

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В БРАКЕ И ПРИ РАЗВОДЕ

Т.Т. Семенова

Читинский государственный университет, Россия, ISPSmed@mail.ru.

Введение. В настоящее время убедительно показано, что характер временной организации определяет адаптационные возможности человека. Объективным параметром, характеризующим их, может служить показатель индивидуальной минуты (ИМ), то есть способность к адекватному внутреннему отсчету временных интервалов. Каждый человек обладает своими внутренними часами, и успешность его адаптации к меняющимся физическим, биологическим и социальным факторам зависит от того, насколько хорошо отрегулированы эти часы.

Восприятие времени – это отражение длительности, скорости и последовательности реальных явлений и событий. Субъективное восприятие отрезков времени объясняется неодинаковой информационной насыщенностью жизни человека [2]. Способность к внутреннему отсчету времени может базироваться на разных механизмах. На темпе нервно-химических процессов, определяющих ход внутренних часов, сказываются цикличность обмена веществ, ритм сердечных сокращений и дыхания, функциональное состояние анализаторов, ходьба многое другое. Но главный источник эндогенной ритмики надо искать в характере деятельности мозговых структур [1].

К числу очевидных аппаратов управления биоритмами принадлежит и СХЯ гипоталамуса с эпифизом, которые, учитывая хронобиологическую природу феномена, уже априори должны быть, заинтересованы и в организации восприятия времени. Поскольку в индивидуальном восприятии времени большую роль [3] отводят гиппокампу, становится очевидными связи индивидуального отсчета времени и эмоционального состояния, ибо гиппокамп, являясь частью лимбической системы, принимает участие в формировании эмоций. Отчетливые изменения восприятия времени возникают у здоровых людей в состоянии эмоционального напряжения и стресса. Было показано, что в случае создания дефицита времени (что является одним из стрессовых факторов) скорость опознавания образов падает с 0,76 мс до 1,12 мс.

Рядом авторов убедительно доказаны связи индивидуального восприятия времени и характеристик сердечно-сосудистой и вегетативной нервной системы. Если изменения ИМ под действием меняющихся физических и биологических факторов уже не вызывает сомнения, то влияние социальных факторов на внутреннее восприятие времени еще требует доказательств. До настоящего времени считается, что в семейных парах конфликты возникают при, так называемом, психологическом несоответствии. Мы же предположили, что причина кроется в рассогласовании ритмов и различии временной организации между супругами.

Материалы и методы. Мы провели исследования на 318 мужчинах и женщинах, проживающих в браке и на 100 мужчинах и женщинах, находящихся в разводе. У них определяли показатели хронотипа по Степановой (1991) и величину индивидуальной минуты (Мельникова С.Л., 1993). Кроме этого, оценивали и некоторые другие физиологические параметры: вегетативный индекс Керде, уровень экстро-интроверсии и нейротизма (Айзенк, 1961). Все изучаемые показатели определялись несколько раз на протяжении длительных интервалов времени. Весь материал обработан с помощью многофакторного анализа с использованием СКАД «Диана» (Власов О., 2001).

Полученные результаты и их обсуждение. В результате обработки всей совокупности полученных данных оказалось, что большинство обследованных нами людей относится к аритмичному типу, т.е. достаточно хорошо адаптирующихся к изменению распределения нагрузок в течение суток. Этот тип с точки зрения временной организации наиболее мобильный. Минимальные значения показателя хронотипа (62,8), т.е. склонность к активности в вечернее время были зарегистрированы у мужчин, а максимальные значения (71,5) у женщин, которые отдают предпочтение утренним нагрузкам. При этом распределение показателей хронотипа показало, что крайние типы встречаются преимущественно у женщин.

Изучая изменения данного показателя в зависимости от возраста, мы выяснили, что у мужчин в молодом возрасте практически не встречается «чистых утренних» и «вечерних» типов. Они появляются лишь в возрастной группе 36-45 лет. У женщин «чистые вечерние» типы встречаются во всех возрастных группах, а «утренние» лишь в 18-22 года и старше 45 лет». «Аритмики» одинаково часто встречаются, как среди мужчин, так и среди женщин. При этом, доля их в возрастной группе 23-35 лет у женщин существенно меньше, чем в других возрастных группах.

Таким образом, интегральный показатель, характеризующий временную организацию физиологических процессов в организме, имеет отчетливые половые различия, которые меняются с возрастом.

Разделив всех обследованных нами лиц по показателю хронотипа, мы обнаружили, что люди с разной временной организацией имеют различия и в показателях других изучаемых нами систем. Так показатель индивидуальной минуты, хотя имел достоверные половые различия, существенно отличался у людей с разным хронотипом. Утренний тип, как у мужчин, так и у женщин отличался способностью переоценивать время в большей степени, чем испытуемые других групп. Наиболее адекватно оценивали время «аритмики». Это еще раз свидетельствует о том, что они наиболее легко адаптируются к внешним воздействиям.

Состояние вегетативной нервной системы также отличалось у людей принадлежащих к разным хронотипам. Направленность изменений у мужчин и женщин была сходной. С одной лишь разницей, что у мужчин, в среднем, изначально выше уровень симпатотонии. Самые низкие значения вегетативного индекса зарегистрированы в группе «утреннего» типа, самые высокие в группе «вечернего».

Проведя регрессионный анализ полученных результатов, мы выявили следующие закономерности. Временные показатели у женщин связаны с показателями, характеризующими состояние сердечно-сосудистой и вегетативной нервной системы. Кроме того, выявлены связи с доминированием полушария, уровнем эмоциональной устойчивости и показателем экстра-интроверсии. Коэффициент корреляции составил 0,33.

$$\text{Хр.тип} = 36,2 + 0,33 * \text{Пульс} - 6,38 * \text{ВИ} + 0,13 * \text{Возраст} + 0,203 * \text{Адд} - 0,14 * \text{Адс} + 0,048 * \text{ИМ} - 1,14 * \text{полуш.} - 0,08 * \text{экстр-интр.} + 0,057 * \text{нейротизм}$$

У мужчин по всей генеральной совокупности подобных связей не выявлено. Это свидетельствует о том, что мужчины наиболее просто приспосабливаются к меняющимся временным параметрам. У женщин, как правило, смена временного режима затрагивает практически все физиологические функции и поэтому адаптация происходит более сложно.

Вступление в брак заставляет каждого из партнеров адаптироваться к другому. В этом случае возникает явление психофизиологической адаптации. В результате чего, должно происходить согласование и индивидуальной ритмической организации. Проанализировав изучаемые нами показатели у мужчин и женщин в разводящихся парах и живущих в успешном браке, мы обнаружили достоверные различия. Особенно выражены различия между хронотипом у мужчин и женщин, находящихся в разводе. Мы предположили, что именно разница между параметрами психофизиологических функций лежит в основе конфликтных ситуаций, приводящих к разводу. Результаты представлены в таблице.

Таблица – Попарная разница показателей у мужчин и женщин в браке и при разводе

Показатель	Мужчины и женщины, состоящие в браке (1)	Мужчины и женщины, находящиеся в разводе (2)
Разница хронотипов	16,4 0,9 1:2*** t=3,8	23,7 1,7
Разница ИМ	14,8 1,1 1:2*** t=3,6	19,9 0,9
Разница показателя экстра-интравертированности	3,6 0,2 1:2*** t=3,3	4,8 0,3
Разница показателя нейротизма	4,6 0,3 1:2*** t=3,6	6,4 0,4
Разница ВИ	0,4 0,2	0,19 0,1

Выводы. Полученные данные свидетельствуют о том, что между партнерами существует разница как во временной, так и в психофизиологической организации. При этом эта разница в «успешных» браках достоверно меньше, чем в семьях, находящихся в разводе.

Литература:

1. Арушанян, Э. Б. Место гиппокампа в биоритмологической организации поведения / Э. Б. Арушанян // Успехи физиологич. наук. – 2001. – Т. 32. – № 1. – С. 79-95.
2. Мельникова, С. Л. Колебания показателей, характеризующих индивидуальное восприятие времени / С. Л. Мельникова // Вест. новых медицинских технологий. – 1999. – Т.4. – № 3-4. – С. 7.
3. Степанова, С. И. Биоритмологические аспекты проблемы адаптации / С. И. Степанова – М.: Наука, 1986. – 242 с.