

Justyna KURTYKA-CHAŁAS*

INDYWIDUALNE WŁAŚCIWOŚCI PERCEPCJI CZASU U OSÓB STARSZYCH Z PERSPEKTYWY BADAŃ WŁASNYCH

Streszczenie

W artykule zostaną przedstawione wyniki badań własnych odnoszące się do osób w wieku powyżej 60 r.ż. Celem przedstawionych w artykule analiz było poszukiwanie powiązań pomiędzy percepcją czasu, w kategoriach metafor a postawami życiowymi. Prezentowane wyniki badań stanowią fragment szerszego projektu badawczego zrealizowanego przez autorkę. Wyniki badań wskazują na istnienie istotnych powiązań pomiędzy wybranymi postawami życiowymi a percepcją czasu u osób starszych. Artykuł składa się z części teoretycznej wprowadzającej w teoretyczne podstawy badań oraz z części empirycznej, w której zostały przedstawione wyniki badań empirycznych.

Słowa kluczowe: *osoby starsze, percepcja czasu, metafory czasu, postawy życiowe*

Teoretyczne podstawy badania własnego

Czas jako perspektywa dostępna każdemu człowiekowi jest przedmiotem analiz na gruncie nauk społecznych, filozoficznych, humanistycznych. Jest to perspektywa, która może stać się przedmiotem analizy zarówno z perspektywy naukowej jak i praktycznej. Czas jest pojęciem jednocześnie niezwykle szerokim, w którym można ująć ogólne ramy funkcjonowania człowieka w jego różnych wymiarach,

* **Justyna Kurtyka-Chałas** – dr n. hum. w zakresie psychologii, adiunkt w Instytucie Socjologii, Wydział Nauk Historycznych i Społecznych, Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie.

dochodząc do poczucia jego skończoności i terminowości z perspektywy jednostki, dochodząc do doświadczenia nieskończoności z perspektywy ogólnej. Czas jednostkowy może być spostrzegany bardzo wąsko, jako czas życia konkretnego człowieka. W ujęciu ogólnym czas jest obszarem, który trwa, niezależnie do nas, od tego czy my trwamy.

Biorąc pod uwagę analizowany w badaniach okres rozwoju człowieka, który jest ostatnim z wyróżnionych na gruncie psychologii stadium życia. Jednocześnie biorąc pod uwagę w założenia współczesnej psychologii rozwojowej człowiek rozwija się przez całe życie. W tym rozumieniu żaden z etapów życia nie jest mniej lub bardziej istotny z perspektywy możliwości rozwojowych osoby.

W terminologii naukowej i akademickiej pojęcie czasu jest różnorodnie definiowane. Podstawy dla rozumienia tego pojęcia zostały stworzone przez C. Nosal, który w oparciu o prowadzone badania empiryczne sformułował tezy dla rozumienia tego zjawiska¹. Szczegółowe przedstawienie tej zróżnicowanej i szerokiej problematyki wykracza poza ramy i obszar tematyczny niniejszego opracowania. W literaturze zwraca się uwagę na powiązania pomiędzy czasem fizycznym a czasem psychologicznym. Zauważa się, iż czas psychologiczny opiera się na czasie fizycznym, jednocześnie nadając mu subiektywny wymiar². B. Bajcar wskazuje, że to, co człowiek przeżywa jest doświadczane jednocześnie w kategoriach fizycznych i umysłowych. Te dwa rodzaje doświadczeń, w kontekście doświadczaniu czasu, nie są izolowane, lecz zostają skoordynowane w osobistej koncepcji czasu³. L. Zająć-Lamparska podkreśla, że obszarem w pewien sposób zaniedbanym w obszarze psychologii czasu jest perspektywa czasu teraźniejszego. Zdaniem tej Autorki, w literaturze przedmiotu dominuje ujęcie koncentrujące się na przeszłości lub przyszłości. Natomiast perspektywa teraźniejsza, aktualna jest w małym stopniu dostępna, a nawet nie jest eksponowana nawet gdy analizowane są zjawiska w nim zachodzące⁴. A. Brzezińska i in. zauważają, że ludzie różnią się tym, na czym koncentrują swój aktywność i co organizuje tę aktywność. Dla jednych osób najważniejsze jest to, co dzieje się tu i teraz, dla innych wspomnienia i porównania

¹ Cz.S. Nosal, B. Bajcar, *Czas psychologiczny: wymiary, struktura, konsekwencje*. Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN, Warszawa 2004.

² L. Zająć-Lamparska, *Specyfika perspektywy temporalnej w okresie wczesnej i późnej dorosłości*. w: *Zagadnień psychologii rozwoju człowieka*. tom III, red. E. Rydz., D. Musiał, Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego KUL JP II, Lublin 2010.

³ B. Bajcar, *Wielowymiarowość osobistych koncepcji czasu*. „Roczniki Psychologiczne” 2000, nr 3, s. 71-93.

⁴ L. Zająć-Lamparska, *Czas teraźniejszy w funkcjonowaniu człowieka*. „Szkice Humanistyczne” 2013, Tom XIII, Nr 1, s. 216.

oraz odniesienia do tego, co dzieje się tu i teraz. Dla jeszcze innych osób ważne są plany na przyszłość. „Czas jest więc ważnym wyznacznikiem naszego zachowania, w czasie historycznym, zanurzony jest cały proces naszego rozwoju, w kategoriach czasu spostrzegamy różne wydarzenia, nadając im określone znaczenia przez porównanie ich do tego, co było kiedyś lub do tego, co chcielibyśmy by było, o czym marzymy lub co planujemy krok po kroku i potem realizujemy”⁵. A. Brzezińska i in. zwracają uwagę, że funkcjonowanie człowieka w każdym okresie jego życia jest jednocześnie zanurzone w przestrzeni społecznej i w czasie – obiektywnym i spostrzeganym subiektywnie oraz obdarzonym znaczeniem, przez każdego nieco inaczej⁶. Omawiane perspektywy próbuje się umieszczać na dwóch wymiarach. W pierwszym ujęciu w wymiarze wertykalnym, można wtedy mówić o funkcjonowaniu człowieka w tym samym czasie, w różnych środowiskach społecznych. Drugim obszarem jest wymiar horyzontalny, czyli na podwójnej osi czasu:

- a. przeszłości – terażniejszości – przyszłości jednostki
- b. przeszłości – terażniejszości – przyszłości otoczenia społecznego⁷.

Z perspektywy funkcjonowania człowieka istotne jest aby pamiętać, że przeszłość i przyszłość psychologiczna są częścią pola psychologicznego, które istnieje w danym momencie. Perspektywa czasowa ulega zmianie i jest niezwykle dynamiczna⁸.

Keough, Zimbardo i Boyd wskazują na następujące przejawy dominacji jednej perspektywy czasowej:

- a. skupienie na terażniejszości – osoby posiadające tę perspektywę czasową są najbardziej ukierunkowane na doświadczanie chwili bieżącej, nie ulegają wpływom przyszłych lęków, ale też mają trudności z odraczeniem gratyfikacji swoich potrzeb i zamierzeń.
- b. skupienie na przyszłości – osoby posiadające tę perspektywę są bardzo sprawne w wyznaczaniu i osiągnięciu celów oraz planowaniu długofalowych strategii działania, potrafią powstrzymać się od ryzykownych zachowań, mogą jednak zaniedbywać swoje obecne relacje społeczne.

⁵ A. Brzezińska, R. Kaczan, L. Rycielska, *Czas, plany, cele. Perspektywa czasowa osób z ograniczeniami sprawności*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2010, s. 12.

⁶ Tamże, s. 13.

⁷ Tamże.

⁸ Tamże, s. 15.

- c. skupienie na przeszłości – osoby posiadające tę perspektywę, cenią tradycję i jej przestrzegają, często wspominają przeszłość w sposób emocjonalny, mogą być sztywne i konserwatywne w poglądach⁹.

Natomiast K. Obuchowski dokonał interesującej analizy zmian, jakim podlegają ludzie w trakcie życia. Wyróżnił cztery typy idealne:

- a. ludzie zakotwiczeni w przeszłości;
- b. ludzie nastawieni na realizację zasady *carpe diem* (korzystaj z dnia), czyli zorientowani na „tu i teraz”;
- c. ludzie skoncentrowani na budowaniu i realizowaniu planów przyszłego funkcjonowania;
- d. ludzie, którzy potrafią zintegrować trzy perspektywy czasowe tj. przeszłość z teraźniejszością i swoim wyobrażeniem przyszłości¹⁰.

Nadmierna koncentracja na przeszłości powoduje, że osoba rozpamiętuje ją i traktuje jako podstawowy układ odniesienia do oceny tego, co dzieje się aktualnie. Efektem tej postawy jest bierność na skutek wycofywania się lub niepodejmowanie działań w obawie przed niepowodzeniem. Osoba próbuje obniżyć napięcie, gdyż przeszkadza jej ono w realizowaniu codziennych zadań. Radzi sobie z napięciem poprzez unikanie kolejnych sytuacji, wycofuje się w aktywności, podejmuje nowe działania o charakterze zapobiegawczym. K. Obuchowski ten typ zmian, do jakich prowadzą mechanizmy związane z koncentracją na przeszłości, nazywa neurotycznym¹¹.

W ujęciu K. Obuchowskiego, orientacja na teraźniejszość ma miejsce wówczas gdy „człowiek realizuje wyłącznie adresowane do niego bezpośrednio wymagania otoczenia¹². Jego zdaniem w sytuacji gdy jednostka wypełnia głównie zadania zewnętrzne i dąży do podporządkowania się oczekiwaniom innych osób i poprawnego wywiązania się ze swoich obowiązków, może dojść do zubożenia osobowości. Może się ono przejawiać przykładowo: w zawężaniu zainteresowań, zanikaniu zainteresowania czymkolwiek, zmniejszaniu się liczby stawianych sobie zadań, zawężaniu pól aktywności, przy jednoczesnym wydatkowaniu coraz większej energii w sposób realizacji stawianych przez otoczenie wymagań.

Ostatnia, trzecia grupa zmian osobowości jest związana ze świadomym oddziaływaniem na jednostkę aby wywołać w niej zmiany w określonym obszarze

⁹ K.A. Keough, K.G. Zimbardo, J.N. Boyd, *Who's smoking, drinking and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use*, „Basic and Applied Psychology” 1999, nr 21, s. 149-164.

¹⁰ K. Obuchowski, *Adaptacja twórcza*, Książka i Wiedza, Warszawa 1985.

¹¹ A. Brzezińska, R. Kaczan, L. Rycielska, *Czas, plany, cele...*, dz. cyt.

¹² K. Obuchowski, *Adaptacja twórcza...*, dz. cyt., s. 212.

funkcjonowania. K. Obuchowski nazywa je zmianami programowymi. Mogą one odnosić się zarówno do programu wewnętrznego jednostki, kiedy ona sama chce zmodyfikować jakąś rzeczywistość, jak i do programu zewnętrznego.

Zdaniem K. Obuchowskiego tylko realizacja zadań dalekich w kooperacji z innymi rozpoczyna zmiany o charakterze rozwojowym, czyli umożliwia człowiekowi urzeczywistnianie własnych możliwości, wzbogaca osobowość o nowe właściwości, kieruje uwagę na innych ludzi, stabilizuje kierunek jego działania w kierunku zmiany warunków życia¹³.

Cz. Nosal i B. Bajcar zwracają uwagę, że psychologia temporalności rozwija się głównie pod wpływem paradygmatu poznawczego. „Czas rozpatruje się jako szczególną postać informacji i porządkujących ją modeli umysłowych. Są one strukturami poznawczymi integrującymi różne kategorie pojęciowe – wymiary reprezentacji czasu i postawy względem czasu”¹⁴.

Okresem rozwojowym, który stał się przedmiotem uwagi jest czas starzenia się, czyli ostatni z okresów rozwojowych. Zmiany przebiegające w tym czasie mają charakter zmian wstecznych, co jest spowodowane stopniową degeneracją komórek oraz zanikiem ich zdolności reprodukcyjnych. Starzenie się przebiega na poziomie komórkowym, a kumulacja zmian organicznych powoduje, że są one widoczne około 60 roku życia¹⁵. S. Krzywiński (1993) wyróżnił dwa główne typy zmian w okresie późnej dorosłości: obniżenie sprawności fizycznej oraz tzw. mnoga patologia. Obniżenie sprawności fizycznej wiąże się z zwiększą męczliwością, ograniczeniem zdolności do wysiłku, a także z ogólnym spadkiem wigoru. „W większości przypadków wymierne obniżenie się sprawności fizycznej jest następstwem chorób, a nie samego procesu starzenia się”¹⁶.

Drugim wskaźnikiem starości biologicznej jest tzw. „mnoga patologia”, czyli obecność kilku dolegliwości jednocześnie u tej samej osoby. Wśród najczęściej występujących chorób somatycznych u seniorów wymienia się choroby infekcyjne związane z obniżeniem odporności organizmu, choroby układu krążenia, oddechowego, pokarmowego i układu hormonalnego (głównie cukrzyca), zmiany w układzie moczowym i trudności w obszarze przewodu pokarmowego, a także obniżenie wydolności sercowo-naczyniowej. Opisanie zmiany niekorzystnie wpływają na funkcjonowanie mózgu, a tym samym na sprawność psychiczną. Birren,

¹³ K. Obuchowski, *Adaptacja twórcza...*, dz. cyt., s. 219.

¹⁴ Cz. Nosal, B. Bajcar, *Czas psychologiczny...*, dz. cyt., s. 15.

¹⁵ M. Straś-Romanowska, *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*, w: *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia*, red. B. Harwas-Napierała, J. Trempała, PWN, Warszawa 2009, tom 1, s. 265.

¹⁶ Tamże, s. 266.

Words i Williams (1980, za: I. Stuart-Hamilton, 2000) sugerują, że zwolnienie reakcji, nawet u zdrowych osób starszych może mieć swoje podłoże w ograniczeniu dostaw krwi do mózgu¹⁷. Po 65 roku życia wrasta również prawdopodobieństwo występowania chorób psychicznych. Zmiany w obszarze biologicznym stanowią podstawę zmian w obszarze funkcjonowania społecznego i psychologicznego¹⁸. Skutki tych zmian są porównywalne z konsekwencjami okresu dojrzewania.

Konsekwencją zmian w obszarze biologicznym jest konieczność przewartościowania stosunku do własnego życia i własnej osoby. Nie dla każdego seniora będzie to problemem. Świadomość zachodzących wraz z wiekiem zmian dla jednych będzie stanowić źródło ostrożności a u innych może powodować napięcie, stany depresyjne i trudności w akceptacji nowej sytuacji.

Metodologia badania

Celem przeprowadzonego badania i analiz było ukazanie perspektywy temporalnej, postaw życiowych i ich wzajemnych powiązań u osób w okresie późnej dorosłości.

Postawiono następujące pytania badawcze:

1. Jaką perspektywę temporalną mają osoby starsze?
2. Jakie są postawy życiowe osób w okresie późnej dorosłości?
3. Jakie są powiązania pomiędzy perspektywą czasu a postawami życiowymi u osób starszych?

W celu uzyskania odpowiedzi na postawione pytania badawcze, wykorzystano następujące narzędzia badawcze:

1. Kwestionariusz Metafory Czasu

Kwestionariusz „Metafory Czasu” jest narzędziem, które służy do badania postrzegania czasu. Jego autorką jest Małgorzata Sobol-Kwapińska. Narzędzie przeznaczone jest dla młodzieży i osób dorosłych. Składa się z 95 pozycji, które tworzą 7 skal i 5 podskal. Zadaniem osoby badanej jest dokonanie oceny, w jakim stopniu dana metafora pasuje do jego sposobu myślenia o czasie. Pierwsze dwie skale badają głównie emocjonalne ustosunkowanie do czasu – pozytywną i negatywną jego ocenę. Kolejne skale ujmują sposób odczuwania szybkości i upływu czasu oraz postrzeganie „tu i teraz”. Trzy ostatnie skale dotyczą dostrzegania

¹⁷ I. Stuart-Hamilton, *Psychologia starzenia się*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2000.

¹⁸ M. Straś-Romanowska, *Późna dorosłość. Wiek starzenia się...*, dz. cyt., s. 266.

chaosu czasu, subtelnego uroku czasu i pustki w czasie. Ocena zostaje dokonana w odniesieniu do następujących skal: Czas przyjazny (CZP), w nim wyróżnione są dwie podskale: Czas konstruktywny (CZK) i Czas przyjemny (CPR); Czas wrogi (CZW), w tej skali wyróżnione są podskale: Skończoność czasu (SCZ), Czas przykry (CPK), Zagubienie w czasie (ZAG). Kolejne skale: Szybki upływ czasu (SZC), Wartość chwili (CHW), Chaos temporalny (CHT), Czas subtelny (SUB), Pustka temporalna (PTM)¹⁹.

2. Kwestionariusz Postaw Życiowych (KPŻ)

Kwestionariusz ten jest wielowymiarowym narzędziem samoopisowym, za pomocą którego można mierzyć poziom doświadczanego sensu życia oraz motywacji do nadawania sensu i określanie celu. Podobnie jak oryginalna wersja LAP-R, składa się z 48 twierdzeń. Osoba badana określa stopień, w jakim są one prawdziwe do jego osoby. Badany umieszcza odpowiedzi na 7-stopniowej skali Likerta. Narzędzie to obejmuje sześć skal prostych oraz dwie skale złożone.

Skale proste odnoszące się do poszczególnych postaw egzystencjalnych:

- cel (C; w oryginalne Purpose – PU);
- spójność wewnętrzna (SW, w oryginalne Coherence – CO);
- kontrola życia (KŻ, w oryginalne Life Control – LC);
- akceptacja śmierci (AŚ, w oryginalne Death Acceptance – DA);
- pustka egzystencja (PE, w oryginalne Existential Vacuum – EV);
- poszukiwanie celów (PC, w oryginalne Goal Seeking – GS);
- natomiast skale złożone są następujące:
- osobowy sens (OS, w oryginalne Personal Meaning Indem – PMI), zbudowana z dwóch skal: Cel i Spójność wewnętrzna;
- równowaga postaw życiowych (RPŻ, w oryginalne Life Attitude Balance Indem – LABI), zbudowana ze wszystkich skal prostych, do której wyniki skal Cel, Spójność wewnętrzna, Kontrola życia i Akceptacja śmierci wchodzi z wagami dodatnimi, a wyniki skal Pustka egzystencjalna i Poszukiwanie celów – z ujemnymi.

Każda skala prosta opisana jest przez osiem twierdzeń. Zadaniem osoby badanej kwestionariuszem jest ustosunkowanie się do twierdzeń w nim zawartych poprzez dokonanie oceny w jaki stopniu odnoszą się do nich samych. Badany udziela odpowiedzi z wykorzystaniem 7-stopniowej skali, w której 1 – oznacza całkowicie nieprawda, 2 – nieprawda, 3- raczej nieprawda, 4- nie mam zdania,

¹⁹ M. Sobol-Kwapińska, *Kwestionariusz Metafory Czasu (KMC) Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa, s. 10-12.

5- raczej prawda, 6- prawda, 7 – całkowicie prawda. Badania mogą być przeprowadzane indywidualnie lub grupowo. Czas wypełniania kwestionariusza wynosi około 20 minut²⁰.

Kwestionariusz został opracowany w celu badania podstawowych odniesień egzystencjalnych, które tworzą ocenę własnego życia definiowaną jako sens życia. Skale narzędzia dają możliwość diagnozowania posiadanych celów, poziomu rozumienia rzeczywistości i własnego miejsca w świecie, przekonania o kontroli własnego życia, stosunku wobec własnej śmiertelności a także siły dążenia do zmian i poszukiwania nowych wyzwań.

W dalszej części zostaną omówione wyniki badań empirycznych odnoszące się do grupy 71 osób w okresie późnej dorosłości. Badane osoby były mieszkańcami województwa mazowieckiego. Wszystkie osoby badane były w okresie periodyzowanym w psychologii rozwojowej jako późna dorosłość. W tabeli 1 zostały przedstawione dane wskazujące na liczebność grupy w zależności od płci. W badanej grupie było 49 kobiet i 22 mężczyzn.

Tabela 1. Wiek i płeć badanych seniorów

Płeć	Wiek 60 lat i więcej
Kobieta	49
Mężczyzna	22
Ogółem	71

Źródło: badanie własne.

Wyniki badań własnych

Poniżej zostaną przedstawione wybrane wyniki badań własnych odnoszące się do powiązań pomiędzy metaforą czasu a postawami życiowymi osób starszych. Analiza wyników na poziomie średnich, odchyłek standardowych i stenów wskazuje, że tylko w zakresie skali Czasu Przykrego badani seniorzy uzyskali wyniki wysokie. Pozostałe wyniki znajdują się na poziomie wyników przeciętnych dla danej grupy wiekowej (tab. 1). Na tej podstawie można przypuszczać, że badane osoby starsze, niezależnie do wieku i płci, najczęściej określają czas w kategoriach

²⁰ R. Klamut, *Kwestionariusz Postaw życiowych KPŻ. Podręcznik do polskiej adaptacji kwestionariusza Life Attitude Profile – Revised (LAP-R) Gary’ego T.Rekera.*, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2010.

niosącego rozczarowanie, niepokojącego, zadającego ból, nieuczciwego. Średnie wyniki stenowe są na poziomie wysokim, co może wskazywać o dostrzeganiu przez badane osoby starsze, czasu jako siły zagrażającej i niszczącej. Pozostałe wyniki średnie mieszczą się w granicach wyników przeciętnych.

Tabela 2. Kwestionariusz Metafory Czasu – analiza wyników średnich

Lp.	Skale Kwestionariusza Metafory Czasu	Średnia	Odchylenie standardowe	Sten
1	CZK – Czas Konstruktyny	58,32	10,55	5
2	CPR – Czas Przyjemny	31,73	7,58	6
3	SCZ – Skończoność Czas	20,89	6,29	6
4	CPK – Czas Przykry	23,04	6,74	7
5	ZAG – Zagubienie w Czasie	20,66	5,70	6
6	SZC – Szybki Upływ Czasu	29,82	5,0	6
7	CHW – Wartość Chwili	23,42	3,37	5
8	CHT – Chaos Temporalny	14,56	3,79	5
9	SUB – Czas Subtelny	16,15	3,60	6
10	PTM – Pustka Temporalna	10,83	3,51	6
11	CZP – Czas Przyjazny	90,06	17,54	6
12	CZW – Czas Wrogi	64,59	17,24	6

Źródło: badanie własne.

Badane osoby starsze uzyskały głównie wyniki średnie w zakresie postaw życiowych. Wyniki średnie, odchylenia standardowe i wyniki stenowe, przedstawione są w tabeli 3. W żadnej ze skal badani seniorzy nie uzyskali wyników wysokich lub niskich.

Tabela 3. Wyniki średnie dla Kwestionariusza Postaw Życiowych

Lp.	Skale Kwestionariusza Postaw Życiowych	Średnia	Odchylenie standardowe	Sten
1	Cel (C)	37,93	8,22	5
2	Spójność wewnętrzna (SW)	40,21	7,00	5
3	Kontrola Życia (KŻ)	43,14	7,65	5
4	Akceptacja śmierci (AŚ)	26,13	7,60	5
5	Pustka egzystencjalna (PE)	26,79	8,28	5
6	Poszukiwanie Celów (PC)	36,24	7,13	5
7	Osobowy Sens (OS)	78,14	14,33	5
8	Równowaga Postaw Życiowych (RPŻ)	84,38	24,11	5

Źródło: badanie własne.

Interesujące są wyniki uzyskane przez badanych seniorów w zakresie powiązania skal mierzących metafory czasu i postawy życiowe z wiekiem. Wyniki szczególne zostały przedstawione w tabeli 4. Analiza wyników wyraźnie wskazuje, że większość skal mierzących różne obszary spostrzegania czasu w kategoriach metafor wykazują dodatnie powiązania korelacyjne z wiekiem. Wraz ze wzrostem wieku pojawia się większe prawdopodobieństwo spostrzegania czasu w kategoriach metafor badanych kwestionariuszem. Wyniki wskazują również, że skale mierzące postawy życiowe są w mniejszym stopniu skorelowane z wiekiem. Tylko dwie ze skal mierzących postawy życiowe wykazują dodatnie korelacje z wiekiem: Spójność wewnętrzna, Równowaga postaw życiowych, natomiast skala Poszukiwanie celów wykazuje ujemną korelację z wiekiem.

Tabela 4. Korelacje metafory czasu i postaw życiowych z wiekiem osób badanych

Lp.	Skala	Korelacja Pearsona	Istotność
1	Czas Konstruktywny	,185**	,002
2	Czas Przyjemny	,259**	,000
3	Skończoność Czasu	,124*	,037
4	Czas Przykry	,198**	,001
5	Zagubienie w Czasie	,164**	,006
6	Szybki Upływ Czasu	,213**	,000
7	Wartość Chwili	,113*	,056
8	Chaos Temporalny	,161**	,007
9	Czas Subtelny	,362**	,000
10	Pustka Temporalna	,269**	,000
11	Czas Przyjazny	,224**	,000
12	Czas Wrogi	,178**	,003
13	Cel	,020	,737
14	Spójność wewnętrzna	,233**	,000
15	Kontrola Życia	,069	,249
16	Akceptacja Śmierci	,034	,563
17	Pustka Egzystencjalna	-,081	,175
18	Poszukiwanie Celów	-,205**	,000
19	Osobowy Sens	,125*	0,35
20	Równowaga postaw życiowych	,166**	,005

Źródło: badania własne.

Dla wyjaśnienie postawionego problemu i pytań badawczych znaczące było również ukazanie powiązań pomiędzy postawami życiowymi a metaforą czasu. Istotne wyniki z tego zakresu zostały przedstawione w tabeli 5. Widoczne jest, że tylko nieliczne skale mierzące postawy życiowe wykazują powiązania korelacyjne z percepcją czasu wyrażaną w kategoriach metafor. Wyniki wskazują, iż skala

Akceptacji śmierci jest u badanych seniorów dodatnio powiązana korelacyjnie ze skalą Zagubienia w czasie, Skala Kontrola Życia wykazuje ujemną korelację z Chaosem temporalnym i Pustką temporalną. Natomiast skala Równowaga postaw życiowych jest dodatnio powiązana ze skalą Pustka temporalna. Na podstawie uzyskanych wyników można wnioskować, iż badani seniorzy, którzy wykazują się wyższą postawą wskazującą, że śmierć jest procesem naturalnym i dystansem wobec życia mają większą skłonność do ujmowania czasu w kategoriach metafory związanej z zagubieniem w czasie. Metafora ta wiąże się z doświadczaniem czasu jako siły, nad którą nie można zapanować, czegoś co jest trudne do uchwycenia i przecieka przez palce. Można przypuszczać, że badane osoby starsze, które wykazują się akceptacją śmierci, traktując ją jako proces naturalny, równocześnie mają skłonność do spostrzegania czasu jako procesu mało uchwytneho, ulotnego i powodującego zagubienie. Osoby starsze, które odznaczają się postawą związaną z Kontrolą życia, która związana jest z dostrzeganiem przez osobę posiadania kontroli nad własnym życiem i doświadczeniami, ma również przekonanie, że ona sama jest autorem własnych decyzji i działań. Osoby te mają jednocześnie mniejszą skłonność do ujmowania czasu w kategoriach związanych z zawilnością czasu, jego burzliwością poczuciem zagubienia i chaosu. Jednocześnie te osoby badane mają większą skłonność do ujmowania czasu w kategoriach dłużącego się i monotonnego. Badane osoby starsze, które doświadczają efektywnego przeżywania własnego życia, doświadczają poczucia sensu, mają dystans wobec własnej śmiertelności mają większą skłonność do ujmowania czasu w kategoriach metafor wskazujących na ujmowanie czasu jako nadmiernie spokojnego, a nawet nużącego.

Tabela 5. Istotne powiązania korelacyjne pomiędzy postawami życiowymi a metaforą czasu

Lp.	Skale	Zagubienie w czasie	Chaos temporalny	Pustka temporalna
1	Cel			
2	Spójność wewnętrzna			
3	Kontrola Życia		-,278*; 0,34	,267*; ,024
4	Akceptacja Śmierci	,263*; ,026		
5	Pustka Egzystencjalna			
6	Poszukiwanie Celów			
7	Osobowy Sens			
8	Równowaga postaw życiowych			,277*; ,019

Źródło: badania własne.

Przedstawione wybrane wyniki badań wskazują na interesujące zależności istniejące pomiędzy ważnymi dla danej osoby postawami życiowymi a ujmowaniem czasu w kategoriach metafory czasu. Istotne są również wyniki wskazujące na powiązania pomiędzy większością skal mierzący spostrzeganie czasu w kategoriach metafor a wiekiem osób badanych. Natomiast analizy na poziomie wyników średnich wskazały, że badani seniorzy uzyskali najwyższe wyniki średnie i stenowe w skali mierzącej metafory ujmowania czasu Czas Przykry. Natomiast w odniesieniu do postaw życiowych uzyskali wyniki średnie, w żadnej ze skal wyniki nie znalazły się poziomie wyników wysokich bądź niskich.

Podsumowanie

W artykule zostały przedstawione wybrane wyniki badań odnoszące się do objętych badaniem seniorów. Celem przeprowadzonych badań było poszukiwanie powiązań pomiędzy percepcją czasu a postawami życiowymi osób starszych. W analizowanej części badania postawiono trzy badania badawcze, na które udało się udzielić odpowiedzi. Wyniki mogą zaskakiwać małym zróżnicowaniem w zakresie wyników średnich i stenowych. Może być to spowodowane stosunkowo nieliczną grupą badawczą lub być może tendencją osób badanych do udzielania odpowiedzi średnich. Jednak analiza powiązań korelacyjnych pozwoliła na ukazanie trochę szerszego obrazu uzyskanych wyników. Na uwagę zasługują wyniki wskazujące, że badani seniorzy najczęściej ujmują czas w kategoriach czasu przykrego, który odnosi się do rozumienia go jako siły niszczącej. Interesujące byłoby pogłębienie badań w tym zakresie i poszerzenie perspektywy rozumienia tego zjawiska, gdyż przykładowo wyniki dostępnych badań wskazują, że poziom orientacji przyszłościowej, jest dodatnio powiązany z zachowaniami prozdrowotnymi²¹. Powstaje zatem pytanie w jaki sposób i z którymi obszarami może być skorelowana uzyskana przez badane osoby perspektywa czasu. Interesujące są również wyniki wskazujące na liczne i silne powiązania korelacyjne pomiędzy skalami metafory czasu a wiekiem. Dalsze badania mogłyby zmierzać w kierunku uszczegółowienia tych powiązań, w odniesieniu do poszczególnych podskal. Najwięcej wnoszące z perspektywy przeprowadzonego badania są wyniki wskazujące na istnienie powiązań korelacyjnych pomiędzy metaforą czasu a postawami życiowymi. Wyniki te wskazują, które z realizowanych postaw wykazują powiązania korelacyjne z preferowaną postawą życiową. Na podstawie uzyskanych wyników badań można przypuszczać, że interesujące może okazać się poszukiwanie szerszych i bardziej

²¹ K.A. Keough, K.G. Zimbardo, J.N. Boyd, *Who's smoking, drinking and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use*, dz. cyt.

szczegółowych powiązań pomiędzy spostrzeganiem czasu przez osoby starsze a pozostałymi obszarami ich funkcjonowania psychospołecznego. Badanie tego obszaru wydaje się ciekawą perspektywą poznawczą dla przyszłych badań.

Bibliografia

- Bajcar B., *Wielowymiarowość osobistych koncepcji czasu*, „Roczniki Psychologiczne” 2000, nr 3, s. 71-93.
- Brzezińska A., Kaczan R., Rycielska L., *Czas, plany, cele. Perspektywa czasowa osób z ograniczeniami sprawności*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2010.
- Klamut R., *Kwestionariusz Postaw życiowych KPŻ. Podręcznik do polskiej adaptacji kwestionariusza Life Attitude Profile – Revised (LAP-R) Gary’ego T. Reker’a*, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2010.
- Keough K.A., Zimbardo K.G., Boyd J.N., *Who’s smoking, drinking and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use*, „Basic and Applied Psychology” 1999, nr 21, s. 149-164.
- Nosal Cz.S., Bajcar B., *Czas psychologiczny: wymiary, struktura, konsekwencje*, Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN, Warszawa 2004.
- Obuchowski K., *Adaptacja twórcza*, Książka i Wiedza, Warszawa 1985.
- Sobol-Kwapińska M., *Kwestionariusz Metafory Czasu (KMC) Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa.
- Straś-Romanowska M., *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*, w: *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia*, tom 1, red. B. Harwas-Napierała, J. Trempała, PWN, Warszawa 2009.
- Stuart-Hamilton I., *Psychologia starzenia się*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2000.
- Zajac-Lamparska L., *Specyfika perspektywy temporalnej w okresie wczesnej i późnej dorosłości*, w: *Z zagadnień psychologii rozwoju człowieka*, tom III, red. E. Rydz., D. Musiał, Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego KUL JPPII, Lublin 2010, s. 155-176.
- Zajac-Lamparska L., *Czas terażniejszy w funkcjonowaniu człowieka*. „Szkice Humanistyczne” 2013, Tom XIII, Nr 1, s. 215-225.

Justyna Kurtyka-Chałas: *Individual attributes of time perception in the elderly from the perspective of own research*

Summary

The article will present the results of own research relating to people over 60 years of age. The aim of the analyzes presented in the article was to look for links between the perception of time, in terms of metaphors and life attitudes. The presented research results are part of a wider research project carried out by the author. Research results indicate the existence of significant links between selected life attitudes and the perception of time in older people. The article consists of the theoretical part introducing the theoretical basis for the research and the empirical part in which the results of empirical research were presented.

Keywords: *older people, perception of time, time metaphors, life attitudes*