

Czesław Nosal, Beata Bajcar (2004). *Czas psychologiczny: wymiary, struktura, konsekwencje*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN, ss. 192

Mimo że czas psychologiczny jest wymiarem, o którym wspomina się w kontekście wielu koncepcji psychologicznych, to jednak niezwykle często jego analizę można było uznać za wycinkową, powierzchowną i mającą charakter głównie spekulatywny. Można odnieść wrażenie, że do niedawna psycholodzy unikali podjęcia się rzetelnej analizy czasu psychologicznego, co poniekąd wynikało z licznych trudności badawczych oraz niedookreślenia pojęciowego lub też – jak zauważa W. Łukaszewski (1993) – z licznych niepowodzeń, jakie spotykali badacze zajmujący się temporalnością. Obecnie można zauważyć, że coraz więcej badaczy włącza w swoje rozważania teoretyczne lub prace empiryczne wymiar temporalny, przyznając mu nierzadko kluczową rolę¹. Z pewnością można jednak stwierdzić, że w polskiej literaturze psychologicznej brakowało książki, prezentującej najważniejsze zagadnienia z obszaru psychologii temporalności. Książki, która przede wszystkim zawierałaby pogłębioną analizę teoretyczną oraz empiryczną pojęcia czasu psychologicznego (opartą m.in. na wynikach współczesnych badań), porządkowała częsty bałagan terminologiczny oraz wyznaczała nowe kierunki badań.

W kontekście tego chciałbym w odniesieniu do monografii Czesława Nosala i Beaty Bajcar zatytułowanej *Czas psycho-*

logiczny: wymiary, struktura, konsekwencje odpowiedzieć na następujące pytania: (1) na ile recenzowana monografia kompleksowo, wielowymiarowo, ale jednocześnie nowatorsko prezentuje najważniejsze zagadnienia psychologii temporalności; (2) czy Autorom udało się dokonać teoretycznego i terminologicznego uporządkowania wyżej wymienionego obszaru; (3) w jakim stopniu zaprezentowane w książce badania empiryczne poszerzają naszą wiedzę o wybranych aspektach doświadczania czasu i wreszcie (4) na ile przedstawione badania i rozważania teoretyczne stanowią dogodny punkt wyjścia do dalszych badań oraz mogą znaleźć zastosowanie w praktyce psychologicznej?

Po pierwsze, chciałbym zająć się teoretycznym aspektem pracy, w celu określenia tego, w jakim stopniu koncepcję teoretyczną Autorów można uznać za wartościową, nowatorską oraz uwzględniającą wszystkie najistotniejsze wymiary czasu psychologicznego. W obszarze teoretycznych rozważań Autorów na szczególną uwagę zasługuje koncepcja trzech względnie niezależnych poziomów kodowania temporalnego. Cz. Nosal i B. Bajcar wyróżniają poziom neurobiologiczny, psychofizyczny oraz egzystencjalny, przy czym każdy z nich odpowiada za określone spektrum temporalności (począwszy od rytmów biologicznych występujących na pierwszym z poziomów, poprzez krótkookresowe oceny czasu charakterystyczne dla poziomu psychofizycznego, a skończywszy na makroskali temporalnej typowej dla poziomu egzystencjalnego). Autorzy w dalszych rozważaniach koncentrują

¹ Warto w tym miejscu wspomnieć m.in. o analizie czasu przeprowadzonej na gruncie psychologii osobowości (K. Obuchowski, J. Koziński) oraz psychologii rozwoju (Trembaka, 2000).

się głównie na ostatnim z wymienionych poziomów, na którym to czas psychologiczny odgrywa znacznie bardziej istotną rolę niż czas pojmowany w sensie psychofizycznym. Mimo że w obrębie poszczególnych poziomów (neurobiologicznego, psychofizycznego oraz egzystencjalnego) występują procesy zróżnicowane pod względem okresowości i tempa przebiegu, to jednak – jak podkreślają Autorzy – są one integrowane i synchronizowane według określonego wzorca temporalności typowego dla danego poziomu. Wyróżnienie wymienionych wyżej poziomów kodowania temporalnego stwarza pewne ramy teoretyczne, dzięki którym możliwe jest uporządkowanie i jednoczesna synteza rozważań nad temporalnością prowadzonych nie tylko na gruncie psychologii, ale również neurobiologii, psychofizjologii czy też psychofizyki.

Co więcej, zaproponowane przez Cz. Nosala i B. Bajcar podejście pozwala również na wypuklenie interakcyjnego i złożonego charakteru całego mechanizmu odzwierciedlenia upływu czasu w mózgu i umyśle człowieka. Mimo iż Autorzy koncentrują się głównie na poziomie egzystencjalnym, trójpoziomą koncepcję kodowania temporalnego bezsprzecznie należy ocenić jako wartościową i nowatorską.

Niewątpliwą zasługą Cz. Nosala i B. Bajcar jest również dookreślenie wielu terminów z obszaru psychologii temporalności. W osobnym – trzecim – rozdziale Autorzy dokonują wyjaśnienia m.in. specyfiki obiektywnych atrybutów czasu, subiektywnych reprezentacji czasu oraz orientacji temporalnych. Wartościowe wydaje się być dookreślenie pojęcia orientacji temporalnej, która – jak słusznie zauważają Autorzy – często traktowana była w literaturze przedmiotu zamiennie z pojęciem perspektywy temporalnej. Cz. Nosal i B. Bajcar podkreślają, że orientację temporalną należy łączyć zarówno z reprezentowaniem czasu na wymiarze przeszłość-teraźniejszość-przyszłość, jak również z określoną aktyw-

nością podmiotu. Dzięki takiemu podejściu możliwa staje się wielowymiarowa analiza orientacji temporalnych, niepomijająca m.in. takich aspektów, jak: teliczność, szczegółowość aktywności jednostki oraz uwzględniająca niezwykle ciekawe pojęcie presji czasu. Wydaje się, że zaproponowane przez Autorów podejście do orientacji temporalnych jest podejściem kompleksowym, doskonale integrującym poszczególne wymiary.

Warto również podkreślić, że istotnym wyzwaniem, przed którym staje badacz próbujący opisać strukturę i wymiary czasu psychologicznego jest uwzględnienie badań i teorii opracowanych na gruncie wielu – innych niż psychologia – dyscyplin naukowych, takich jak chociażby fizyka, medycyna, chemia, antropologia kulturowa. Temporalność jest obszarem, który wręcz wymaga interdyscyplinarnego podejścia. Monografia Cz. Nosala i B. Bajcar, ogólnie rzecz ujmując, spełnia ten warunek. Oczywiście, skoncentrowanie się przez Autorów na analizie poziomu egzystencjalnego wraz z charakterystycznym dla niego pojęciem osobistej perspektywy temporalnej sprawia, że niekiedy zbyt ograniczona wydaje się rola czynników kulturowo-społecznych, rozwojowych czy też afektywnych. Wprawdzie niejednokrotnie Autorzy wspominają o tym, że to właśnie kultura oraz warunki społeczne silnie determinują wzorce temporalności, aczkolwiek czasami analiza wydaje się być zbyt pobieżna w tym względzie. Wydaje się, że bardziej dokładne uwzględnienie wybranych aspektów temporalności, odnoszących się na przykład do obszaru czasu społecznego, takich jak na przykład tzw. „kolonizacja czasu”, upowszechniania się „kultury teraźniejszości”, czy też wreszcie zjawiska „nierównej dystrybucji czasu” (Tarkowska, 1999), stanowiłoby dodatkową wartość recenzowanej monografii. Podobny zarzut może dotyczyć również zbyt powierzchownego potraktowania oddziaływania czynników kulturowych na wybrane

zjawiska „odczuwania” czasu, co jest tym bardziej widoczne w kontekście wyników licznych badań empirycznych, wskazujących na przykład na współdeterminujący wpływ kultury na kształtowanie się orientacji przyszłościowych (Sunberg, Poole, Tyler, 1983; Trempała, 2000).

Niemniej jednak, mogę z całą pewnością stwierdzić, że w recenzowanej monografii Czytelnik znajdzie profesjonalnie przeprowadzoną syntezę dotychczasowych osiągnięć psychologii temporalności, ujętą w nowatorskiej i wartościowej koncepcji. Co więcej, wydaje się, że Autorom udało się uporządkować najważniejsze fragmenty psychologii temporalności nie pomijając najistotniejszych wymiarów, pojęć i mechanizmów.

Tym, co stanowi o wysokiej wartości monografii Cz. Nosala i B. Bajcar są również zawarte w niej wyniki badań empirycznych dotyczących struktury czasu psychologicznego (zawartych w części II monografii) oraz czynników modyfikujących sposób doświadczania czasu (stanowiących treść części III). Przedstawiona przez Autorów obszerna część relacjonująca wyniki badań jest wartościowa z kilku względów. Po pierwsze, należy podkreślić profesjonalizm metodologiczny Autorów, przejawiający się zarówno w zastosowaniu metod statystycznych zgodnych ze współczesnymi standardami metodologicznymi, jak również w wyraźnej tendencji do uniknięcia wielu niedociągnięć i błędów popełnianych we wcześniejszych badaniach nad temporalnością. Przykładem może być – podkreślane wielokrotnie przez Autorów – dążenie do skonstruowania poszczególnych skal pomiarowych w taki sposób, aby istniała możliwość wyodrębnienia deskryptywnych oraz ewaluatywnych wymiarów temporalności, co ostatecznie pozwoliło na bardziej wyraziste określenie struktury temporalności. W konsekwencji, opracowane kwestionariusze pomiarowe pozwoliły badaczom zarówno na określenie perspektywy temporal-

nej (dotyczącej stopnia koncentracji jednostki na przeszłości, teraźniejszości oraz przyszłości), pięciu skal dookreślających organizację działania w odniesieniu do temporalności, jak również dały możliwość pomiaru umysłowych reprezentacji czasu i postaw wobec upływu czasu (w tym przypadku wyodrębniono wymiary: linearności, cykliczności, niekontrolowalności, tajemniczości, destrukcyjności oraz iluzoryczności czasu). Można więc uznać, że wnikliwie i szeroko przeprowadzona przez Autorów prezentacja części empirycznej stanowi szczególnie istotną zaletę recenzowanej monografii, co staje się szczególnie wartościowe w kontekście stosunkowo niewielkiej liczby badań odnoszących się do egzystencjalnego poziomu doświadczania czasu. Co więcej, należy również podkreślić w tym miejscu przejrzystość i czytelność formalną części empirycznej. Jest to z pewnością dodatkowa zaleta, która pozwala Czytelnikowi sprawnie poruszać się w obszarze przedstawianych rezultatów badań nad różnymi aspektami temporalności.

Obszernie przedstawiona przez badaczy część prezentująca przeprowadzone badania okazuje się bardzo ciekawa poznawczo ze względu na niejednokrotnie zaskakujące rezultaty, a także weryfikację dotychczas spekulatywnych opinii o czasie psychologicznym. W świetle badań Cz. Nosala i B. Bajcar uzyskujemy dowody na to, że czas psychologiczny ma przede wszystkim naturę ewentystyczną, gdyż wyznaczany jest głównie przez układy określonych zdarzeń oraz powiązane z nimi cele, plany i szczegóły związane z ich realizacją. Czas psychologiczny, jak zauważają Autorzy, zdecydowanie rzadziej traktowany jest przez podmiot jako wymiar obiektywny, uwarunkowany poprzez abstrakcyjne reprezentacje pojęciowe. Co więcej, badania Cz. Nosala i B. Bajcar wyraźnie wskazują, że w całej strukturze przekonań jednostki na temat czasu najsilniejsze jest postrzeganie czasu jako czynnika niekontrolowanego,

tajemniczego oraz uznawaniu go za czynnik destrukcyjny. Możliwość sprawowania kontroli nad upływem czasu występowałaby z kolei przede wszystkim przy zawężeniu perspektywy czasu do teraźniejszości.

Do ciekawych wniosków dochodzą Autorzy, porównując wyniki badań nad temporalnością w grupie kobiet i mężczyzn. Po pierwsze, warto przytoczyć różnice w zakresie perspektywy temporalnej, odnoszące się przede wszystkim do większej koncentracji na teraźniejszości oraz przeszłości ze strony kobiet w odróżnieniu od mężczyzn przypisujących większą wagę przyszłości. Jak sugerują Autorzy, może to świadczyć o tym, że orientacja temporalna kobiet ma bardziej zachowawczy charakter. Ponadto ciekawe wydają się również wyniki świadczące o tym, że w przypadku grupy kobiet umysłowe reprezentacje czasu zawierają bardzo silny komponent w postaci cykliczności czasu, co w odniesieniu do mężczyzn występuje w zdecydowanie mniejszym stopniu. Autorzy tłumaczą to potencjalnym oddziaływaniem cyklu biologicznego na sposób reprezentowania czasu w mózgu i umyśle kobiet. Jak słusznie sugerują Cz. Nosal i B. Bajcar, dalsze badania mogłyby okazać się potwierdzeniem tezy o wielopoziomym i interakcyjnym sposobie kodowania czasu, a szczególnie o wpływie kodowania temporalnego na poziomie neurobiologicznym na sposób odzwierciedlania czasu na poziomie egzystencjalnym.

Oczywiście nie sposób przedstawić tutaj wielu innych niezwykle ciekawych wyników badań empirycznych. Niemniej jednak, na postawione na wstępie pytanie o to, czy Autorom w oparciu o przeprowadzone badania udało się istotnie dookreślić wybrane zagadnienia psychologii temporalności należy odpowiedzieć twierdząco.

Jak wspomniałem powyżej od tego rodzaju książki, która porządkuje znaczny obszar psychologii temporalności należy ocze-

kiwać, że będzie sugerowała również dalsze kierunki badań, wskazywała zagadnienia wymagające dalszego dookreślenia i zweryfikowania empirycznego. Monografia Cz. Nosała i B. Bajcar jest godna polecenia również z tego względu. Badacze, dysponując obszernym materiałem badawczym wielokrotnie sugerują zjawiska wymagające dalszego dookreślenia, takie jak na przykład konieczność przeprowadzenia badań podłużnych nawet w skali kilkudziesięciu lat, które pozwoliłyby na dokładne uchwycenie specyfiki zmian zachodzących w obrębie temporalności, czy też pogłębionej analizy lingwistycznej sposobów reprezentowania czasu.

Co więcej, praca Cz. Nosała i B. Bajcar może okazać się przydatna również w obrębie szeroko pojętej diagnozy psychologicznej. Wynika to z faktu, iż Autorzy w swojej monografii przedstawili również wyniki badań wskazujących na relacje pomiędzy wybranymi aspektami temporalności a określonymi cechami osobowości, czy też preferencjami poznawczymi. Recenzowana książka pozwala w znacznym stopniu dookreślić wymiary osobowości oparte na koncepcji wielkiej piątki Costy i McCrae oraz koncepcji Gougha i Heilbruna. Większość wyników potwierdza istnienie zakładanych intuicyjnie zależności (zgodnych z obrazem klinicznym), aczkolwiek wykorzystanie przez badaczy analizy ścieżek pozwoliło również na wysunięcie nowych, niekiedy zaskakujących wniosków. Dla przykładu Autorzy ustalili, że wprawdzie neurotyzm jest związany z odczuwaniem presji czasu, jednakże ten wymiar osobowości nie ogranicza w znaczącym stopniu perspektywy temporalnej, na co zwracali uwagę inni badacze. Wśród innych ciekawych zależności prezentowanych przez Autorów warto wspomnieć na przykład o tym, że ekstrawersja koreluje pozytywnie z doświadczaniem czasu jako cyklicznego i złudnego, zaś skuteczna organizacja temporalna jest związana zarówno z tworzeniem

korzystnych relacji interpersonalnych, ale również z dobrym przystosowaniem osobistym i ustosunkowaniem do siebie. Oczywiście nie sposób w recenzji przedstawić wszystkich zależności dookreślających na przykład niektóre wymiary osobowości, jednakże należy zauważyć, że recenzowana książka jest pod tym względem szczególnie wartościowa.

Wskazane powyżej wybrane aspekty monografii Cz. Nosala i B. Bajcar zatytułowanej *Czas psychologiczny: wymiary, struktura, konsekwencje* stanowią w moim odczuciu potwierdzenie tego, że jest to książka wartościowa, ciekawa poznawczo oraz przydatna zarówno dla osób naukowo zainteresowanych psychologią temporalności, jak i tych, których wybrane aspekty czasu psychologicznego interesują w innych kontekstach (np. cech osobowości, preferencji poznawczych itp.).

Remigiusz Koc

LITERATURA CYTOWANA

- Łukaszewski, W. (1993). Zapatrzenie w przeszłość. W: Z. Ratajczak (red.) *Zmiany społeczne. Zagrożenia i wyzwania dla jednostki*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Sunberg, N., Poole, M., Tyler, E. (1983). Adolescent's expectations of future events – A cross-cultural study of Australians, Americans and Indians. *International Journal of Psychology*, 18, 415-427.
- Tarkowska, E. (1999). Społeczeństwo różnych rytmów: przypadek Polski na tle tendencji globalnych. W: P. Sztompka (red.) *Imponderabilia wielkiej zmiany*. Warszawa-Kraków: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Trempała, J. (2000). *Modele rozwoju psychicznego. Czas i zmiana*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego.