

## ПСИХОЛОГІЧНА СТРУКТУРА СПРИЙНЯТТЯ ВІЛЬНОГО ЧАСУ СТАРШОКЛАСНИКАМИ

УДК 159.9: 379.8.091.2

КУНЦЕВСЬКИЙ Є.В.

аспірант кафедри соціальної роботи, факультет психології, КНУ ім.Т.Шевченка, м. Київ

У поданій статті представлено психологічний аналіз категорії «вільний час». Наведені результати емпіричного дослідження сприйняття вільного часу старшокласниками та побудовано відповідну теоретичну модель.

**Ключові слова:** *вільний час, дозвілля, інтерес, потреба*

### ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ВОСПРИЯТИЯ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ СТАРШЕКЛАСНИКАМИ

В данной статье представлен психологический анализ категории «свободное время». Приведены результаты эмпирического исследования восприятия свободного времени старшеклассниками, построена соответствующую теоретическую модель

**Ключевые слова:** *свободное время, досуг, интерес, потребность*

Складність дослідження категорії «вільний час» полягає у тому, що його постійно ототожнювали з категорією «дозвілля». Досі у дослідженнях переважала соціологічна чи соціально-економічна концепція, згідно до якої вільний час розглядався як об'єктивна категорія – тобто час, який на формально-конвенціональному рівні вважався вільним: від праці, навчання, різноманітних обов'язків. «Дозвілля» це – поняття, що позначає відповідні організаційні форми, в яких особистість має змогу реалізувати власний вільний час (визначений для неї суспільством).

Таким чином, проблематика дозвілля як низки фіксованих засобів організації вільного часу досі становила інтерес, по-перше, для соціологів і маркетингологів, які визначають наявний або потенційний попит на *споживання* окремих дозвіллевих форм. По-друге, для педагогів, які продовжують розвивати думку про те, що вільний час як такий становить потенційну загрозу, ризик для дітей і підлітків, оскільки вони, не здатні визначити для себе корисний спосіб його організації.

Практично всі статті та методичні посібники з педагогіки дозвілля радять якомога суворіше структурувати вільний час підростаючого покоління, аби убезпечити його від негативних соціальних явищ (алкоголізм, наркоманія та ін.) та а- й антисоціальних молодіжних об'єднань.

Натомість, педагоги пропонують включати дітей та підлітків до суспільно-активної та навчальної діяльності. Ідеальний день для підлітка – це день повністю запланований – від шкільних уроків, до курсів іноземної мови та занять у спортивній секції з невеличкою перервою на, власне, відпочинок (рекреацію).

Натомість, з психологічної точки зору, *вільний час як такий існує лише у індивідуальному сприйнятті особистості*, лише вона визначає власний час як «вільний» або «не вільний».

Якщо розглядати категорію вільного часу як *часу вільного від та часу вільного для*, більшість підходів, орієнтовані на аналіз часу як «вільного від», який виступає або споживацькою зоною (соціологія, маркетинг), або зоною потенційного ризику, загрози (педагогіка). Відтак, поняття «вільний» втрачає свій сенс.

На сьогодні ми можемо констатувати відсутність психологічних досліджень з проблеми вільного часу загалом та особливостей сприйняття вільного часу підлітками, зокрема.

Саме тому, з метою визначення психологічного змісту сприйняття вільного часу старшокласниками та побудови психологічної моделі вільного часу, нами було проведено два фокус-групових інтерв'ю (на базі середньої загальноосвітньої школи №166), в якому брали участь старшокласники 10-11 класів (20 осіб), батьки старшокласників (5 осіб), шкільні психологи (2 особи) та педагоги (3 особи).

Виявилось, що учням важко визначити, що таке вільний час – першою згадкою було: «його немає». Наступною був сон та, так звані, «важливі справи». Згодом, виявилось, що у час, вільний від занять багато хто зі старшокласників відвідує різноманітні секції та курси, однак, майже жоден них не назвав час, проведений там, вільним.

Одна з учасниць фокус-групи, учениця одинадцятого класу, визначила час, проведений у хореографічній секції як свій вільний час. На запитання про те, як вона розуміє, що цей час вільний, вона відповіла: «натхненням щось робити. Там можна проявити себе, свій характер, емоції. Можна знесилитись під час тренування, але зупинитися не хочеться».

До неї приєдналися ще кілька старшокласників, які зазначили, що вільний час – це час, коли ти для себе обираєш щось, що тобі справді цікаво, приносить натхнення і сили, а також відчуття досягнення.

Так само час, проведений у спілкуванні з друзями та однокласниками у соціальних мережах не було визнано вільним. Старшокласники, які брали участь у фокус-групі визнали, що, і перебування («висіння») у соціальних мережах, і спілкування в них є вимушеним та таким, що забирає багато часу.

Аналіз реплік стосовно школи, навчання та вибору ВНЗ дозволив зробити висновок про те, що старшокласники відчують тиск з боку школи, вимушеність та безглуздість навчання, тому час, об'єктивно вільний від обов'язків, використовують для «відриву» –

повної релаксації (сон, спілкування, комп'ютерні ігри). Однак і цей час вони не називають вільним:

«Вільний час – коли мені дають право вибору. Роблю те, що хочу.

- Чого Ви хочете, що Вам цікаво?

- Нічого. Я дуже втомлююся і весь час хочу спати.

- У мене немає вільного часу.

- Що Ви робите для того, щоб у Вас не було вільного часу?

- Сплю».

«- А у Вас є вільний час?

- В принципі має бути (невпевнено).

- А як Ви розумієте, чи він є?

- Це те, що я роблю для себе, щоб мене не змушували.

- Хто змушує?

- Школа».

В свою чергу, педагоги, які брали участь у фокус-групі, наголошували на тому, що вільний час старшокласника – це час призначений для додаткового навчання та підготовки учня до вступу у ВНЗ. Решту часу, який лишається після цих занять, учень може витратити на відпочинок (фізичний, емоційний тощо). Більше того, педагоги стверджували, що батьки і школа мають лишати для підлітків якомога менше вільного часу.

Шкільні психологи відмітили, що навантаження на старшокласників зростає з кожним роком, прямо пропорційно до випуску. Вони вважають, що об'єктивно, вільний час у старшокласників є, однак більшість з них витрачають його на «нічогонероблення», куди потрапляють заняття не схвалювані дорослими: «У випускних класах вільного часу практично немає – велике навантаження та додаткова освіта, однак у дев'ятикласників та десятикласників його багато. Але, зазвичай, вони нічого не роблять: гуляння по вулицях, розпивання пива. У них немає іншого вибору. Важливо, щоб для старшокласників хтось пропонував вибір, однак, зазвичай, їм диктують що вони мають робити».

Батьки старшокласників висловили дві позиції: з одного боку, завантаженість підлітків шкільним навчанням росте, й у них ледве вистачає часу на відпочинок, з іншого – коли у підлітка з'являється вільний час – зростає батьківська занепокоєність відносно того, чи не потрапить підліток до поганої компанії. Окрім того, батьки говорили про те, що старшокласнику має бути властива дорослість, відповідальність, оскільки наближається час вступу до вищих навчальних закладів.

На питання про те, хто обирає спеціальність, ВНЗ та відповідні курси, батьки відповіли, що здебільшого вони самі вирішують,

оскільки підлітки є незрілими і їм важко визначитись чого вони хочуть. У деяких випадках батьки радилися з дітьми стосовно їхнього найближчого майбутнього і приймали рішення разом.

Таким чином, бачимо протиріччя між твердженнями: «старшокласник має бути відповідальним і самостійним» та «він ще підліток і не розуміє.. не може вибрати...»

Старшокласники вирізняють вільний час та дозволя, чітко визначаючи останнє як конкретні засоби, форми організації життя поза звичних шкільних та домашніх обов'язків (наприклад, спілкування з друзями, ігри на комп'ютері). Проте, вони не вважають цей час *вільним*.

Вільний час особистість переживає як час, не стільки *вільний від* навчання або домашніх обов'язків, скільки як час *вільний для* реалізації власного інтересу. Ті старшокласники, яким вдається збагнути власний інтерес (не потребу, не соціальні очікування) переживають відчуття свободи, усвідомлюють те, що відбувається, здатні долати перешкоди й труднощі – для них існує смисл власної діяльності.

Таким чином, *вільний час у психологічному вимірі це переживання особистістю можливості самовизначення, усвідомлення власних прагнень, інтересів, вільного вибору та реалізації*. В свою чергу, усвідомлення вільного часу, здійснення вибору відповідно до особистісних інтересів є одним із критеріїв визначення особистості як суб'єкта власної діяльності.

Суб'єктність слід розуміти, з одного боку, як *зовнішню активність*: суб'єкт як носій активності, той, хто продуктивно виконує певну діяльність; людина, наділена здатністю до свідомої саморегуляції і саморозвитку в цій діяльності. У цьому контексті суб'єктність є фундаментальною психологічною характеристикою людини як суб'єкта діяльності (К.О. Абульханова-Славська, О.О. Бодальов, В.П. Зінченко, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн, Б.Д. Ельконін та ін.); з іншого – важливого значення набуває *внутрішня активність*, спрямована на зміну людиною самої себе та свого ставлення до світу, а, отже, суб'єктність розглядається як інтегральна властивість особистості (О.Г. Асмолов, Л.І. Божович, О.Ф. Бондаренко, В.О. Татенко, Т.М. Титаренко, І.С. Якиманська та ін.).

Найважливішим завданням раннього юнацького віку дослідники визнають формування у людини готовності до включення в існуючу систему соціальних зв'язків і відносин, прийняття важливих рішень, до життєвого самовизначення [2]. Становлення особистості суб'єктом учбово-професійної діяльності визначають як послідовне сходження від ситуативно залежної поведінки до позаситуативної самоорганізації [1].

Однак, не кожен підліток здатний до усвідомлення власних інтересів на тлі існуючих потреб, таких як потреби у спілкуванні

з однолітками, прийнятті, ідентичності, а також під тиском соціальних очікувань та вимог.

Наявність *потреб* у людини свідчить про те, що вона відчуває жагу в чомусь, що знаходиться поза нею – у навколишніх предметах чи в іншій людині, що означає, що вона – істота нужденна, і в цьому сенсі пасивна. Разом з тим потреби людини є вихідними спонуками до діяльності: завдяки ним вона виступає як активна істота. У потребах, таким чином, уособлена людина як істота, що відчуває жагу і разом з тим дієва, нужденна й, наразі активна [4].

Натомість, *інтерес* за Рубінштейном С.Л., вирізняється з-поміж інших тенденцій, що виражають спрямованість особистості, «зосередженістю на визначеному предметі думок, що викликає прагнення ближче ознайомитися з ним, глибше в нього проникнути, не випускати його з поля зору. Інтерес - тенденція або спрямованість особистості, що полягає в зосередженості її помислів на певному предметі. Під помислом ми при цьому розуміємо складне і нерозкладне освіта - спрямовану думку, думку-турботу, думку-участь, думка-прилучення, всередині себе містить і специфічну емоційну забарвленість» [4].

Як спрямованість помислів, інтерес істотно відрізняється від спрямованості бажань, в якому первинно проявляється потреба. Інтерес позначається на спрямованості уваги, думок, помислів; потреба - у потягах, бажаннях, у волі. Потреба викликає бажання в якомусь сенсі володіти предметом, інтерес – ознайомитися з ним. Інтереси є тому специфічними мотивами культурної і, зокрема, пізнавальної діяльності людини.

*Усвідомлення потреби може викликати інтерес до предмету, здатному її задовольнити, але неусвідомлена потреба як така є все ж потребою (переходить в бажання), а не інтересом (курсив авт.).*

Котлер визначає потребу як «стан відчуття базової незадоволеності, пов'язаної з умовами існування». Це, так звана, «родова потреба – як потреба зумовлена людською природою, така що не створюється суспільством, вона існує до виникнення попиту, будучи прихованою або вираженою. Бажання, на думку Котлера, є специфічними засобами задоволення більш глибоких потреб. Якщо родові потреби стабільні і нечисленні, то бажань багато, вони міняються, на них постійно впливають соціальні сили. Бажання перетворюються в потенційний попит на специфічні товари, якщо вони підкріплені здатністю і бажанням купити [3]. Атталі і Гійоме стверджують, що бажання формують (генерують) потреби, у тому числі, ті, які наразі не приносять задоволення, але без яких неможливо обійтися, оскільки в соціумі вони визнані «нормальними». Кейнс вважає, що існують *абсолютні потреби*, які ми відчуваємо їх безвідносно до соціальних очікувань та відносні потреби, які ми відчуваємо лише тоді, коли їх

задоволення підносить нас над іншими, змушує почуватися вищими за інших. Насичення абсолютних потреб можливе, а відносних – ні, оскільки чим вище загальний їх рівень, тим більше прагнення цей рівень перевищити [3].



Схема 1. Мотиваційні сили, що детермінують благополуччя індивіда

Дослідження психологів дозволяють встановити загальні напрямки мотивації, що пояснюють поведінкові прояви а також детермінанти загального благополуччя індивіда. Ці детермінанти можна поділити на три групи: комфорт, насолода та стимуляція. На схемі 1 графічно розкриваються відносини між трьома детермінантами, з одного боку, та їх зв'язок з благополуччям індивіда – з іншого.

Три мотиваційні сили, що детермінують благополуччя індивіда, можна коротко описати таким чином.

1. Пошук комфорту, обумовлений поведінкою двох видів: перший знижує напругу шляхом задоволення гомеостатичних потреб, другий – спрямований на боротьбу з нудьгою за допомогою таких стимулів, як новизна, зміна, нестабільність, невизначеність, ризик і т.д.

2. Пошук насолоди, який також виникає з двох джерел: насолоди, з необхідністю присутньої при зниженні напруги, й насолоди, що забезпечується стимулами.

3. Пошук стимуляції, не тільки як засобу боротьби з нудьгою,

але й заради самої стимуляції, поза прагнення до якої-небудь іншої мети, крім самої себе, що створює насолоду і формуючої можливості для розвитку і самореалізації індивіда.

Пошук комфорту має на меті подолання дефіциту і забезпечення, таким чином, негативного блага; насолоду і стимуляція мають на меті забезпечення блага позитивного [3].

Виходячи з розуміння потреб та інтересів як двох різних за змістом інтенцій, можемо говорити про те, що усвідомлення вільного часу особистістю розгортається принаймні у двох площинах (див табл.1), що накладає свій відбиток на специфіку організації дозвілля.

Йдеться про те, що об'єктивна наявність вільного часу породжує у підлітка певний дискомфорт (занепокоєність, нудьга та ін.). За відсутності виражених усвідомлених інтересів підліток воліє задовольняти актуальні потреби (відпочинок-релаксація, спілкування тощо) або змушений відповідати соціальним очікуванням найближчого оточення.

**Таблиця 1.** Особливості сприйняття вільного часу старшокласниками

Час, вільний від..	Базова установка стосовно вільного часу	Час, вільний для..
Звільнення від обов'язку	Об'єктивні умови	Наявність вибору
Актуальна потреба	Суб'єктивні умови	Усвідомлений інтерес
Дискомфорт \ занепокоєність	Переживання	Свобода вибору
Полегшення		Ентузіазм, захоплення
Релаксація		Натхнення
Рух по інерції	Дії	Постановка задач

Відповідно, у нього не виникає відчуття свободи, він інтуїтивно розуміє, що цей час не є вільним (що і виявили результати фокус-груп), не дивлячись на те, що він об'єктивно звільнений наразі від шкільних чи домашніх обов'язків.

Проблема полягає у тому, що практично жоден підліток у подібній ситуації не здатний усвідомити і, більш-менш, чітко артикулювати свій дійсний інтерес. Те, що можна отримати від них за допомогою прямих питань – лише фіксація у свідомості нагальних «родових» або «соціальних» потреб. А, відтак, постає питання про створення особливим чином організованого середовища перетворення неусвідомлених інтенцій, бажань тощо у чітко усвідомлюваний інтерес.



### Література

1. Адамська З.М. Психолого-педагогічні засади розвитку суб'єктності майбутніх психологів. – Рукопис. Автореф.канд.дис.- Тернопіль, 2010
2. Азлецкая, Е.Н. Личностные и средовые детерминанты формирования субъектности личности. – Рукопись. Автореф.канд.дис.- Краснодар, 2001
3. Ламбен Жан-Жак. Стратегический маркетинг. Европейская перспектива. Пер. с фр. – СПб.: Наука, 1996. –589 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии СПб.: Питер Ком, 1999. - 720с.

The article presents analysis of «free time» as psychological category. The author provides results of an empirical study of personal perception of leisure by high school students and also built an appropriate theoretical model.

**Keywords:** *free time, leisure, interests, needs*