воздействия, и в частности, развивающие стратегии, которые обеспечивают актуализацию потенциала собственного саморазвития каждой из взаимодействующих сторон. Психологическим условием реализации такой стратегии может быть диалог.

Это предполагает, что две системы в состоянии диалога начинают образовывать **некое общее пространство и временную протяженность**, создавать единое «событие», в котором воздействие (в традиционном «субъект-субъектном» смысле) перестает существовать, **уступая место пространственно-временному**

**единству двух систем.** В психологическом смысле мы считаем, что монологическая форма общения с ее одномерными стратегиями воздействия целесообразна в условиях трансляции готовых социальных содержаний (значений), в то время как диалог оперирует более глубоким индивидуально-смысловым содержанием субъективной сферы человека как открытой системы.

Это и определяет возможности реализации психологических эффектов и **специфических пространственно-временных особенностей** указанных стратегий психологического воздействия.

Другими словами, монологическая форма общения может обеспечивать оперативные, но **кратковременные психологические эффекты** в рамках конкретной психологической ситуации. И если система монологических воздействий будет носить устойчивый характер, то и психологические эффекты также будут стабильными, оказывая **долговременное влияние** относительно объекта воздействия.

В этой связи, как отмечает Г.А. Ковалев, традиционная система образования во многом моносубъектна по своей природе и ориентирована на получение скорее оперативных ситуационных «технических» эффектов психологического воздействия с преобладанием императивного стиля этих воздействий. Что касается диалогической формы воздействия как психологического оптимума общения, то сейчас пишут о том, что ребенок с самого детства **недополучает полноценного по времени и пространству положительного опыта** близких контактов со значимым для

него социумом, социальным окружением (прежде всего родителями), что негативно сказывается и на физическом созревании, и на психологическом, личностном развитии.

Все это впоследствии может оказать влияние на возможности самореализации человека на всем протяжении его жизненного пути. Поэтому основу организации полноценного воспитательного процесса на всех этапах личностного становления ребенка должно составить обеспечение и развитие **различных по времени, но многократно воспроизводимых** диалогических контактов, следствием чего становится саморазвитие, самовоспитание личности, которое продолжается в течение всей жизни.

Впервые к исследованию самосознания в отечественной психологии обратился Л.С. Выготский. Согласно Л.С. Выготскому, самосознание подростка можно рассматривать не только как феномен его личности и сознания, но и **как особый временной момент** развития личности подростка, биологически обоснованный и социально подготовленный всей предшествующей его историей. Процесс становления самосознания подростка Л.С. Выготский рассматривает также стадийно, как поэтапное развитие, где каждая предыдущая ступень как бы подготавливает последующую. Таким образом, осуществляется **временная последовательность** в развитии самосознания от самопознания к самоотношению и саморегуляции (Выготский, 1982).

Идея непрерывности развития самосознания в течение всей жизни отчетливо выделяется в работах С.Л. Рубинштейна. «Самосознание не изна-

чальная данность, присущая человеку, а продукт развития. В ходе этого развития, — пишет С.Л. Рубинштейн, — по мере того, как человек приобретает жизненный опыт, перед ним открываются не только все новые стороны бытия, но и происходит более или менее глубокое переосмысление жизни» (Рубинштейн, 1997, с. 130). Наивысшей ступени самопознания личность достигает тогда, когда формируется не только понятие о себе в **настоящем**, но и устремленность, **проецирование себя в будущем**. Сущность человека не может быть раскрыта полностью исходя только из прошлого и настоящего, в котором таятся задатки, устремления, потенции еще не реализованные, но требующие своего проявления и **актуализации в будущем** (Запорожец, 2000).

Эти устремления играют роль **временного детерминирующего фактора**, заставляющего человека выбирать определенную линию поведения на относительно длительный срок, что и предопределяет в дальнейшем его жизненные планы и цели как стратегии жизни (Абульханова, 1991).

Нам представляется, что подход к рассмотрению самосознания с выделением его **процессуальности во временном плане** обуславливает динамичность самосознания, которое находится в постоянном движении, изменении не только в онтогенезе, но и повседневном функционировании в процессе саморегуляции поведения. При этом процесс развития самосознания включен в генезис самой личности, которая развивается по мере того как ребенок становится личностью в диалогическом

взаимодействии с Другим, а также осознанием своего **жизненного пути во времени** (Мухина, 1985).

Вместе с тем диалог — это обоюдодоткрытый процесс, это **разворачивающийся во времени** диалектический, а иногда и конфликтный процесс, психологические последствия которого **зачастую отсрочены во времени**. Поэтому диалог предполагает не только достаточно высокий уровень психологической культуры субъекта, но и то, что диалогу надо учиться, т.е. постоянно развивать коммуникативные умения личности.

Теоретические основы, основные психологические условия для обеспечения личностно-развивающего общения, общения-диалога обосновал известный представитель современной гуманистической психологии К. Роджерс (Rogers, 1972), который выдвинул три условия общения-диалога:

а) естественность и спонтанность в выражении субъективных чувств и настроений, которые возникают **«здесь и теперь»**, **«в каждый момент» взаимодействия**;

б) безусловно позитивное отношение к другим людям, забота о другом и принятие его таким, каков он есть **сейчас и здесь**;

в) эмпатическое понимание, умение тонко и адекватно сопереживать чувствам и настроениям **другого в течение всего времени контакта** в общении.

К. Роджерс, как видим, **постоянно подчеркивает временные параметры организации общения: «здесь и теперь», «в каждый момент», особо выделяя**, что эмпатическое понимание в перспективе может помочь лучше почувствовать реальное состояние

другого, потенциально влияющее на психические и личностные изменения в самой воспринимающей личности.

Но чтобы обеспечить процесс активного эмпатического слушания, по К. Роджерсу, **субъекту необходимо уметь концентрироваться на временных психических состояниях, на том, что чувствует собеседник в данный момент, не опережая во времени и не интерпретируя его мыслей заранее**.

Рассматривая общение как совместную деятельность в контексте диалога, мы обнаруживаем, что это есть взаимопонимание и согласование совместных действий, их **упорядоченность в пространстве и во времени**. А.А. Леонтьев (Леонтьев, 1999) выделяет три уровня упорядоченных во временной последовательности действий:

1) когда **на основе прошлого опыта выбираются** соответствующий стиль и форма взаимодействия (эмоциональная поддержка, фасилитация или нейтральное общение);

2) когда необходима выработка стиля в зависимости от условий и **ситуации настоящего момента** «здесь и теперь» (со-творчества, со-радования, со-участия);

3) когда возможна корректировка стиля взаимодействия в соответствии с **«образом будущего»**, которая нацелена на продуктивность психологического воздействия или нейтрализацию его отрицательных последствий.

Карл Роджерс (Rogers, 1972) обратил внимание на определенные качества человека, способствующие установлению диалогических отношений, зрелому и полноценному поведению в ситуациях взаимной и

односторонней поддержки, необходимости оказания психологической помощи другому. В ряду этих качеств наибольший интерес, по К. Роджерсу, вызывают:

- конгруэнтность — умение быть самим собой;
- эмпатия — ощущение и понимание внутреннего мира другого;
- бескорыстная доброжелательность и теплота;
- безусловное принятие внутренних переживаний человека, которому хочешь помочь.

Эти качества не являются чертами характера в традиционном понимании, но способность к подлинному общению, глубокому пониманию и безусловному принятию других лучше всего отражает латентное состояние этих качеств и их будущее развитие в соответствующих обстоятельствах. Развитие таких качеств предполагает готовность предоставить другому человеку достаточно **жизненного пространства и времени**, чтобы он мог найти и реализовать себя. Это измерение выходит за пределы прошлого и настоящего. Поддерживая и принимая другого в диалоге таким, как он есть, важно воспринимать его как постоянно изменяющегося и развивающегося в жизненном **пространстве и во времени субъекта**, обнаруживая его потенциальные возможности, интенции к изменениям и перспективы личностного роста. Эффективность такого личностно-развивающего диалога общения — в поиске выхода за пределы актуальных образов и воспоминаний, в развитии способности к постоянным изменениям и самореализации в настоящем и будущем, в возможности предвидеть позитивные или негативные последствия непродуктивных

форм межличностных взаимодействий, в умении «здесь и теперь» уловить эмоциональное напряжение субъектов общения и максимально их нейтрализовать.

Снятие напряжения в диалогообщении потребует и определенных **временных затрат** от субъектов общения, **развития временной компетентности** как необходимого компонента компетентности в общении (Болотова и др., 2008).

Умение ставить реальные временные цели, оптимально строить взаимодействие во времени, изменять **временные рамки общения**, знать допустимые этические нормы и **лимиты взаимодействия во времени**, облегчая создание атмосферы доверия и принятия в ситуации диалога общения, составляет психологическое содержание **временной компетентности**, одной из важных сторон коммуникативной компетентности (Болотова, 2006). Для компетентных во времени респондентов характерно умение тонко, адекватно и своевременно «здесь и теперь» сопереживать чувствам и настроениям другого в течение всего времени взаимодействия. В контексте клиент-центрированной терапии, терапевтического влияния диалога-общения необходимо отметить, что в каждый момент взаимодействия собеседнику необходимо **предоставить время** для решения собственных проблем, осмысления прошлого на пути продвижения к будущему.

Феномен временной компетентности применительно к диалогообщению можно рассматривать как некое тождество эмпатийности, которая означает не только сочувствие, живой эмоциональный отклик

на эмоциональное состояние другого, но и как желание, **готовность «потратить» свое собственное время** на сопереживание и поддержку, что обеспечивает условия для обоюдного личностного роста. Развитие данной готовности потребует какого-то времени, но она задает мощный толчок процессам личностного саморазвития в будущем, запускает механизм творческого роста, самосовершенствования, осознания себя, своего творческого пути во времени. Как отмечал С.Л. Рубинштейн: «Способность к организации времени, его использованию как ценности для саморазвития, самосовершенствования субъекта есть важнейшая жизненная способность личности» (Рубинштейн, 1997). В рамках рубинштейновской концепции личности как субъекта жизни и активности личности это определенный ценностный способ проецирования себя в будущее и осуществление самоорганизации личности. Иначе говоря, в межличностном взаимодействии с другим человек **способен строить временную транспективу своей жизни, организовывать сквозное видение своей жизни из настоящего в прошлое и будущее**. Такие субъект-субъектные отношения в диаде основываются на понимании, которое имплицитно несет в себе постижение другого человека. Понимание и принятие в межличностных отношениях выступает как активное сопереживание, событие «здесь и теперь» в едином пространстве и времени.

Однако, чтобы обеспечить процесс активного эмпатического слу-

шания в диалоге-общении, важно научиться чувствовать состояние партнера, уметь видеть изменения этих состояний **в пространстве и во времени**. Этому может способствовать не отсроченная во времени обратная связь. Следует отметить, что изучению роли обратной связи в развитии коммуникативных умений придается большое значение, обусловленное тем, что она рассматривается не только как средство, но и как цель обучения в социально-психологическом тренинге (Л.А. Петровская, Э. Аронсон, О.В. Соловьева, М. Кларин). Ряд зарубежных авторов, изучающих роль обратной связи в процессах межличностного общения, считают, что основная ее функция — это коррекция поведения и совершенствование социальных взаимодействий (Ж. Ньюттен). Успешность межличностного контакта в диалоге в большой мере находится под влиянием таких ее характеристик, как содержание, объем и, конечно, **время и своевременность**. **Отсроченная во времени** межличностная информация по поводу волновавших когда-то событий может быть искажена **фактором времени**, она не отражает всей полноты эмоциональных переживаний.

Таким образом, время оказывает многозначное влияние на особенности пространственно-временной организации деятельности и межличностных отношений человека в современном быстро меняющемся мире. Можно утверждать, что время — один из важных, но крайне малоиспользуемых резервов психической организации личности, ее самореализации в социуме.

## Литература

- Абульханова-Славская К.А.* Стратегия жизни. М.: Наука, 1991.
- Абульханова К.А., Березина Т.Н.* Время личности и время жизни. СПб.: Алетейя, 2001.
- Андреева Г.М.* Социальное познание. М.: Аспект-Пресс, 2000.
- Ананьев Б.Г.* Избранные психологические труды: В 2 т. Т. 1. М., 1980.
- Асеев В.Г.* Значимость и временная стратегия поведения // Психологический журнал. 1981. Т. 2. № 6. С. 28–36.
- Болотова А.К.* Психология времени в межличностных отношениях. М.: МПСИ, 1997.
- Болотова А.К.* Психология организации времени. М.: Аспект-Пресс, 2006.
- Болотова А.К.* Человек и время в познании, деятельности, общении. М.: ГУ-ВШЭ, 2007.
- Болотова А.К., Жуков Ю.М., Петровская Л.А.* Социальные коммуникации. М.: Гардарики, 2008.
- Брушлинский А.В.* Проблема субъекта в психологической науке // Психологический журнал. 1991. Т. 12. № 6. С. 41–50.
- Выготский Л.С.* Собр. соч.: В 6 т. Т. 1. М.: Педагогика, 1982.
- Запорожец А.В.* Психология действия. Избранные психологические труды. М.: МПСИ, 2000.
- Зейгарник Б.В.* Теории личности в зарубежной психологии. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982.
- Каган М.С.* Время как философская проблема // Вопросы философии. 1982. № 10.
- Ковалев Г.А.* О системе психологического воздействия // Психология воздействия: Проблемы, теории и практики. М.: АПН, 1989.
- Леонтьев А.А.* Психология общения. М.: Смысл, 1999.
- Лисина М.И.* Проблема онтогенеза общения. М.: Педагогика, 1986.
- Ломов Б.Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.
- Мухина В.С.* Проблема генезиса личности. М.: МПГУ, 1985.
- Петровская Л.А.* Компетентность в общении. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1989.
- Рубинштейн С.Л.* Человек и мир. М.: Наука, 1997.
- Levin K.* Theorie and social science. N.Y.: Holt, Rinehart & Winston, 1964.
- Rogers C.* A client centradet approach to therapy // Psychology Cashbook. N.Y.: Academic Press, 1972.