

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
PEDAGOGIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE  
PSIHOLOĢIJAS NODAĻA

**BEZSPĒCĪBAS LAIKA PRIEKŠMĀ, TAGADNES  
SUBJEKTĀS DOMINĀŠANAS UN TICĪBAS PĀCĪNES  
DZĪVESĀLĒDZĪNĀJUMS GADOS VECĀKU UN JAUNU  
CILVĒKU GRUPĀS**

BAKALĀURA DARBS

Autore: **Inese Sadauska**

Stud. apl. Nr. Psih is08344

Darba vadītājs: Dr.psyh., doc. Aleksandrs Koševs

RĪGA 2013

## ANOTĀCIJA

Pētījuma mērķis bija izpētīt vai pastāv atšķirības starp vecumiem bezpalīdzības izjūtu laikā priekš, subjektu izjūtu par tagadnes domināšanu un ticības ciešumam pārcenšanās dzīvē. Bezpalīdzības izjūtu laikā priekš ir neapmierinātība ar kontroles trūkuma sajūtu, nerimtu laika plūsmu – laiku, kurš tiek uztverts kā lineārs un vienvirziena. Tika izvirzītas sekojošas hipotēzes: gados jauniem indivīdiem būs novērojama izteiktāka bezpalīdzības izjūtu laikā priekš izjūtu un subjektu izjūtu par tagadnes domināšanu, nekā gados vecākiem indivīdiem; gados vecāki indivīdi tūlītīgāk subjektu izjūtu nozīmīgumu salīdzinot ar jauniem cilvēkiem un; gados vecākiem indivīdiem vairāk ticības pārcenšanās dzīvē nekā gados jauniem indivīdiem.

Pētījuma izlase – septiņdesmit trīs daļēni vecumu no 22 līdz 85 gadiem - tika sadalīta 3 grupās: 22-30 gadus veci indivīdi (n=25), 31-60 gadus veci indivīdi (n=24), kā arī 61-85 gadus veci indivīdi (n=25).

Pētījumā tika izmantota anketa, kurā iekļautas 3 aptaujas - Aptauja par bezpalīdzības izjūtu laikā priekš izjūtu (Petrican & Burris, 2011), Aptauja par ticības pārcenšanās dzīvē (Burris & Bailey, 2009), kā arī Aptauja par Laika ilguma izjūtu (Cottle, 1964).

No pētījuma izvirzītām trīs hipotēzēm nav apstiprinājies neviena. Tika atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības subjektu tagadnes domināšanas uztverē starp gados vecākiem indivīdiem, salīdzinot ar gados jauniem indivīdiem. Gados vecāki indivīdi subjektu izjūtu uztver tagadnes domināšanu kā izteiktāku, salīdzinot ar gados jauno indivīdu grupu.

Pretējā gaidāmajam, netika atklātas nozīmīgas atšķirības starp grupām bezpalīdzības izjūtu laikā priekš, tātad gados vecāki indivīdi tūlītīgāk subjektu izjūtu nozīmīgumu salīdzinot ar jauniem cilvēkiem un viņiem netika novērota ciešāka ticības pārcenšanās dzīvē salīdzinot gados jauniem indivīdiem.

Pētījumā tika atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības starp vecumu grupām tagadnes subjektu izjūtu nozīmīgumu vērtējumā, kā arī tagadnes ilguma vērtējumā: jauniem indivīdiem tagadni vērtējumi subjektu izjūtu nozīmīgumu, salīdzinot ar gados vecākiem cilvēkiem, kuri tagadni uztver kā ilgāku, salīdzinot ar jauniešu grupu. Statistiski nozīmīgas atšķirības atklātas starp trīs vecumu grupām tālākotnes subjektu izjūtu nozīmīgumu vērtējumā: vecākiem cilvēkiem tālākotni uzskatītā par subjektu izjūtu mazāk nozīmīgu, nekā abu jauno grupu respondenti.

*Atslēgas vārdi:* laika uztvere, ticības pārcenšanās dzīvē, vecums

## ABSTRACT

The objective of the study was to examine age differences in temporal inefficacy, that is, discontent with the uncontrollability of the passage of time experienced as linear; subjective predominance of the present and; after death beliefs. It was hypothesised that the younger adults will have higher temporal inefficacy and more expressed subjective predominance of the present as compared to the older adults; the older adults will perceive distant past as subjectively more important than the younger adults; and finally –the beliefs in life after-death will be stronger among the older adults.

Seventy three participants – aged 22 – 85 – were organized into 3 groups, namely 22-30 years old (n=25), 31-60 years old (n=24) and 61-85 years old (n=25).

The participants were asked to respond to the questions of Temporal Inefficacy Scale (Petrican & Burris, 2011), After Death Belief Scale (Burris & Bailey, 2009), and The Duration Inventory (Cottle, 1964).

None of the initial hypotheses was confirmed by the results of the study. However significant differences between the older and younger adults were discovered with respect to the perception of subjective predominance of the present, where the older adults perceived the present as more predominant comparing to the younger adults.

Contrary to the expectation no differences were observed between the groups in temporal inefficacy or subjective evaluation of the distant past. There were no differences discovered between the groups in after death beliefs.

The groups demonstrated significant differences in subjective evaluation of the present, with younger adults considering present as more important than older adults, who in turn had estimated the present as longer, comparing to younger adults. Significant differences were discovered between the three groups in their perception of subjective importance of distant future – the older adults considering distant future as less important, comparing to the other two groups.

*Key words:* perception of time, after death beliefs, aging

## SATURS

Saturs.....	4
Ievads .....	5
Psihofizisk laika p tniec bas paradigma .....	8
Prospekt va un retrospekt va laika uztvere .....	8
Uzman bas v rtu, paral lo pulkste u un denspulkste a mode i .....	9
Skal rais laika noteikšanas modelis .....	10
Kognit vas paradigmas p t jumu saist ba ar citiem laika uztveres aspektiem .....	11
Orient cija laik un p t jumi par laika perspekt vu .....	14
Bezsp c ba laika priekš un laika kontrole .....	17
P t jumi par bezsp c bu laika priekš .....	17
Gerotranscendences teorija .....	18
Laika uztvere un trauksmes izj ta.....	19
N ves tuvums un eksistenci lo šausmu p rvar šana .....	20
Socioemocion l s selektivt tes teorija un n kotnes laika perspekt vas loma.....	20
Šausmu vad bas teorija.....	23
Reli ijas un tic bas p t jumi.....	26
Kopsavilkums.....	29
Metode .....	31
P t juma dal bnieki .....	31
Instrument rijs .....	31
Proced ra .....	33
Rezult ti .....	34
Diskusija.....	37
Secin jumi.....	40
Izmantot s literat ras un avotu saraksts.....	42
1. Pielikums: Aptauja par laika izj tu un priekšstatiem par dz vi p c n ves.....	49

## IEVADS

Cilvku laika uztvere nav mainjusies kopš neandertliešu laikiem, kam raksturīgas konstrukcijas, kas palīdz cilvēkiem tikt galā ar laiku ir strauji attīstījušas. Laiks kā sociāls konstrukts vismaz Rietumu kultūrās un kristietības ietvaros tiek uzskatīts par lineāru – nepagatnes uz nākotni vērstu, kur sākums ir piedzimšana, bet beigās – nāve. Šāds lineārais laiks tiek mērīts ar kalendru un pulksteņu palīdzību, un ir uzskatāms par institucionālu nepieciešamību – tas kļūst jautājums un galvenais mērķis ir bijusi rituālu precīza izpilde un plānošana (Roeckelein, 2008). Bet ne vienmēr cilvēki laiku uztveruši kā lineāru – mitoloģiskais laiks ir ciklisks, atbilstošs dabas norisēm.

Pētījumi par laika uztveri psiholoģijā līdz šim veikti dažādu psiholoģisko pieeju un teorētisko līmeņu ietvaros – no mikro līmeņa, kura galvenais uzdevums ir atklāt, kā notiek laika ilguma noteikšana un kādi procesi ietekmē stimula ilguma noteikšanas precizitāti (piemēram, Wearden, 2005, Hancock & Rausch, 2010) līdz makro līmenim, kur laiks tiek dalīts tagadnes, nākotnes un pagātnes perspektīvās un galvenā interese ir par individuālo orientāciju šajās perspektīvās, identificēšanas ar kādu no tām, šo perspektīvu savstarpējā attiecību uztveri (piemēram, Zimbardo & Boyd, 2009; Cottle, 1964). Atsevišķas teorijas, ekspluatējot laika uztveri, bet dara to netieši, caur citu kultūras konstruktu prizmu, piemēram, Šausmu vadības (*terror management*) teorijas pētījumi par reliģiju un ticību pārcenšiem, kas pārcēnās ir laika paplašināšana un papildus dimensijas iegāšana (piemēram, Morris & McArdie, 2009). Socioemocionālās selektivitātes teorija (Carstensen, 1992, 2006, 2007) liek priekšstatus par laika resursu izsūkumu savu pētījumu dizaina pamatā un vērš uzmanību priekšstatu mijiedarbībai ar sociāli psiholoģiskiem fenomeniem, cilvēku tiekšanās uzturēt emocionāli jēgpilnas attiecības, kad laiks tuvojas noslēgumam.

Jebkura cilvēka darbība, kognitīvie un sociālie procesi notiek laikā, ir cieši saistīti ar laiku, iespējams, ka laika faktors tos determinē un veido. Pētīti, kas nodarbojas ar laika uztveres pētījumiem, katrs ir meklējuši savas unikālas metodes, kā operacionalizēt laiku pētīties vajadzībām. Tāpēc šajā bakalaura darbībā aplūkoti pētījumi ir ne tikai metodoloģiski un konceptuāli daudzveidīgi, bet arī to secinājumi bieži ir pretrunīgi, šauri specializēti un nesniedz viennozīmīgas, visaptverošas, skaidri pamatotas koncepcijas.

Vecumposmā atšķirības laika uztverē pētās fragmentāri un pētījumu secinājumi nav viennozīmīgi interpretējami un dažkārt ir arī pretrunīgi. Tomēr izpratne par dažādiem vecumposmiem raksturogā laika uztveres patnābību un to pamatēsošām emocionālām reakcijām, psiholoģiskiem aizsargmehānismiem un stratēģijām, kas palīdz tikt galā ar bailēm

no n ves, š iet noz m ga. T ne vien autu sniegt piem rot ku atbalstu kritisk s dz ves situ cij s gados veciem indiv diem, bet ar cilv kiem, kuru dz v daž du apst k u d aktualiz juš s domas par mirst gumu, n vi. Zin šanas par to, k cilv ki uztver laiku un k š uztvere main s l dz ar gadiem, paplašina psiholo ijas priekšstatus par cilv ka att st bu l dz pat vecumdien m un auj run t ne tikai par vecumdien s neizb gamo sp ju (k fizisko, t kognit vo) norietu, bet ar par cilv ku psiholo isk s adapt šan s sp j m.

*P t juma m r is:* Izp t t vai past v vecumu atš ir bas starp bezpal dz bas izj tu laika priekš , subjekt vu izj tu par tagadnes domin šanu un tic bu p cn ves dz vei.

*P t juma hipot zes:* 1. Gados jaun kiem indiv diem b s nov rojama izteikt ka bezpal dz bas laika priekš (BLP) izj ta un subjekt va izj ta par tagadnes domin šanu, nek gados vec kiem indiv diem.

2. Gados vec ki indiv di t lu pag tni v rt s k subjekt vi noz m g ku sal dzinoši ar jauniem cilv kiem.

3. Gados vec kiem indiv diem b s nov rojama cieš ka tic ba p cn ves dz vei nek gados jaun kiem indiv diem.

*P t juma main gie lielumi:* Bezpal dz ba laika priekš , tagadnes subjekt va domin šana un tic ba p cn ves dz vei, respondentu vecums.

*P t juma izlase:* pieaugušie, vecum no 22 l dz 85 gadiem.

*P t juma dizains un datu iev kšanas metodes:* P t jum izmantota anketa, kur iek autas 3 aptaujas - Aptauja par bezpal dz bas laika priekš izj tu (Petrican & Burris, 2011), Aptauja par tic bu p cn ves dz vei (Burris & Bailey, 2009), k ar Aptauja pat Laika ilguma izj tu (Cottle, 1964). Anketu izveidojusi un aptaujas adapt jusi I.Sadauska (Sadauska, 2012). Ieg tie rezult ti apkopoti un sal dzin ti tr s vecumu grup s: 22-30 gadus veci indiv di (n=25), 31-60 gadus veci indiv di (n=24), k ar 61-85 gadus veci indiv di (n=25).

Bakalura darba noda „Psihofizisk laika p tniec bas paradigma” apl kotas galven s atzi as un p t jumi par laiku k fiziolo isku realit ti, proti, par iekš jo laika izj tu un ilguma spriedumiem, ko cilv ki izdara. Noda analiz ti kognit v s psiholo ijas psihofizikas paradigmas ietvaros veiktie p t jumi, kuru galvenais vadmot vs bijis subjekt v un objekt v laika atš ir bu vai kop jo iez mju mekl šana un izpratnes veidošana par kognit viem procesiem, kas iesaist ti laika uztver . Tiek raksturotas galven s atzi as par vecumposmu atš ir b m un sniegti to skaidrojumi no kognit v s psiholo ijas viedok a. Orient cija laik un p t jumi par laika perspekt v m tiek apl koti bakalaura darba noda „Orient cija laik – p t jumi par laika perspekt vu” caur F. Zimbardo, T.Kotla un citu autoru atzi m. Laika p tniec bas š autne caur kontroles realiz ciju un indiv da izj tu par tagadnes kontroli, bakalaura darb apl kota, balstoties uz idejas autoru - R. Petrikanas un K. Barisa p t jumu

(Petrican & Burris, 2011). Š p t juma atzi as atrodamas Bakalaura darba noda „Bezsp c ba laika priekš – kontroles ideja”. Noda „N ves tuvums un eksistenci lo šausmu p rvar šana” analiz tas galven s atzi as no Socioemocion l s selektivt tes teorijas un Šausmu vad bas teorijas p t jumu kl sta. Š s abas teorijas, laika uztveri auj izprast plaš k kontekst – k t ietekm indiv da uzved bu, psiholo isko labkl j bu, emocijas, motiv ciju un kognit vos procesus daž dos dz ves posmos. L dz s Socioemocion l s selektivt tes teorijai un Šausmu vad bas teorijai noda apl koti ar reli ijas un tic bas p t jumi, analiz tas atzi as par reli ijas un tic bas noz mi cilv ka dz v – k t pal dz tikt gal ar bail m no n ves un, iesp jams, auj p rvar t laika linearit ti, pied v jot alternat vas laika izpratnes formas.

Bakalaura darba ietvaros apkopota inform cija, balstoties uz 86 publik cij m un zin tniskiem rakstiem, kas ietverti daž dos psiholo ijas izdevumos laika period no 1964. gada l dz 2012.gadam.

## PSIHOFIZISKĀ LAIKA PĀRŅĒCIĀS PARADIGMA

Psihofiziskā pārņēcības ietvaros tiek izstrādāti kognitīvi laika uztveres modeļi. Šajā bakalaura darba nodā aplūkoti populāri modeļi un ar tiem saistīto pētījumu galvenās atziņas, kā arī secinājumi par vecumposmu atšķirībām laika uztverē.

Viens no laika uztveres pārņēcības pamatlicijiem ir franču psihologs Pols Fress (Paul Fraisse). Fress precīzi un skaidri definējis pētījuma jautājumu, strukturējis savu zinātnisko interešu loku un pētījumu ierobežojumus. Atzīdams pētījuma objektu, proti, laika komplicētību, Fress vispirms kārto mērķus: „pasaules laiks” (*world time*) un „personālais laiks” (*personal time*). Fress piedāvāja pētīt laika jautājumu divu konceptu ietvaros: secīguma konceptu, kas ļauj cilvēkam divus atsevišķus notikumus uztvert kā neatkarīgus, citu citam laiksekojošus, kā arī ilguma konceptu, kas raksturojams kā intervālu starp diviem secīgiem notikumiem. Fress interesēja eksperimenti ar cilvēku uztveres sliekšņiem, proti, brīdis, kad cilvēks jau var noteikt un pamanīt secīgumu un stimulā norises ilgumu, kā arī laika uztveres neirofizioloģiskie ekvivalenti cilvēka smadzenēs. Pētījumi tika veikti sekunžu un milisekunžu amplitūdā (Fraisse, 1984). Vislielākie pētījumu laika uztveres psihofizikas jomā lielā mērā seko Fresa pētījumiem.

### Prospektīva un retrospektīva laika uztvere

Subjektīvās laika uztveres pētījumos tiek diferencēti prospektīva (*prospective timing*) un retrospektīva laika (*retrospective timing*) uztvere un ilguma noteikšana. Spriedumus par prospektīvo laiku eksperimentā daļēnīki izdara eksperimentālais situācijās, kurās iepriekš ir tikuši brīdināti, ka tiks vērtēta viņu sprieduma precizitāte par stimulā ilgumu vai tiks lūgti noteikt stimulā ilgumu pēc eksperimentālas manipulācijas veikšanas, piemēram, pirms signāla atskaņošanas tiek paskaidrots, ka būs jāsalīdzina divu signālu garums. Retrospektīva laika pētījumi balstās uz eksperimentālu dizainu, kurā ietvaros vispirms daļēnīkiem tiek dots uzdevums, pēc kura izpildes daļēnīks tiek lūgti novērtēt uzdevuma norises ilgumu, piemēram, cik ilgi viņi ir lasījuši kuru grāmatu, spēlājuši datorspēli vai sēdējuši uzgaidmājtelpā. Abi šie spriedumu veidi balstās uz atšķirīgiem kognitīviem mehānismiem, tādēļ pētījumos tos ir būtiski jānošķir – ja retrospektīvos spriedumos tiek iesaistīti atmiņa, tad prospektīvos spriedumos vairāk tiek izmantotas uzmanības sadalīšanas stratēģijas (Wearden, 2005; Hancock & Rausch, 2010; Bar-Haim, Kerem, Lamy & Zakay, 2010 u.c.).

Dens Zakajs un Riārdss Bloks (Zakay & Block, 1997) novēroja, ka pastāv sakarība starp uztverto laika intervāla ilgumu un aktivitāti, kas noris šajā laika intervālā, proti, cilvēki sliecas pārvērtēt laika ilgumu, kad tikuši veikti sarežģīti iepretim vienkāršiem

uzdevumiem. Tāpat, laika intervāla noteikšanas precizitāte mainās atkarībā no tā, vai uzmanība tiek pievērsta tieši laika ilguma noteikšanai (piemēram, cik ilgi deg ieslēgt lampa), vai respondenta uzmanību novērš kādi citi stimuli (piemēram, luktloka varde) (Zakay, 1992, kopā ar Zakay & Block, 1997). Zinātnieki secināja, ka koncentrējoties uz laika ilguma noteikšanu, reproducētais ilgums eksperimentā daļēni kļūst īsāks. Šie novrojumi varētu tikt interpretēti tā, ka laika uztvere un tā ilguma novērtējums ir cieši saistīts ar uzmanības resursu sadalīšanu.

### **Uzmanības vārtu, paralēlo pulksteņu un denspulksteņa modeļi**

Uzmanības vārtu modelis (*attentional gate model*) paredz, ka cilvēka laika uztvere balstās uz autonomu „metronomu” (*pacemaker*) darbību, kura pulss šķērso atkarīgos no indivīda uzbudinājuma līmeņa (Zakay & Block, 1997). Brīdī, kad cilvēka uzmanība tiek vērsta uz laika intervāla ilguma noteikšanu, nevis uz kādu citu stimulu, atveras uzmanības vārti, metronoma pulss cijas vienību skaits nonkognitīvā skaitlīnijā, kurš tiek reģistrēts un uzskaita, un nodot šo informāciju tālāk darba atmiņai. Par doties rījam signālam par to, ka noteiktais laiks ir beidzies, informācija par pulsa vienību skaitu no darba atmiņas tiek salīdzināta ar dažādiem verbāliem vai skaitliskiem laika marķieriem, kas jau iepriekš atrodami indivīda atmiņā (piemēram, sekundes vai garāks laika intervāls).

Tādējādi indivīdi sadala uzmanību starp dažādiem ārējās pasaules stimuliem un sekošanu laikam, lai noteiktu tā ilgumu. Jo vienkāršāks ir papildus veicamais uzdevums, jo vieglāk sadalīt uzmanību un pievērst to laikam vai metronoma pulsa biežumam. Tā rezultātā uzmanības vārtu caurlaidība palielinās – vairāk pulsa vienību tiek reģistrēts un attiecīgi nonkognitīvā darba atmiņā. Uztvertais laiks līdz ar to šķiet garāks pie vienkārša uzdevuma veikšanas vai tad, ja nedarbojas vispārēji. Uzmanības vārtu modelis skaidro likumsakarības prospektīvās laika uztveres gadījumā (Zakay & Block, 1997) un eksperimentāli apstiprinās runājot par su laika sprādiem – 2 līdz 3 sekundžu garumiem (Bar-Haim et al. 2010).

Anna un Hannes Eisleri piedāvā paralēlo pulksteņu modeli, skaidrojot retrospektīvo laika uztveri (Eisler & Eisler, 2009). Viņi aprakstīja divus sensorus – viens uzkrāj informāciju par eksperimentā piedāvātā standartstimula ilgumu, bet otrs, savukārt, fiksē laika ilgumu standartstimula reprodukcijas laikā. Cilvēks pieņem lēmumu par to, ka ilgums reprodukcijas laikā ir vienāds ar standartstimula ilgumu tad, kad abu sensoru reģistrētais saturš izlīdzinās un ir vienāds.

Līdzīgi šim mai seko ar du lāis denspulksteņa (*klepsydra*) modelis, ko izstrādājis J. Vakermans. Metronoma pulsa vienību uzskaites vietā tiek piedāvāta iekšējā un izplēdes

sistma vai savienoto trauku princips, kur stāvoklis tiek nepārtraukti kontrolēts un reproducētais laika ilgums tiek salīdzināts ar stimula ilgumu (Wackermann & Ehm, 2006).

### **Skalrais laika noteikšanas modelis**

Skalrais laika noteikšanas (SLN) modelis ir šobrīd populārākais prospektīvā laika mēršanas modelis. Tas par laiku iekšjo izjētu balsoties uz 31 mēnu procesiem, kas noris ar eksperimenta dalībniekiem spriežot par laiku. Pirmais lēmējs balstās uz pieņēmumu, ka cilvēkam ir kāds iekšjējs pulss vai pulkstenis, kas uzskaita pulksteņa laikam pielīdzinātus tikšus. Tie, savukārt, tiek uzkrāti hipotētiskā akumulatorā – otrā lēmējs (saskaņā ar termiānā, bet vēl kā ilgtermiānā), un lēmuma pieņemšana pirms sprieduma izdarīšanas par laiku – trešais procesa lēmējs – spriedumi par laiku, tiek izdarīti atkarībā no rezultātu un uzkrāto tikšu skaita. Tādā SLN modelis balstās uz sekojošiem kognitīviem procesiem – informācijas uztvere, iegaumšana vai mnemonika, uzmanības procesi un lēmuma pieņemšana (Grondin, 2001). SLN sistma ietver divus atmiņas veidus: darba atmiņu par ilgumu (cik tikšus uzkrājis akumulatorā) un references atmiņu (laika standarts vai paraugs, kas saskaņā ar eksperimenta vadītāja puses). SLN pētījumi par vecuma atšķirībām laika uztverē līdz ar to ir cieši saistīti ar pētījumiem par kognitīvo procesu atšķirībām starp gados jauniem un vecākiem indivīdiem.

SLN ietvaros veiktie pētījumi par vecumu atšķirībām prospektīvā laika spriedumos ir atklājuši, ka bērni vadās pēc iegaumtā laika standarta, kurš ir saskaņots ar patieso vai eksperimenta paraugu (83% no patiesā) (McCormack et al., 1999, Droit-Volet, Clement & Wearden, 2001, kā minēts Wearden, 2005), jauni cilvēki precīzi iegaum eksperimentā uzdoto laika standartu, bet vecāki cilvēki izdara laika spriedumus parvairākot doto standartu, proti, viņu laika vienības ir objektīvākas (Wearden, 2005). Vecuma atšķirības laika uztverē var tikt skaidrotas kā atšķirības minētajos trijos procesa lēmējos. Prospektīvās atmiņas pētījumu rezultāti par vecākiem cilvēkiem vājši secināt, ka atšķirības rodas references atmiņas dēļ. Tomēr tiek pētīti arī citi kognitīvie procesi (piemēram, uzmanība, atmiņas vecuma atšķirības, lēmuma pieņemšanas procesi) (Wearden, 2005 un Wearden, & Wearden, 1997).

Fizioloģisks skaidrojums iekšjējam pulksteņa tempam ir ermeā temperatūras pazemināšanās/paaugstināšanās, dopamīna lēmēja izmaiņas asinīs, atkrūtotā stimulācija pirms laika stimula demonstrāšanas u.c. P.A. Hankoks un R. Rašs (Hancock & Rusch, 2010) skaidrojot pētījumu atklātās dzimumatšķirības līdz 20 sek. garu laika intervālu uztverē, minē endogēnas un eksogēnas ietekmes. Endogēnā ietekme ir „iekšjējs pulkstenis”, kas atbildē par vispārjo galvas smadzeņu garozas uzbudinājuma lēmēji un iespaido ermeā temperatūru, metabolisma lēmēji organismā, bet eksogēnā ietekme ir sociālā vide un kultūra, kur laika

uztvere ir iem c ta sp ja. Sievietes sal dzinoši ar v riešiem laiku nov rt k tr ku, jo vi u reproduc tie interv li p t jum bija s ki nek v riešu reproduc tie interv li, sal dzinot ar objekt vo stimulu. Tom r p tnieki nekonstat ja vecumu atš ir bas laika interv lu uztver starp tr s vecumu grup m – 19-23 gadus veciem, 43-55 un 65-80 gadus veciem indiv diem.

B tiskas vecumu atš ir bas bija nov rojamas attieksm pret laiku – vec ki cilv ki distanc jas no negat viem notikumiem pag tn , bet negat vus notikumus n kotn uztver k tuv kus.

Neatkar gi no dzimuma, jo vec ks ir cilv ks, jo vair k tiecas uzskat t, ka svar g kie dz ves notikumi ir pag tn – k pozit vie, t negat vie (Hancock & Rusch, 2010).

### **Kognit vas paradigmas p t jumu saist ba ar citiem laika uztveres aspektiem**

P. Fress uzskat ja, ka, v rt jot k da laika perioda ilgumu t l pag tn , var run t par subjekt vu laika uztveri, nevis laika ilguma nov rt jumu. Subjekt vais laiks vai laika perioda nov rt jums samazin s proporcion li cilv ka vecumam, jo cilv ki v rt , piem ram, gada garumu attiec b pret savas atlikušo m ža garumu. Jo vec ks k st cilv ks, jo tr k paiet laiks (Fraisse, 1984).

Retrospekt v laika p t jumi auj ne tikai ieg t laika ilguma nov rt jumu, bet ar subjekt vo dal bnieka saj tu par pavad to laiku (*passage of time judgements*), piem ram, eksperimentos, kur da a eksperimenta dal bnieku skat s aizraujošu filmu (vi i laika rit jumu v rt juši k strauj ku), bet citi s ž uzgaid m telp (vi u laiks ir vilcies gliemeža gait ). Tom r izdarot spriedumu par nodarb pavad to laika ilgumu, tie, kas skat jušies filmu, dom , ka dar juši to ilg ku laiku, nek paties b . Viens no skaidrojumiem ir kognit v aktivit te un notikumu intensit te – tieši t mums liek v rt t to vai citu savas dz ves epizodi k gar ku vai s ku un apzin ties laiku k izstieptu vai t du, kas velkas – ja garlaikojamies, tad dom jam, ka dar m to s ku laiku nek paties b , jo esam sa muši pietic gu kognit vas stimul cijas devu. Turpretim, ja esam patiesi aizr vušies ar kaut ko, tad p c k pat r to laiku v rt sim k gar ku stimulu daudzuma d (Zakay & Block, 1997). Spriedumos par laika garumu (*duration*) noz me ir ne tikai stimulu kvantit tei, bet ar valencei, t piem ram, apdraudošs stimul personai ar paaugstin tu trauksmes l meni un t dej di slikt ku paškontroles sp ju stresa situ cij , liksies laika zi ilg ks, jo tam tiek velt ti liel ki kognit vie resursi, piem ram, uzman ba (Bar-Haim, et al, 2010).

Retrospekt v laika v rt šana ir cieši saist ta ar uztverto notikumu skaitu, apstr d t s inform cijas apjomu un saglab šanu atmi , jo tas kalpo par pamatu attiec ga v rt juma par laika ilgumu izteikšanai. Vecumdien s samazin s vid jais inform cijas apstr des trums un padzi in s atš ir bas starp indiv diem inform cijas apstr des truma zi . Vecum vid ji samazin s atmi saglab t s noteikt laik period uztvert s inform cijas apjoms. J.H.

Vierdents t dej di skaidro „Ziemassvētku efektu”, kad laiks starp Ziemassvētkiem šietami kst arvien sīks, jo vecāki paliekam. Viņi aprīt t izpaužas cilvēku pielgošanās faktam, ka, novecojot, arvien mazāk kas notiek starp Ziemassvētkiem, jo, palielinoties gadu skaitam, cilvēki prātd informāciju lūk, vairāk sliecas aizmirst vai gluži vienkārši ir mazāk aktīvi. Līdz ar to rodas sajāta, ka laiks rit ātrāk vecumdienās salīdzinoši ar jaunību (Wearden, 2005).

M.G. Flahertijs (Flaherty, 1991), pētī attiecības starp subjektīvo un objektīvo laiku situācijās, kad indivīdam kst sarežģīti saskaņot savu laika izjūtu ar objektīvo, proti, pulksteņa laiku, nonācis pie secinājumiem, kas tikai daļi saskan ar iepriekšminētajiem. Analizējot autobiogrāfijas un interviju datus ar dažādiem gadījuma cilvēkiem, viņš atklājis, ka, jo vairāk un sarežģītākus stimulus piedzīvo indivīds, jo lielāku iesaisti (*embeddedness in time*) laiks viņš izjūt. Pie normāla stimula daudzuma cilvēka subjektīvais laika izjūta sakrīt ar objektīvo pulksteņa laiku. Laika stiepšanās (*protracted duration*) sajāta rodas situācijās, kad novrojamas galējības stimulu daudzumā – ja to ir izteikti maz vai tieši pretēji – ļoti daudz. Iespējams, ka Flahertijs šādos secinājumus izdarījis tāpēc, ka definījis stimulu atšķirīgi no eksperimentālos apstākļos radītiem stimuliem. Viņa interpretācijā stimuliem nav jābūt tādiem novērojumiem – tie var būt arī pašā indivīda domas, uzmanības intensitāte vai emocijas noteiktās situācijās, piemēram, esot viena uz skatuves un visi uz mani skatās – 5 sekundes velkas lūni un mokoši – šādu situāciju Flahertijs skaidro kā stimulu rīju neesamību. Rakstot par subjektīvo un objektīvo laika izjūtu, autors salīdzina laika vienību ar laivām, kas visas ir vienas, bet var tikt piekrautas ar atšķirīgu kravu gan pēc apjoma, gan satura (Flaherty, 1991).

T. Bruss un L. Rušendorfs, analizējot laika paradoksu, proti, to, ka aktivitāte mēģinātī laika periodā rit straujā, bet cilvēku sajātas, tos atceroties, šie laika periodi šiet garāki kā garlaicīgi, piedāvājuši matemātiskā modeļi, kas skaidro laika sajātas izmaiņu vecumdienās. Pieņemot, ka ikkatram indivīdam dzīvā paredzami N dažādu tipu notikumi, kur pārdājis N ir cilvēka nāve, mēs katrs pamazām izsmēlam savu individuālo N krājumu vai vismaz iespēju, to piedzīvot pirmo reizi. Viena tipa notikumam atkārtotāšanās saskaņā ar Brusa un Rušendorfa modeļi laika uztveri neietekmē, bet notikumi, kas piedzīvoti pirmo reizi, iespaido retrospektīvo laika ilguma uztveri. Jo vairāk N notiek kādā laika periodā, jo garāks šiet šis laiks. Jo lielāks ir hronoloģiskais vecums, jo mazāk atliek N, ko piedzīvot pirmo reizi. Attiecīgi, laiks vecumdienās šiet ritām lūnā salīdzinot ar tāda pašā garuma laika periodu jaunībā (Bruss & Rūschendorf, 2010).

Retrospektīvais laika pētījumi ir sarežģīti – to būtībā ir jāautājuma par laika novērtēšanu pārkšūms. Vienam eksperimentāla daļēniekam var lūgt novērtēt kaut kāda stimula ilgumu tikai

vienu reizi, jo pēc kļau notiek apmācība un dalībnieks var atskatīties, kas no viņa tiek sagaidīts, līdz ar to šākot izmantot dažādas stratēģijas laika noteikšanai.

Viens no nopietnākajiem metodoloģiskajiem ierobežojumiem veicot eksperimentus ar laika uztveri, ir fundamentālā zinātnieku nespēja eksperimentāli manipulēt ar pašu laiku. Eksperimenta dizains vienmēr paredz to, ka laiks neizbēgami rit vienā virzienā un ir lineārs. Tādējādi jau pats laika virziens var kalpot par iemeslu vai skaidrojumu laika uztveres spriedumu kļūdam, proti, pieaugošas vērtības tiek novērtētas zemāk, bet samākošas – tiek pārvērtētas (Riemer, Trojan, Kleinbohl & Holcl, 2012).

Laika uztveres eksperimentus nav iespējams organizēt variējot pašlaika trumu vai darbojoties ar garākiem laika nogriežņiem. Psihofizikas pētījumi aplūko laika uztveri sekunžu un minūšu garumā – līdz ar to nav iespējams viennozīmīgi attiecināt iegūtos rezultātus uz to, kā cilvēki uztver gadus vai dekādes. Saiknes starp pētījumiem šādi griezumā nepastāv, vai arī to rezultāti ir pretrunīgi un grūti salīdzināmi.

K. Lockenhofa norāda, ka, lūmumi par šiem un garākiem laika sprāžiem un garākiem laika periodiem to garuma noteikšanai, balstās uz atšķirīgiem kognitīviem procesiem – vērtējot šus laika sprāžus mēs iesaistām reālā laika uztveri un vērtējumu, bet garākus laika periodus mēs vērtējam balsoties uz laika mentālu reprezentāciju. Laika mentālā reprezentācija un konstrukts variā atbilstoši vecumam, jo mainās laika subjektīvais trums, subjektīvā laika piesaiste objektīvam laikam, kā arī afektīvā un fenomenoloģiskā snikotnes perspektīvas pašas (Lockenhoff, 2011). Laika uztverē būtiskas ir ne tikai indivīda kognitīvās spējas (uzmanība, atmiņa), bet arī emocionālais konteksts un tādizraisītā bioloģiskā organisma reakcija, ekspektīvas un afektīvās prognozes, globālie laika horizonti (laiks līdz dzimšanai, laiks līdz nāvei) (Lockenhoff, 2011, Wittmann, 2009).

## ORIENTĀCIJA LAIKĀ UN PĀRĒJUMI PAR LAIKA PERSPEKTĪVU

Laika perspektīva tiek definēta kā laika ilgums, kas tiek projicēts uz priekšu - nākotnē (*protension*), atpakaļ - pagātnē, kā arī laika blīvums – notikumu skaits, par kuriem tiek domāts pagātnes vai nākotnes formā (Roedelein, 2008). Šajā bakalaura darbī nodarbošos ar analīzi par pāreju un atziņām no F.Zimbardo un citu autoru pētījumiem, kā arī zinātnieku izvirzīto alternatīvo laika perspektīvas teorētiskie konstrukti.

F. Zimbardo (P. Zimbardo) uzskata, ka laika perspektīva ir būtisks kognitīvais filtrs, kas sadala nepārtraukto apziņas pieredzes plūsmu (*awareness*) pagātnē, tagadnā un nākotnē, bet tas, savukārt, ietekmē domāšanas procesus, jēgas un uzvedību (Zimbardo, 1994, kā minēts Holman & Zimbardo, 2009).

F. Zimbardo un Dž. Boids (Zimbardo, & Boyd, 1999, 2009) piedāvā sekojošas laika perspektīvas: negatīva pagātnes perspektīva, ko raksturo kopīga negatīvā un pesimistiska viedokļa par pagātni; hedoniska tagadnes perspektīva ar orientāciju uz baudu un izklaidi; nākotnes laika perspektīva, kurai izteikta nākotnes plānošana un mērķu izvirzīšana – tīrīgālais motivācijas avots; pozitīva pagātnes perspektīva ar siltu, nostalgisku attieksmi pret pagātni un; fatalistiska tagadnes perspektīva, kurai izteikta bezpalīdzības sajūta par savu dzīvību tagad un arī nākotnē; transcendentā nākotnes perspektīva, kas raksturojama kā ticība dzīvībai pēc nāves.

Zimbardo un Boids uzskata, ka ticība transcendentālai nākotnei pārvērš cilvēkus par slaicgu zaudējumu vai šēršanas tējdi palīdzot tikt galā ar psiholoģiskām ciešanām, ko nāve sagādā. Transcendentālai nākotnei ir neizsmeļams mierinājums un motivācijas avots – tīrīgālais mērķis un tos nav iespējams empīriski pārbaudīt vai noliegt racionālā diskursā. Cilvēkam ar negatīvu pagātnes perspektīvu un fatalistisku tagadnes skatījumu (sajūta, ka nekā šajā dzīvē nav kontrolējams) ticība transcendentālai nākotnei ir vienīgais glābiņš. F.Zimbardo apgalvo, ka 80-95% cilvēku tic dzīvībai pēc nāves, bet šī ticība paplašina nākotnes laika perspektīvu, sniedzot iespēju uzstādīt mērķus, kas sniedzas ārpus dzīves robežām, kā arī samt sodu vai atalgojumu par savu rīcību pēc nāves. Sievietēm ticība dzīvībai pēc nāves ir vairāk izteikta kā vīriešiem, gados jauni un veci cilvēki vairāk sliecas ticēt transcendentālai nākotnei nekā jauni pieaugušie un vidējā gadījumā cilvēki. Salīdzinot cilvēkus pēc to reliģiskās piederības, protestantiem transcendentālai nākotnes perspektīvas, tagadnes hedonisma un pagātnes pozitīvas laika uztveres rādītāji ir augstāki kā citām reliģijām, bet tagadnes fatalisms un pagātnes negatīva laika perspektīva ir vismazāk izteikta (salīdzinot ar jūdaismu, islamu, katolicismu, budismu u.c.). Tagadnes kontroles sajūta vienlaikus arī

kontrol t ar pag tnes un n kotnes perspekt vas. Ide lais personas laika profils ir sekojošs: l dzsvars starp izteiktu pozit vu pag tnes orient ciju un zemu negat vu pag tnes orient ciju, vid ji augstu tagadnes hedonisku orient ciju un zemu tagadnes fat listisku orient ciju (Zimbardo & Boyd, 2009).

Izteikt ka orient cija uz tagadni ir saist ta ar liel ku atkar bu izraisošu vielu (alkohols, narkotikas, cigaretes) lietošanu, bet n kotnes perspekt va tikm r negat vi korel ar atkar bu izraisošu vielu lietošanu (Keough Zimbardo & Boyd, 1999). Tagadnes fat lisms sp c gi korel ar depresiju un trauksmes l meni (Zimbardo & Boyd, 1999).

N kotnes laika perspekt va pak peniski pieaug no mazotnes l dz pusaudzū gadiem (Lessing, 1972). T sar k l dz ar ekonomisko kr zi un bezdarbu, bet t k st dz v ka un aktu l ka, kad cilv kam ir liel ka pašefektivit tes un kontroles saj ta (Seligman, 1975, k min ts Roেকেlein, 2008).

P tot laika perspekt vas saist bu ar respondentu soci liem t kliem, E.A. Holmane un P. Zimbardo (Holman & Zimbardo, 2009) secina, ka indiv diem ar pozit vu pag tnes perspekt vu ir ilgstoš kas attiec bas, vi u dz ve ir vair k cilv ku, kas pilda vec ku funkcijas (vec ki, vecvec ki, krustvec ki u.c.), vi i sa em liel ku atbalstu no imenes. Negat va pag tnes perspekt va saist ta ar maz ku radu skaitu un maz ku atbalstu no imenes. Tagadnes hedoniska perspekt va saist ta ar atbalstu, ko cilv ks sa em no saviem draugiem un pazi m, bet ne no imenes locek iem. N kotnes orient cija, savuk rt saist s ar atbalstu no imenes un tuvu draugu puses, bet visvair k tom r - ar atbalstu, ko indiv ds sa em no sava partnera.

P tot laika perspekt vas veidošan s soci los c lo us un laika perspekt vas psiholo isk s sekas studentu vid , kas n kuši no rk rt gi tr c giem Indijas re ioniem, A. Agarvals, K.K. Tripathi un M. Srivastava (Agarwal, Tripathi & Srivastava, 1983) secin ja, ka ilgstoša depriv cija maina indiv da laika perspekt vu – cilv ks k st maz k v rstis uz n kotni. Postoša ir tieši pieredzes depriv cija (attiec bas imen , iesp jas ieg t izgl t bu utt.), nevis materi ls tr kums (nav ko st, tr c gs ap rbs utt.). N kotnes laika perspekt vas saglab šan b tiska ir imenes loma – m lest ba, uzman ba, ko b rns sa em no vec kiem, imenes locek iem.

Atseviš i autori orient cijas laik un laika perspekt vas viet pied v analiz t koncentr šanos uz laiku, proti, to, cik liel m r cilv ks velta savus uzman bas resursus, lai dom tu par pag tni, tagadni vai n kotni (Shipp, Edwards & Schurer Lambert, 2009). Vi upr t, cilv ks var br vi koncentr ties uz jebkuru laika periodu p c izv les un vienlaikus fokus ties uz vair kiem laika periodiem, neb dams pieder gs tikai vienai laika perspekt vai k to nosaka, piem ram, Zimbardo teorija. Laika uztveri l dz ar to var p t v rojot uzman bas procesus un to att st bu no mazotnes l dz vecumdien m. K nor da S. Droita-Voleta, mazi

betrūnība var sekot l dzīvē laikiem vai novērtēt laika ilgumu tikai tad, ja viņi tiek paši stimulēti pievērst uzmanību laika ilgumam (Droit-Voilet, 2012).

Tomass Kotsls (Cottle, 1971) asi iebilst pret cilvēku klasifikāciju pēc viņu orientācijas laikā (uz nākotni, pagātni vai tagadni), uzskatot, ka šāds dalījums ir mēģinājums uzreiz dzīvot cilvēkam ir priekšstatī par visām trim perspektīvām, tās nosaka cilvēka rīcību, attieksmes utt. Kotla Pieredzes aptaujā (*Experiential Inventory*) un Naudas spēle (*Money Game*) pētījumiem subjektiem tiek piedāvātas 5 laika perspektīvas: vēsturiska pagātnē (tā, ko cilvēks nevar atcerēties, pagātnē pirms viņa dzimšanas, tāla pagātnē), personiskā pagātnē (tuva pagātnē), tagadnē, personiskā nākotnē (tuva nākotnē) un vēsturiskā nākotnē (nākotnē pēc nāves, fantāzijas par nāmi vai pēc nāves dzīvi).

## BEZSPĒCĪBAS LAIKA PRIEKŠĒ UN LAIKA KONTROLE

Viena no tēmām, kas aplūkota laika uztveres pētījumos psiholoģijā ir kontroles izjūta par laika ritējumu un ar to saistītie psiholoģiskie koncepti, piemēram, trauksmes līmenis, psiholoģiskās labklājības izjūta, sociālā adaptācija u.c. Šajā nodaļā aplūkoti dažādi laika kontroles aspekti – pētījumi par bezspēcību laika priekšē, gerotranscendences teorija un atziņas par trauksmes saistību ar laika uztveri.

### Pētījumi par bezspēcību laika priekšē

Bezspēcība laika priekšē (BLP) (*temporal inefficacy*) ir salīdzinoši jauns koncepts, ko savpētījumā izvirzīja divi Kanādas zinātnieki R. Petrikana un K. Bariss (Petrican & Burris, 2011). BLP izpētes nolūkos tiek definēta kā neapmierinātība ar kontroles trūkuma sajūtu par nerimtgu laika plūsmu – laika, kurš tiek uztverts kā līnērs un vienvirziens. BLP var izpausties kā vīlme aizbēgt no laika pavisam, saskaroties ar tūpatva un vienlaikus ar - kā vīlme atgriezt kontroli pār laiku, mentāli ceļojot (*mental time travel*) vai nu uz pagātni, vai nākotni.

M. Korballis izvirza hipotēzi, ka valodas gramatikas struktūra ir attīstījusies tieši pateicoties nepieciešamībai dalīties epizodiskās atmiņas un valodas gramatikas saknes meklējamās epizodiskās atmiņas, mentālu ceļojumu laikā un laika izjūtas attīstībai (Corballis, 2009). Mentālas ceļošanas laikā veicamās norises vai pat iespējamās pamatīr epizodiska atmiņa – atceroties pagātni vai domājot par nākotni tiek aktivizēti vieni un tie paši neironu tīkli, kas cilvēka smadzeņu garozā (Addis, Wong & Schacter, 2007).

Vislielāko BLP izjūtu cilvēki, kuru kognitīvie resursi ir ierobežoti un nepieauguši ceļošanu laikā (piemēram, ierobežota darba atmiņa vai autobiogrāfiskā atmiņa). Reakcijas uz nekontrolējamo laika plūsmu var būt daudzveidīgas: negatīvs afekts, vīlme kompensēt kontroles trūkumu, pastiprināti kontrolēt savu partneri un pakļaut viņa labklājību savējai, uztveres stils, kam raksturīga nejaušu notikumu piedāvāšana sev, savaircība vai personība. Individuāli ar paaugstinātu BLP raksturīga tagadnes laika perspektīvas domināšana pār pagātni un nākotni, kuras abas ir salīdzinoši atrofiskas. Gados vecākiem cilvēkiem (vidējais pētījuma dalībnieku vecums bija 70 gadi) Petrikanas un Barisa pētījumā tika novērotas statistiski nozīmīgas, lai arī vājās korelācijas starp BLP un negatīvu afektu, kā arī BLP un nerīpīšanos par partnera labklājību kā vīlmiem tī sievietēm. Tīpat sievietēm tika novērota negatīva korelācija starp BLP un atmiņu – darba un autobiogrāfisko. Petrikana un Bariss atklāja to, ka BLP negatīvi korelē ar vecumu gan sievietēm, gan vīriešiem, proti, vecumam pieaugot, kopumā samazinās BLP pat neskatoties uz kognitīvo spēju kritumu (Petrican &

Burris, 2011). Šie rezultāti sasaucas ar Karstensenas un kolūptiju rezultātiem, kuros pierādījis, ka vecāki cilvēki, neskatoties uz nākotnes perspektīvas sarūkšanu un laika resursu izsīkšanu, tomēr piedzīvo psiholoģisku labklājību (piemēram, Carstensen, et al., 2011), kā arī ar L. Tornstama izvirzīto gerotranscendences teoriju, saskaņā ar kuru vecumdienās mainās laika izjūta un pazīd robežas starp pagātni un tagadni (Tornstam, 1997, 1999).

### **Gerotranscendences teorija**

B. Vadenstena un M. Karlsonē aptaujā apkopojušās interviju rezultātus ar aprūpes personālu Zviedrijas veco cilvēku pansionātos, par aprūpes personāla novērojumiem vecāku cilvēku (virs 65 gadu vecuma) pasaules uztveri. Intervijas tika veidotas balstoties uz L. Tornstama gerotranscendences teorijas pamatnostādņu – gerotranscendences dimensijām (Tornstam, 1997), kur kosmiskā dimensija ietver laika izpratnes un koncepcijas izmaiņas vecumdienās. Atklājās, ka personāls uzskata izmaiņas vecāku cilvēku laika uztveri – vienlaicīgu dzīvošanu gan tagadnā, gan pagātnē (telpiski un laika izpratnē) – kā patoloģisku uzvedību, piedāvājot to demencei vai apjukumam, un izlābo vecāku cilvēku kādas aicinot viņus atgriezties tagadnā. Turpretī, ja vecākam cilvēkam tiešām tikusi uzstādīta demences diagnoze, tad personāls „liek viņu mier” un necenšas labot pieauts kādas. Iepretim laika robežu sajaukumam, vecāku cilvēku kāvšanās atmiņas par bērību, tuvināšanās iepriekšējām paaudzēm un samazinātas bailes no nāves no aprūpes personāla puses tikušas uztvertas kā norma novecošanas procesa sastāvdaļa (Wadensten & Carlsson, 2001). B. Vadenstenai, intervējot 68 līdz 80 gadus vecas sievietes, aprūpes nama iemītnieces, apstiprinājās Tornstama gerotranscendences teorijas izvirzītā hipotēze par to, ka vecumdienās pastiprinās saiknes ar iepriekšējām paaudzēm un zūd bailes no nāves, bet ir raizes par to, kāds būs dzīves periods līdz tai. Sievietes aprakstījušas atšķirīgas izjūtas par laika un telpas robežu izžušanu starp pagātni un tagadni – kā vienas atzina, ka pieredzījušas atgriešanos pagātnē un atkārtotu pagātnes notikumu izdzīvošanu, citas pret to izturējās skeptiski un neatzina, ka būtu ko līdzīgu piedzīvojušas (Wadensten, 2005).

Tornstama teorijas empīriskais pamatojums tiek kritizēts, norādot, ka gerotranscendence var tikt sajaukta ar citiem konstruktiem, piemēram, noteiktas kultūras vai reliģijas diktētiem uzskatiem par laiku un telpu, dzīvošanu – Tornstama minētos fenomenus var tādējādi novērot ne tikai vecākiem cilvēkiem un ne tikai kā novecošanas neatņemamu sastāvdaļu (Jonson & Magnusson, 2001). Iespējams, ka novērojams pārmaiņas ar citiem cilvēkiem, laika, telpas un paštranscendence (*self transcendence*), samierināšanās ar nāvi ir vairāk saistītas ar veselības problēmām, invaliditāti un sava mirstīguma apzināšanos nekā ar novecošanu kā tādā (Dalby, 2006).

## Laika uztvere un trauksmes izjauktība

Tomass Kotls, pētījis laika uztveres saistību ar trauksmi un ar sasniegumu orientāciju (Cottle, 1969). Viņaprāt orientācija uz nākotni paredz lielāku tagadnes un nākotnes savstarpēju integrāciju, kamēr trauksme – nemitgu atskatšanos pagātni un „ieštrēģšanu” tagadnē. Pētījums gan T. Kotla pētījumā neapstiprinājās. Trauksmais indivīds ieprētī indivīdam, kas orientēts uz sasniegumiem ir vairāk tendēts fantazēt par problēmu risinājumiem – pētījums, ko Kotlam izdevās apstiprināt tikai daļēji, proti, tikai vienā risinājumā. Kotla pētījuma rezultāti apstiprina hipotēzi par to, ka orientācija uz sasniegumiem pozitīvi korelē ar izjauktību par nākotni, tagadnes un pagātnes savstarpēju saistību (*temporal relatedness*) un negatīvi korelē ar trauksmes izjauktību par laika ritējumu (*temporal anxiety*). Vienā risinājumā ar trauksmi par laika ritējumu laiks šķiet saskaldīts, atomārs – pagātnē, tagadnē un nākotnē it kā savstarpēji nesaskaras un nepārklājas. Šajā pētījumā Kotls pievērsās arī intelekta lomai laika uztverē – tādā pozitīvi korelē laika dimensiju saistībā ar izjauktību (*temporal relatedness*), kā arī uz orientāciju uz sasniegumiem. Pašefektīvā izjauktība sniedz kontroles un autonomijas sajauktību, kas, savukārt, ļauj izsecināt, ka dzīvībai un nākotnei ir jēga (Cottle, 1969).

## NĒVES TUVUMS UN EKSISTENCIĻĻO ŠĀUSMU PĀRVARŠĀNA

Analizējot laika uztveri, atsevišķās psiholoģijas teorijas pievēršas laika resursu izsīkumam vecumdienās un ar to saistītiem pārrīcībām, kas notiek cilvēka sociālajā, kognitīvajā un emocionālajā sfērā. Šajā nodarbībā aplūkotas problēmas, kas veikti socioemocionālās selektivitātes teorijas ietvaros, kā arī izklāstītas galvenās šausmu vadības teorijas atziņas un problēmas par reliģijas un ticības lomu laika uztverē.

### **Socioemocionālās selektivitātes teorija un nākotnes laika perspektīvas loma**

Socioemocionālās selektivitātes teorija (SST) (*Socioemotional Selectivity Theory*) balstās uz šī ietami paradoksalu atzinumu, ka cilvēku psiholoģiskā labklājība līdz mūža beigām nepārraukti uzlabojas, stabilizējoties tikai pēc 70 gadu vecuma - jo cilvēks kļūst vecāks, jo stabilāka un vienlaikus ar daudzveidīgāka ir viņa emocionālā pieredze, bet longitudinālās problēmas atklātas, ka pozitīvas emocijas vecumdienās pagarina dzīves ilgumu (Carstensen, et al., 2011). Ēmotīvā, ka vecumdienās strauji izsīkst laika resursi, vismaz saskaņā ar šausmu vadības teoriju līdz ar to būtībā ir jāpieaug trauksmes līmenim, ko rada nāves tuvums (piemēram, Pyszczynski, Greenberg, Solomon & Maxfield, 2006). Neskatoties uz to, Karstensenā un kolēģi demonstrēja, ka 70 gadu vecumā cilvēks teju vai piedzīvo emocionālo dzīves uzplaukumu. Trauksme, eksistenciālās šausmas un psiholoģiskā labklājība nekādā gadījumā nešķīst savstarpēji savienojamas, bet acīmredzot vecumdienās notiek savdabīga adaptācija un nāves vai transcendentālās nākotnes perspektīvas pieņemšana vai jaunas, pagaidām līdz galam neizpētītas laika izpratnes veidošana, piemēram, nelineārā laika redzējuma uz ciklisku (Tornstam, 1999).

Socioemocionālās selektivitātes teorijas pamatpostulāti ir tāds, ka cilvēku motivācija mūža garumā ir fundamentāli saistīta ar spēju kontrolēt laiku - pielāgot laika horizontus savām vajadzībām un, atkarībā no vecumposma, novērtēt laika plūsmu, atlikušo laiku un laiku, kas nodzīvots (Carstensen, 2006). Laika izjūta ir tā, kas ietekmē cilvēka motivāciju - mērķus, izvēli, kam dot priekšroku, kam vēlt savus kognitīvos resursus.

Lai gan lielkoties SST teorijas autore Laura Karstensenā (Laura L. Carstensen) iedvesmojusies no vecu cilvēku problēmām (piemēram, Carstensen, 2006, Sullivan et al., 2010, Löckenhoff & Carstensen, 2004 u.c.), tomēr atsevišķi pēdējo gadu problēmas noveduši pie secinājuma, ka manipulējot ar laika perspektīvu, vecumu atšķirības starp cilvēku grupām zūd un motivāciju nosaka nevis hronoloģiskais individuālais vecums, bet gan laika uztvere kā tāda (piemēram, Fung & Carstensen, 2006, Löckenhoff & Carstensen, 2007). Izjūta par laiku, kā ierobežotu resursu, retu un faktiski neatjaunojamu dārgumu, ietekmē cilvēka motivāciju



aspektus (fokus jaties uz to, kas jās jaties atbildot uz šiem jautājumiem), neatkarīgi no vecuma daļbniec m nov rojams izteikts pozitīvs emocionāls atmiņas aizspriedums vai kļūda (*bias*). Savukārt, mēģinājumi grupai, kurai tika līgts atcerēties notikumus pēc iespējas precīzāk (līdz, atcerēties notikumus pēc iespējas precīzi) un kontroles grupai (līdz, atcerēties notikumus pirms 14 gadiem) šāds efekts tika novērots tikai gados vecākajām daļbniec m. Rezultāti apliecina, ka motivācija regulēt emocijas, padarot tās pozitīvas, ietekmē atmiņu un uz vecumu motivācija atcerēties pagātnē pozitīvu, psiholoģiski apmierinošu, pieaug. Pēc aptaujas anketu aizpildīšanas, grupa, kas fokusējās uz emocijām jās pozitīvu kā noskaņota nekā uz precīzīti virst grupa (garastvoklis tika mērīts gan pirms anketu aizpildīšanas, gan pēc). Pat kontroles grupas vecākajām daļbniec m pēc anketu aizpildīšanas bija nov rojams garastvokļa uzlabojums, bet jaunākajām daļbniec m kontroles un precīzītes grupās personālas informācijas atcerēšanās radīja negatīvu visma efektu.

Citpētījums Funga un Karstensa analizēja informācijas apstrādes procesus jaunākiem un vecākiem cilvēkiem, piedāvājot izvēlēties un vēlēties reklāmas saukļus fotokamerai – viens no tiem bija vērsti uz emocijām („no ēr (kadr) šos pašos mirkļus”), bet otrs – uz izpīti, zināšanu („no ēr (kadr) neizpīti to pasauli”). Abu reklāmas plakātu dizains bija identisks – atšķiršs tikai reklāmas saukļi. Lielākā daļa vecāka gadāgā juma cilvēku izvēlējās pirmo plakātu un ar atcerēšs šo saukli labāk. Interesanti, ka veicot manipulāciju ar laika perspektīvu un līdzot vecākiem daļbniekiem iztīloties neierobežotā nīkotnī, kas viņus sagaida, viņu plakātu izvēlē sakrītā ar jaunāko daļbnieku izvēlē – proti, biežāk tika izvēlēts otrs reklāmas sauklis (Fung & Carstensen, 2003). Motivācijas dzinējspīks ir nīkotnes laika perspektīva – mainot priekšstatu par to, iespījams mainīt eksperimenta daļbnieku mērīus neatkarīgi no vecuma (Löckenhoff & Carstensen, 2007).

Lai gan SST argumentācija balstīspīti mo subjektīva laika uztveres izpratnī (cik daudz vēlē atlicis līdz beigām), nevienu pīti jumu, kas tieši un nepāstrādāmi apstiprītu to, ka vecī cilvēkī nepītraukti izjīti laika izsīkstošo dabu vai precīzāk – to kā tad tieši vecī cilvēkī vai cilvēkī, kas sagaida sociālas beigas (*social endings*), piemīram, 12.klases izlaidums, uztver laiku, SST kontekstīnav izdevies atrast.

SST teorīja nonākpītrunā ar Holmanes un Zimbardo pīti juma rezultītiem (Holman & Zimbardo, 2009), saskaī ar kuriem nīkotnes orientācija saistīta ar atbalsta sagaidīšanu no īmenes, tuvu draugu un partnera pīses, nevis sociālo tīklu veidošanu pēc novītes principa, proti, tiek izvēlēti tīdi partneri, kas var apmierīntīcilvēkā tiekšanas pīcījaunas informācijas, nevis tuvī īmenes locekī. Holmane un Zimbardo uzsvē, ka laika perspektīva nav aktuāla tikai attīecībū kontekstī, kad gaidīmas kādas sociālas beigas vai mīža beigas – laika



rada droša piesaiste m tei b r n b ir att lin tie psiholo isk s aizsardz bas meh nismi. Tuv j s psiholo isk s aizsardz bas meh nismi par d s situ cij s, kad cilv kam sp ji tiek atg din ts par vi a mirst gumu, bet tie ar tri izgaist tikl dz domas tiek nov rstas uz cit m liet m. Att lin t s psiholo isk s aizsardz bas meh nismi aktualiz jas, kad atg din jums par mirst gumu ir zemsliēš a l men , proti, netiek uztverts apzin ti, kad domas par n vi ir rk rt gi pieejamas, bet tom r neatrodas tiešas uzman bas lok , k ar tad, kad past v laika nob de starp mirst guma atg din jumu un situ cijas izv rt jumu (Goldenberg, et al, 2000).

N ves domu pieejam bas (NDP) eksperiment l paradigma vusi ŠVT p tniekiem emp riski pamatot savas teor tisk s pamatnost dnes, non kot pie virknes interesantu secin jumu. NDP b t ba ir sekojoša – eksperiment li tiek sak pin ta dal bnieku MA (l dzot aprakst t emocijas, ko izraisa domas par savu n vi un l dzot izt loties, kas ar eksperimenta dal bnieku notiks fiziski, mirstot), tad t l k dal bnieku l dz veikt uzdevumu, lai novilcin tu laiku pirms atkar g main g m r juma veikšanas. Kontroles grup s paral li tiek uzdoti l dz gi formul ti jaut jumi, kas provoc cita veida domas (piem ram, par fizisk m s p m). Atkar gie main gie ir, piem ram, kognit vo resursu pieejam bas ietekme uz NDP - ja resursu tr kst, tad NDP netiek veiksm gi apspiesta un ir augst ka MA situ cij , bet, ja cilv ks, atbildot uz MA jaut jumiem tiek nos din ts pretim spogulim un l dz ar to ir vair k koncentr jies uz sevi, vi š veiksm g k var s apspiest NDP (Hayes, et al, 2010). NDP mazin s sak pinot dal bnieku pašapzi u pirms MA manipul cijas veikšanas (Harmon-Jones, Simon, Greenberg, Solomon, Pyszczynski & McGregor, 1997), domas un atmi as par pag tni pirms MA manipul cijas cilv kiem ar tendenci uz nostal iju rada zem ku NDP, jo pag tne, domas par to, ir t s, kas stiprina dz ves j gas izj tu (Routledge, Arndt, Sedikides & Wildschut, 2008), drošais piesaistes stils b r n b un attiec gi augst ks pašv rt jums pal dz veiksm g k p rvar t NDP (Hayes, et al, 2010). Savuk rt saasin ta MA liek cilv kiem vair k invest t tuv s attiec b s (Florian, Mikulincer, & Hirschberger, 2002), tiekties p c b rniem un dzimtas turpin šanas (Fritsche, Jonas, Fischer, Koranyi, Berger & Fleischmann, 2008), k ar afili cijas (Taubman - Ben-Ari, Findler & Mikulincer, 2002).

M rot dispozicion lu NDP l meni netiek veikta manipul cija ar MA, bet vienk rši tiek m r ts indiv da s kotn jais vai pamata NDP l menis. Augsta dispozicion la NDP negat vi korel ar psiholo isko labkl j bu. Cilv ki, kuriem ir izteikta nepieciešam ba p c struktur t bas un augsti dispozicion l s NDP r d t ji, saskata j gu strukt r un k rt b , bet tie, kuriem ir zema nepieciešam ba p c strukt ras un augsta NDP vair k mekl s j gu jaunaj , nezin maj (Hayes, et al, 2010).

Sak pin ta MA rada virkni soci lu efektu – iekšgrupas locek u un savas kult ras pieder go pozit v ks v rt jums un attiec gi rgrupas locek u un savas kult ras kriti u

negatīvs vārds (McGregor, Greenberg, Arndt, Lieberman, Solomon, Simon & Pyszczynski, 1998), morāles atkritājās nosodījums (Florian, & Mikulincer, 1997), lielā pakāpē saistīts ar kultūras normām un attiecīgajiem cilvēkiem, ja tie ir jāpārbauda (Greenberg, Porteus, Simon, Pyszczynski & Solomon, 1995, kā arī Goldenberg, et al., 2000).

Saskaņā ar ŠVT pieņemtiem, tieši MA ir tā, kas rada nāves domu pieejamību un nekas cits, piemēram, intensīvas fiziskas spēles vai mācību kārtība, nerada līdzīgas aizsargreakcijas kā tas, kas veidojas saistībā ar mirstīguma apziņas iespaidu (Goldenberg et al., 2000). ŠTV nesniedz skaidru atbildi uz paradoksa liemeņa rezultātiem – kāpēc jaunieši baidās no nāves vairāk par veciem cilvēkiem, kuru MA un tāpat ar NDP jābūt vairāk saistītiem ar gados jauniem cilvēkiem (Fortner, Nemeiyer & Rybarczyk, 2000, kā arī Cicirelli, 2003). Viktors Cicirelli (Cicirelli, 2003) izvirza hipotēzi, ka pēc 75 gadu vecuma iestājas pēdējais periods, kura laikā notiek kognitīvā un emocionālā reorganizācija, ieskaitot viedokļu maiņu par nāvi un dzīvi. Kvalitatīvā pētījumā salīdzinot 70-94 gadus vecus cilvēkus atbildes uz jautājumiem par nāvi, miršanu, pēdējās dzīves, Cicirelli atklāja, ka jaunieši (75-84 gadus veci) daudz vairāk raizējās par dzīvi, nekā par nāvi, bet vecākie (85-90 gadus veci) – rīmi pieņem tuvojošos un neizbēgamā nāvi un vairāk rēķina par to, kā pabeigt savu dzīvi. 75-84 gadus veciem cilvēkiem ir lielāka nāves jēgas izpratnes daudzveidība, izteiktas emocionālas reakcijas uz miršanas procesu un lielākas šaubas par pēdējās dzīves iespējamību, kā arī kopumā lielākas bailes no nāves. Tāpat Cicirelli secina, ka šīs vecumposms uzskatāms par pēdējās dzīves periodu viedokļu par nāvi.

ŠVT nepatīk laika uztveri, kaut gan laika uztvere arī ir viens no pasaules uzskatiem – kārtības un harmonijas ieviešana, jēgas piešķiršana citdižēklīgajiem cilvēkiem un pasaulei ap cilvēku, kurš potenciāli var pasargāt no MA izraisītās NDP. Tāpat ŠVT plaši analizē ticības un reliģiozitātes fenomenus un pastarpināti caur nemirstības meklējumiem – transcendentālās nākotnes perspektīvā kā vienu no iespējamo eksistenciālo šausmu mazināšanām. Oto Ranks, viens no ŠVT pamatlicējiem, uzskatīja, ka apziņas evolūcija un simboliskās domāšanas attīstība bija tā, kas mūsu seniem cilvēkiem veidotu līnaru laika ietvaru realitātes skaidrojuma, izpratnei un konceptualizācijai, bet tas, kopā ar sevis dziļāku izpratni ir atraisījis cilvēkus sevī nostādītās dilemmas priekšā, kur padziņinātās dzīves skatījums un līdz ar to arī pieaugoša vitalitāte, liek viskaidrāk just nāves tuvumu.

## Reli ijas un tic bas p t jumi

Reli ija un tic ba nav sinon ms laika izpratnei, jo ietver virkni citus dz vi struktur jošus faktoros (mor les normas, sabiedrisk iek rta u.c.), tom r b tisk kais uz ko reli ija sniedz atbildi ir tas, kas ar cilv ku notiks p c n ves un k j dz vo, lai m ž g dz ve piepild tos.

emot v r organiz tas, institucionaliz tas reli ijas norietu rietumu pasaul (Altemeyer, 2004) droši vien pareiz k b tu analiz t tic bu, nevis reli iju, bet t l k apl kotajos p t jumos ASV, Turcij u.c. valst s tom r joproj m tiek rakst ts par reli isku pieder bu. Tas gan nemazina p t jumu validit ti, iz emot gad jumus, kad p t jumi atkl j atš ir bas starp daž du reli isku pieder bu p rst vjiem, piem ram, trauksmes par n vi jom . L dz gi k p t jumos par laika uztveri, ar p t jumos par reli iju lietoti j dzieni netiek defin ti viennoz m gi – daži p tnieki sal dzina reli iozit ti ar ateismu (piem ram, Kelly, 2010), citi reli iozit tei pretstata neskaidro ne-reli iozit tes konceptu (piem ram, Morris & McAdie, 2009), v l citi raksta par tic bu. Š darba ietvaros apl koti p t jumi par reli iju/tic bu saist b ar laika izj tu – cik liel reli ija vai tic ba t paver jaunus laika horizontu p c n ves.

Sekojoj G. Olporta (Allport, 1966, k min ts Jonas & Fischer, 2006) tic bas iedal jumam paties (*intrinsic*) un riš gaj (*extrinsic*) reli iozit t , E. Jonasa un P. Fišers p t juši to, k reli iozit te pal dz mazin t trauksmi, ko rada domas par n vi (Jonas & Fischer, 2006). Patiesa reli iozit te atspogu o mekl jumus p c j gas un v rt b m, kam r riš ga reli iozit te vair k saist ta ar utilit ru pieeju reli ijai – t ir instruments mierin juma, droš bas, soci la st vok a ieg šanai. Sak pinot mirst guma apzi u, indiv diem ar patiesu reli iozit ti maz k izteikta nepieciešam ba aizst v t savu pasaules uzskatu, k ar maz k m r nov rojama NDP. P tnieki secina, ka tikai tie indiv di, kuri ir patiesi tic gi sp j reli iozit ti veiksm gi izmantot k aizsargu trauksmes mazin šanai par savu n vi.

Kellijs, (Kelly, 2010) rakstot par tic bas evol ciju, izvirza hipot zi, ka tradicion la reli ija un tic ba paranorm lajam kalpo l dz giem m r iem – nemirst bas ieg šanai un n ves trauksmes mazin šanai. Izteikt ka reli iozit te saist ta ar maz k izteikt m bail m no n ves, reli ioz ki indiv di ir lab k psiholo iski adapt jušies un dz vo ilg ku m žu. Patiesa reli iozit te ir cieš k saist ta ar tic bu paranorm lajam, nek riš ga reli iozit te un tic ba paranorm lajam ir vair k izteikta kato iem, nek protestantiem (Hergovich, Schott & Arendsay, 2005, k min ts Kelly, 2010). Kellijs sniedz evolucion ru skaidrojumu tic bai - tic ba gariem un paranorm lajam ietekm augl bas vai reprodukt vos pan kumus, un mirst bu reprodukt vaj vecumposm . Evol cijas b t ba un j ga ir g nu atlas , kuri sp j nodot t l kaj m paudz m t s paš bas, kuras nodrošina veiksm gu sugas turpin šanu. L dz ar to „veiksm go” g nu patsvars popul cij pieaug. Trauksmei par n vi b tu j palielina mirst ba

reprodukt vaj vecum un l dz ar to tic go mirst bas l menim b tu j b t maz kam nek ateistu mirst bai reprodukt vaj vecum (Kelly, 2010).

Orient cija uz n kotni ir saist ta ar ar tic bu dz vei p c n ves un visaugst kie r d t ji ir indiv diem ar patiesu (*intrinsic*) reli iozit ti (Öner-Özkan, 2007).

R. Beks (Beck, 2006) pied v reli iju klasific t p c t , k di ir t s m r i, proti, cik liel m r indiv ds izmanto savu reli isko p rliec bu, lai mazin tu eksistenci l s šausmas. Vi š izdala divus tic bas veidus: aizsarg joša tic ba un eksistenci la tic ba. Pirmo raksturo aizsardz ba pret eksistenci lu nolemt bu (n vi, bezj dz bu utt.). Šie cilv ki daudz kareiv g k aizst v savus pasaules uzskatus, ja j t s apdraud ti. Otrai rakstur ga vilcin šan s tri pie emt reli iskus risin jumus dz ves nolemt bas situ cij s – t labpr t šaub s, mekl atbildes un nevair s no trauksmes par n vi.

Moriss un Makadija p t juši vai un k das atš ir bas past v starp daž du reli iju (kristiešu, musulma u un ne-reli iozu grupa) person bas piecu faktoru, visp r jas psiholo isk s labkl j bas un trauksmes par n vi jom s (Morris & McAdie, 2009). Person bas faktoru jom atš ir bas starp grup m netika nov rotas, bet k musulma u, t kristiešu visp r g psiholo isk labkl j ba bija augst k nek grupai, kur bija ne-reli iozi indiv di. P t jum atkl j s, ka kristieši izj t maz ku trauksmi par n vi, nek musulma i vai ne-reli ioz grupa. Tas va Morisam un Makadijai secin t, ka daž da reli iska pieder ba nosaka atš ir gus trauksmes l me us un tic ba p c n ves dz vei (ko „pied v ” gan islams, gan kristiet ba) tom r ne vienm r pal dz mazin t trauksmi par n vi. P t jums nesniedz atbildi, k p c t notiek. Pie l dz giem secin jumiem - ne visas tic bas vien di mazina trauksmi par n vi - non ca ar Mustafa Erdogdu (Erdogdu, 2008).

D. Edmondsons, C. Parka, S. odu ra un J. Vortmane veikuši p t jum ar sirds mazsp ju smagi slimu cilv ku grup (Edmondson, Park, Chaudoir & Wortmann, 2008). P tniekus interes ja k iekš ja reli iska c a jeb tic bas mekl jumi (*religious struggle*) un tic ba p c n ves dz vei ir saist ti ar depresijas l meni un raiz m vai trauksmi par miršanu. Tic bas mekl jumi ir neskaidr ba, šaubas un izmisums, ko rada domas par to, ka dievs ir cilv ku sod jis ar slim bu un pametis likte a var visgr t kaj dz ves mirkl . Tic bas mekl jumiem p t jum bija negat va korel cija ar reli isku komforta saj tu un pozit va - ar depresiju, kam r reli iskais komforts negat vi korel ja ar trauksmi par n vi un pozit vi korel ja ar tic bu p c n ves dz vei, kas liecina par reli isku pasaules uzskatu b tisku lomu to cilv ku dz v , kas atrodas uz n ves sliekš a.

Tic ba progresam un evol cijai l dz gi k tic ba Dievam sniedz „tic gajam” kontroles saj tu un attiec gi mazina eksistenci l s šausmas (Rutjens, van Harreveld & van der Pligt,

2010), bet evolūcijas ideja radikāli atšķiras no kreacionisma idejas (pasauli radījis dievs) - tas ir savstarpīgi izslēdzami koncepti, kuri tomēr ir vienlīdz noderīgi un mierinoši to piekritājiem.

K. Bariss un K. Beilijs (Burris & Bailey, 2009) pētījuši ticības pārcenšes dzīvē ir saistīta ar to, cik lielā mērā cilvēks necieš laika un telpas ierobežojumus. Viņi nošaurā 3 pārcenšes ticības faktorus: apziņa – vai tā saglabājas, vai zūd; identitāte – vai pārcenšes telpaiek neskarta un vai cilvēks var sevi atpazīt, atceroties savu dzīvi; fiziskais ķermenis – vai tas pārcenšes tiek saglabāts. Pie zemas laiktelpas ierobežojumu tolerances cilvēks vairākticības pārcenšes dzīvē, kur apziņa turpina eksistēt bez ķermeņa. Individuālos noslieces uz misticismu, neparastu pieredzi ir saistīta ar ticību reinkarnācijai un pārcenšes dzīvē bez ķermeņa. Intensīva pagātnes reliģiskā pieredze, savukārt paredz lielāku ticību ķermenisku pārcenšes dzīvē vai fiziskai atdzimšanai.

Saskaņā ar „Reliģija II” aptauju (International Social Survey Programme, 1998, kmināts Altemeyer, 2004) Latvijā 81% iedzīvotāju reti vai nekad neapmeklēja baznīcu un tikai 5% dodas uz baznīcu katru nedēļu vai biežāk, bet Latvija nav nekāds izņēmums – šādatendence novrojama visā rietumu pasaulē un Eiropā ir tikai dažādi izņēmumi, piemēram, Polijā un Ķīnā, kur baznīcu apmeklējums vairāk cilvēku. Došanās uz baznīcu vai tieši otrādi baznīcas neapmeklēšana gan neliecina par to, ka cilvēkam trūkst ticības kam augstākam un būtūmāzinājusies nepieciešamība pārcenšes dzīvē absolūtajā.

Ticības pārcenšes dzīvē transformācija nepielīdzamo laika linearitātei, kas mūsvisus ved aizmirstībā, piedāvājot jaunas, varbūt neparastas pārcenšes dzīvē formas. Ticības augstākiem spēkiem palīdz atgriezt drošības un kontroles sajūtību pat tad, ja šobrīd cilvēku pārņem bezpalīdzība.

## KOPSAVILKUMS

Bakalaura darba teorētiskās daļās ietvaros aplūkotas laika uztveres teoriju atziņas par izmaiņām laika uztverē, kas saistītas ar cilvēka vecumu – no fizioloģiskiem novecošanas aspektiem līdz kognitīvās sfēras izmaiņām un to ietekmi uz laika uztveri psihofiziskās pārtiecības paradigmas ietvaros. Pieaugot vecumam palēninās „iekšējā pulksteņa” darbības temps un samazinās precizitāte. Kognitīvās psiholoģijas ietvaros, kur konsekventi tiek attīstīti vairāki laika uztveres koncepti un meklētas to saistības ar dažādu kognitīvo spēju aspektiem, galvenokārt, atmiņu, uzmanību, lēmumu pieņemšanu, galvenais ierobežojums un izaicinājums ir metodoloģiskās rīcības pārvešana, jaunu novatorisku pārtiecības metožu atklāšana, kas ļautu novērst atsevišķas eksperimentos iegūtos rezultātus pretrunas, kā arī attiecināt iegūtos rezultātus uz laika uztveri ne tikai sekunžu griezumā, bet arī uz garākiem laika posmiem, globāliem laika uztveres horizontiem.

Runājot par globāliem laika horizontiem, pārtiecinājumi, ka uz vecumu laiks rit straujāk un saista šo izjūtu ar notikumu vai stimulu intensitāti noteiktā laika periodā, kā arī informācijas apstrādes tempa samazināšanos vecumdienās. Atšķirbinošu laika sprāžu vērtējuma, kur svarīgāki ir laika uztvere un novērtējums, garāku laiku posmā novērtējums balstās uz citiem kognitīviem procesiem un laika mentālo reprezentāciju.

Laika uztveres pārtiecība makro līmenī un laika uztveres ietekme mijiedarbībā ar citiem cilvēka dzīves aspektiem, bakalaura darbs ilustrēta ar F. Zimbardo un Dž. Boida, T. Kotla, R. Petrikanas un K. Barisa teorijām. Bakalaura darbs aplūko Petrikanas un Barisa izvirzīto teoriju par bezspēcību laika priekšizpaužas kā neapmierinātību ar kontroles trūkuma sajūtu pārnerimtgu laika plūsmu, vēlme aizbēgt no laika pavisam, saskaroties ar tūlītēju un vienlaikus ar vēlme atgūt kontroli pār laiku, mentāli ceļojot vai nu uz pagātni, vai nākotni.

Indivīdiem ar paaugstinātu bezspēcību laika priekšraksturīga tagadnes laika perspektīvas domināšana pār pagātni un nākotni, kuras abas ir salīdzinoši atroftas. Bezspēcība laika priekšnegatīvi korelē ar vecumu, proti, vecumam pieaugot, tūkopumā samazinās neskatoties uz kognitīvo spēju kritumu.

Pieņemot, ka laika uztvere cilvēka dzīves garumā nav izolējama no apziņas par cilvēka mirstīgumu, bakalaura darbs atspoguļotas ar Socioemocionālās selektivitātes teorijas un Šausmu vadības teorijas pamatnostādnes, to saistībā ar laika uztveri. Abas reprezentāldzgu laika plūdma kontroles mehānismus – SST interesijas par sociālo un uzvedības faktoru izmaiņām tuvojoties nāvei un balstās uz novērojumu, ka pieaugot vecumam, sarknākotnes apvērš i. ŠVT skaidro aizsargreakcijas, kuras cilvēki izmanto, lai atvairītu domas par nāvi,

galvenokārt runā par dažādiem kultūras un sociāliem fenomeniem. Reliģija un ticība ir viens no šiem fenomeniem – tāpēc bakalaura darba teorētiskās daļas nosaukums tiek aplūkoti pētījumi, kas atklāj saiknes starp orientāciju laikā un ticības pārcenšiem, reliģiozitāti kopumā un tās mijiedarbību ar laika uztveri.

Bakalaura darbam risināšanai ir izpētīti vai pastāv vecumu atšķirības starp bezpaldības izjūtu laikā priekš, subjektīvu izjūtu par tagadnes domināšanu un ticības pārcenšiem.

Pētījums tiek izvirzītas sekojošas hipotēzes:

1. *Hipotēze:* Gados jaunākiem indivīdiem būs novērojama izteiktāka bezpaldības laika priekš (BLP) izjūta un subjektīva izjūta par tagadnes domināšanu, nekā gados vecākiem indivīdiem.
2. *Hipotēze:* Gados vecāki indivīdi tūlītīgāk subjektīvi nozīmīgāk salīdzinoši ar jauniem cilvēkiem.
3. *Hipotēze:* Gados vecākiem indivīdiem būs novērojama ciešāka ticības pārcenšiem nekā gados jaunākiem indivīdiem.

## METODE

### Pētījuma dalībnieki

Pētījuma ietvaros tika aptaujāti 81 respondenti vecumā no 22 līdz 85 gadiem. Tā kā datu apstrāde tika izmantotas 73 respondentu anketas (M=44 gadi, 43 sievietes un 30 vīrieši), jo 9 anketas izrādījās nepilnīgi aizpildītas un nederīgas. Aptauja tika veikta gan grupās, gan individuāli Latvijas Universitātes psiholoģijas studentu un Rīgas aktīvo senioru alianses klientu vidū, kā arī izplatot anketas un lūdzot iesaistīt respondentus pēc nejaušības principa.

Pētījuma dalībnieki tika sadalīti trīs vecumgrupās: 1) no 22 līdz 30 gadiem (n= 25, 15 sievietes un 9 vīrieši, vidējais vecums 25 gadi, 54% ir nepabeigta augstskolas izglītība un 50% šobrīd studē un strādā, 54% ir neprecējušies); 2) no 31 līdz 60 gadiem (n= 24, 16 sievietes, 8 vīrieši, vidējais vecums 42 gadi, 63% ir augstskolas izglītība, 96% respondenti šobrīd strādā vai studē un strādā, 70% ir precējušies vai dzīvo nereģistrēti laulībā); 3) un no 61 līdz 85 gadiem (n=25, 12 sievietes un 13 vīrieši, vidējais vecums 70 gadi, 80% no tiem ir pensionāri, 48% ir augstskolas izglītība, 60% precējušies vai dzīvo nereģistrēti laulībā, 16% ir šķīrušies un tikpat liela respondentu daļa ir atraisīti/-nes).

Respondentu grupā vecumā no 61-85 gadiem, 9 cilvēki atteicās piedalīties aptaujā vai atdeva neaizpildītas/daļi aizpildītas, vai sabojātas anketas, kuras pētījumā pie datu apkopošanas netika izmantotas. Viens respondents aizpildīja anketas vietnē nodeva vāstulī, kur izteikts viedoklis par aptauju minētiem jautājumiem. Veicot anketāšanu šajā vecuma grupā tika novērotas galvenās emocionālās reakcijas uz anketas jautājumiem – no krasi naidīgām līdz patiesi ieinteresētām, neizpratnei par aptaujas mērķi un atsevišķos gadījumos – sašutums, dusmas, par ko liecina piezīmes uz atsevišķām anketām un izteiktie komentāri. Abās jaunākajās respondentu grupās neviens no respondentiem neatteicās piedalīties aptaujā, kā arī netika novērotas reakcijas, kas lūdzot apstāties.

### Instrumentārijs

Aptaujas tika adaptēta Kurša darba II ietvaros (Sadauska, 2012), izmantojot vienvirziena tulkojuma metodi, proti, divi tulki neatkarīgi tulkoja aptaujas jautājumus latviešu valodā.

Anketas ievadīekā iekļauts demogrāfisko jautājumu bloks par respondentu dzimumu, vecumu, imenesstāvokli, izglītības līmeni un nodarbošanos. Tā kā sekojošajam jautājumu blokam par ticību pārnēs dzīvībai (TPDz), kas sastāv no 20 apgalvojumiem, kur respondentiem jānovērtē piedāvātie apgalvojumi Likerta skalā no 1-7 (1 = pilnīgi nepiekrītu un 7 = pilnībā piekrītu),

turpinot teikumū „Es ticu, ka p c manas n ves...” (Burriss & Bailey, 2009). Aptauja m ra cilv ku uzskatus par p cn ves dz vi iedalot tos 5 skal s atbilstoši domin još m filozofisk m un reli isk m idej m, un aptaujas ori in l versij ir 24 jaut jumi un 5 skalas. Papildus skala, ka m ra tic bas ietekmi uz uzved bu (*belief/behaviour efficacy*) netika iek auta aptauj . Šaj p t jum tika izmantotas sekojošas 5 skalas: izn c ba (*annihilation*) IZ (Kronbaha =0,83) - p c n ves nekas neeksist – apzi a un ermenis iet boj , bez ermenisks gars (*disembodied spirit*) BG (Kronbaha = 0,72) - apzi a saglab jas, kam r indiv da identit te un ermenis – izz d), gar ga p rmiesošan s (*spiritual embodiment*) GP (Kronbaha = 0,88) - saglab jas gan apzi a, gan gars, bet ermenis iet boj , reinkarn cija (*reincarnation*) RE (Kronbaha = 0,90) - saglab jas apzi a, bet atmi a un identit te z d l dz tiek pie emta jauna fiziska eksistence, fiziska atdzimšana (*bodily ressurection*) FA (Kronbaha = 0,84) - saglab jas gan apzi a, gan identit te un t s dz vo uzlabot fizisk ermen (Burriss & Bailey, 2009). Jaut jumi par tic bu p cn ves dz vei tika ar nol ku iek auti pirms jaut jumiem par laika ilgumu nov rt šanu un laika subjekt vo noz mi, lai noska otu respondentus p rdom m par laiku plaš k kontekst , proti, iek aujot ne tikai autobiogr fiskas atmi as vai domas, bet ar t las pag tnes un t las n kotnes dimensijas, par kur m var neb t autobiogr fisku/epizodisku atmi u vai personiskas pieredzes.

Jaut jumi par laika ilguma izj tu (LII) (*The duration inventory*) balst s uz Kotla izstr d to metodi (Cottle, 1964), kura m ra indiv da priekšstatus par 5 laika nogriež iem vi u dz v – t lu pag tni, tuvu pag tni, tagadni, tuvu n kotni un t lu n kotni. Respondenti tiek l gti papildin t tr s teikumus ar vienu no septi m vi upr t piem rot k m laika „eti et m”, s kot no sekundes l dz gadiem – jo liel ks ir laika posms, jo liel ka tam atbilstoš skaitlisk v rt ba. Summ jot tagadnes ilguma divus raksturot jus un at emot no tiem aritm tisko vid jo pag tnes un n kotnes raksturojošo v rt bu summai, tika ieg ts Tagadnes subjekt v s domin šanas indekss. Situ cij s, kad respondenti bija snieguši divas atbildes, piem ram, sekundes, min tes, tika re istr ta skaitliski liel k v rt ba. P c tam respondenti tika l gti nov rt t katra no šiem pieciem periodiem subjekt vo noz m gumu Likerta skal no 1-7 (1 = pavisam neb tisks un 7 = oti svar gs). Tas auj noteikt, cik cieši saist ti respondenti j tas ar katru no pieciem laika nogriež iem.

Anketu nosl dza jaut jumi par bezpal dz bas laika priekš izj tu (BLP) (*The Temporal Inefficacy Scale*) (Petrican & Burriss, 2011), kuri m ra cilv ka saj tu par to, cik liel m r vi š kontrol laiku, vai gluži pret ji – cilv ka nesp ju samierin ties ar pieredzi par laiku k line ru, vienvirziena nekontrol jamu un neizb gamu pl dumu. Šaj jaut jumu blok tika ietverti 7 apgalvojumi, kas respondentiem j nov rt Likerta skal no 1-7 (1=piln gi nepiekr tu, 7=piln b piekr tu), kur etri no apgalvojumiem (4.2, 4.4, 4.5, un 4.7) paredz ti, lai

m r tu indiv du v lmi aizb gt no laika, kas saskan uztvertu kontroles tr kumu p r laika pl smu, bet tr s apgalvojumi (4.1, 4.3 un 4.6), savuk rt m ra indiv du v lmi ce ot laik k pag tn , t uz n kotni.

### **Proced ra**

Respondenti tika l gti br vpr t gi aizpild t druk tas aptaujas anketas uz div m lapaspus m (skat. 1. pielikumu). Dal bnieki tika l gti r p gi izlas t jaut jumus un atbild t uz katru apgalvojumu. Anketu aizpild šana pras ja apm ram 15 min tes, bet laika ierobežojumi anketu aizpild šanai netika noteikti. Anketas tika aizpild tas gan grup s, gan individu li. Pirms anketas aizpild šanas respondentiem tika teikts, ka aptaujas m r is ir noskaidrot, k di ir cilv ku priekšstati par dz vi p c n ves un k da ir vi u laika izj ta. Dal bnieki tika inform ti par to, ka anket s nor d t inform cija ir anon ma un ieg tie dati tiks izmantoti tikai apkopot veid .

## REZULTĀTI

Salīdzinot aptaujas rezultātus trīs vecumu grupās: 22-30 gadus veci indivīdi (n=25), 31-60 gadus veci indivīdi (n=24), kā arī 61-85 gadus veci indivīdi (n=25), tika veikta vienfaktora dispersiju analīze (*one-way ANOVA*) un Takija patiesi nozīmīgā atšķirība – PNA (*Tukey HSD-honestly significant difference*) post-hoc testi grupu vidējorielā salīdzināšanai.

*Pirmā hipotēze - gados jaunākiem indivīdiem būs novērojama izteiktāka bezpalīdzības laika priekš (BLP) izjauktā un subjektīva izjauktā par tagadnes domināšanu, nekā gados vecākiem indivīdiem – nav apstiprinājies* (sk.1 tabulu). Vienfaktora dispersiju analīze norāda uz statistiski nozīmīgu atšķirību grupu *tagadnes subjektīvas domināšanas izjauktā*,  $F(2,63) = 4,13$ ,  $p < 0,05$ . Veicot post-hoc (*Tukey HSD*) testu parādās statistiski nozīmīga atšķirība starp 22-30 gadus vecu indivīdu izjauktā par tagadnes domināšanu ( $M = -2,04$ ) un 61-85 gadus vecu indivīdu izjauktā ( $M = 1,09$ ), proti – vecākiem indivīdiem subjektīvi uztver tagadnes domināšanu kā izteiktāku salīdzinot ar gados jaunāko indivīdu grupu. Netika novērotas statistiski nozīmīgas atšķirības tagadnes subjektīvas domināšanas uztverē 31-60 gadu vecuma grupai ar abām pārējām respondentu grupām, tomēr novērojama tendence vecumam pieaugot, pieaugt arī izjauktā par subjektīvu tagadnes domināšanu (sk.1 attēlu). Netika atklātas nozīmīgas atšķirības starp grupām *bezpalīdzības izjauktā laika priekš*.

Tika atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības starp trīs vecumu grupām *tagadnes subjektīvas nozīmīguma vērtījumā*,  $F(2,70) = 3,13$ ,  $p < 0,05$ , kā arī *tagadnes ilguma vērtījumā*,  $F(2,66) = 3,37$ ,  $p < 0,05$ . Post-hoc tests (*Tukey HSD*) grupu salīdzināšanai norāda, ka 31-60 gadus veci indivīdi tagadni vērtīk subjektīvi svarīgāku ( $M = 6,79$ ), salīdzinot ar 61-85 gadus veciem indivīdiem ( $M = 5,80$ ). Gados vecāku indivīdu grupa (61-85 g. vec.) tagadni uztveruši kā ilgāku ( $M = 6,52$ ), ja salīdzina ar 22-30 gadus vecu jaunāku grupu ( $M = 3,79$ ).

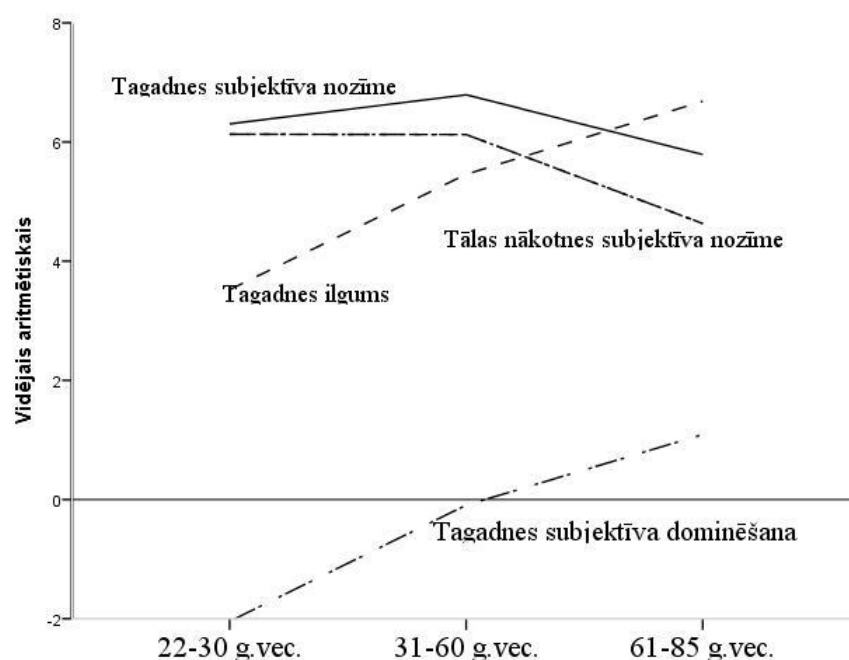
**Aprakstoš s un secinoš s statistikas r d t ji daž d s vecumu grup s par laika izj tu un priekšstatiem par dz vi p c n ves**

	Kronbaha	22-30 g.vec.(n=24)		31-60 g.vec. (n=24)		61-85 g.vec. (n=20)		Fišera krit rijs F
		M	SD	M	SD	M	SD	
T las pag tnes subjekt va noz me		4,88	1,94	4,83	1,86	4,72	2,30	0,038
Tuvas pag tnes subjekt va noz me		5,42	1,38	5,54	1,38	5,08	2,22	0,478
Tagadnes subjekt va noz me		6,33	1,13	6,79 <sup>a</sup>	0,59	5,80 <sup>b</sup>	2,02	3,125*
Tuvas n kotnes subjekt va noz me		6,13	1,30	6,42	1,06	5,40 <sup>b</sup>	2,36	2,379
T las n kotnes subjekt va noz me		6,00 <sup>a</sup>	1,41	6,13 <sup>a</sup>	1,30	4,72 <sup>b</sup>	2,59	4,248*
Tagadnes ilgums		3,79 <sup>a</sup>	2,64	5,46	3,53	6,52 <sup>b</sup>	4,45	3,374*
Pag tnes ilgums		11,35	1,80	11,08	2,00	11,40	2,30	0,159
N kotnes ilgums		10,91	2,00	11,13	2,56	10,90	2,72	0,061
Tagadnes subjekt v s domin šanas indekss		-2,04 <sup>a</sup>	2,57	-0,09	3,63	1,09 <sup>b</sup>	4,51	4,128*
Bezpal dz ba laika priekš		3,51	1,03	3,72	1,30	3,56	1,16	0,219
<b>Tic ba p cn ves dz vei</b>								
Izn c ba	0,78	13,96	7,47	13,25	6,76	16,57	7,43	1,290
Bez ermenisks gars	0,77	11,08	5,05	15,17	6,62	14,43	7,70	2,634
Gar ga p rdzimšana	0,87	15,50	6,93	16,75	8,06	16,52	8,53	0,172
Reinkarn cija	0,92	14,42	6,16	16,50	8,73	11,79	7,92	2,265
Fiziska atdzimšana	0,79	6,75	3,82	6,46	3,36	8,36	6,38	1,101

\*p<0,05,

<sup>a,b</sup> veicot post-hoc (*Tukey HSD*) sal dzin jumu, vid jie r d t ji grup s attiec g rind atš iras pie statistisk s noz m bas l me a p<0,05

Otra hipotēze - gados veci cilvēki ticuši subjektīvi nozīmīgāk salīdzinoši ar jauniem cilvēkiem – nav apstiprinājusi. Visās trijās vecuma grupās tagadnes subjektīva nozīme bija līdzīga un nav tikušas atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības starp grupām ne tās, ne tuvas pagātnes vērtjumā. Veicot vienfaktora dispersiju analīzi tika atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības starp trīs vecumu grupām tālās nākotnes subjektīvas nozīmes vērtjumā,  $F(2, 70)=4,25$ ,  $p<0,05$ . Salīdzinot trīs grupu vidjos rādītājus, var secināt, ka 61-85 gadus veci cilvēki ticuši uzskatīt par subjektīvi mazāk nozīmīgu ( $M=4,72$ ), nekā abu pārējo grupu respondenti, proti, 22-30 gadus veci cilvēki ( $M=6,00$ ) un 31-60 gadus veci cilvēki ( $M=6,13$ ).



### 1. attēls. Laika izjūtas vidējais aritmētiskais vērtības trijās vecuma grupās

Trešā hipotēze - gados veci cilvēki ticuši subjektīvi nozīmīgāk salīdzinoši ar jauniem cilvēkiem - nav apstiprinājusi. Aptaujas sadaļā par ticību pārcenšanās dzīvei piecās skalās iegūtie ticamības rādītāji ir pietiekami augsti vai labi (attiecīgi, iznīcināšanas skalā Kronbaha  $\alpha=0,78$ , bezcerīgums skalā  $0,77$ , garšpārdzīšana skalā  $0,87$ , reinkarnācijas skalā  $0,92$ , fiziskās atdzimšanas skalā  $0,79$ ). Iznīcināšanas skalas rezultāti negatīvi korelē ar pārējo četru skalu rezultātiem un šīs korelācijas ir statistiski nozīmīgas sekojošām: garšpārdzīšana (Personālr(69) = -0,53,  $p<0,05$ ), reinkarnācija ( $r(70)=-0,39$ ,  $p<0,01$ ) un fiziskā atdzimšana ( $r(68)=-0,24$ ,  $p<0,05$ ). Vienfaktora dispersiju analīze neuzrādīja statistiski nozīmīgas atšķirības trijās vecuma grupās nevienā no ticības pārcenšanās dzīves skalām.

## DISKUSIJA

Pētījuma gaitē iegūtie rezultāti nav apstiprinājuši izvirzīto hipotēzi par to, ka gados jaunākiem indivīdiem novērojama izteiktāka bezpalīdzības laika priekšizjēta un subjektīvā izjēta par tagadnes domināšanu, nekā gados vecākiem indivīdiem. Tika novērotas statistiski nozīmīgas atšķirības grupu tagadnes subjektīvās domināšanas izjētā starp 22-30 gadus vecu indivīdiem un 61-85 gadus vecu indivīdiem. Gados vecāki indivīdi subjektīvi uztver tagadnes domināšanu kā izteiktāku salīdzinot ar gados jauno individuālo grupu. Netika novērotas statistiski nozīmīgas atšķirības tagadnes subjektīvās domināšanas uztverē 31-60 gadu vecuma grupai ar abām pētījuma respondentu grupām, kaut gan tika novērota tendence, vecumam pieaugot, pakāpeniski pieaugt arī izjētai par subjektīvu tagadnes domināšanu. Pretējā gaidā, netika atklātas nozīmīgas atšķirības starp grupām bezpalīdzības izjētā laika priekšizjētā.

Pētījumā tika atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības starp vecumu grupām tagadnes subjektīvās nozīmēs vīriešiem, kā arī tagadnes ilguma vīriešiem: 31-60 gadus veci indivīdi tagadni vīrieši kā subjektīvi nozīmīgāku, salīdzinot ar 61-85 gadus veciem indivīdiem, kuri tagadni uztveruši kā ilgāku, ja salīdzina ar 22-30 gadus vecu jauniešu grupu.

Iespējams, novēroto subjektīvo tagadnes domināšanu veciem cilvēkiem, var skaidrot, izmantojot Zimbardo teorijas ietvaros izvirzīto fatalistisko tagadnes perspektīvu, kurai raksturīga lielāka bezpalīdzības sajūta par savu dzīvīgo kopumu (Zimbardo & Boyd, 2009). Fatalistiska tagadnes perspektīva atstāj nospiedumu arī uz nākotnes uztveri un transcendentālo nākotnes perspektīvu. Sajūta par tagadnes domināšanu un bezpalīdzības laika priekšizjēta saistīta ar paaugstinātu negatīvo afektu, samazinātu labklājības sajūtu. Šajā pētījumā labklājības rādītāji netika pētīti, tomēr saskaņā ar Eiropas Komisijas datiem iedzīvotāju labklājības rādītāji Latvijā kopumā ir vieni no zemākajiem Eiropā un joprojām Latvijas lielākajās pensijru daļā saņem pensijas, kas ir zemākas par pensiju apjoma valsts (Labklājības ministrijas pētījums par 2010.g. un 2011.g. 1.ceturksni), kā arī vairāk nekā 50% pensijru atrodas uz nabadzības sliekšņa (Eurostat, 2011), tādēļ nevar runāt par augstu ekonomisko labklājību un sociālo drošību. Latvijas vecākgadīguma paaudzes vidū. Saskaņā ar socioemocionālo selektivitātes teoriju, vecumdienās, sākot no nākotnes perspektīvai, cilvēki tiecas vairāk pievērsties tagadnei un emocionāli nozīmīgiem sociāliem kontaktiem. Līdz ar to tagadnes domināšana būtu nevis psiholoģiski nevaldāms fenomens, bet gan vecumam atbilstošs stāvoklis, kas pauž dabisku vecākgadīguma cilvēku koncentrēšanos uz tagadni, sākot no nākotnes perspektīvas viedokļa.

Otra p t jum izvirz t hipot ze par to, ka gados vec ki indiv di t lu pag tni v rt k subjekt vi noz m g ku sal dzinoši ar jauniem cilv kiem, p t jum nav apstiprin jusies. Vis s trij s vecuma grup s t las pag tnes subjekt va noz me bijusi l dzv rt ga, un netika atkl tas statistiski noz m gas atš ir bas starp grup m ne t las, ne tuvas pag tnes v rt jum . Toties atkl j s statistiski noz m gas atš ir bas starp tr s vecumu grup m t las n kotnes subjekt vas noz mes v rt jum : 61-85 gadus veci cilv ki t lu s kotni uzskat juši par subjekt vi maz k noz m gu, nek abu p r jo grupu respondenti. T las n kotnes v rt jums vec ku cilv ku grup nav p rsteidzošs, emot v r n kotnes laika nogriež a sal dzinoši s ku garumu vec kiem cilv kiem. SST teorijas ietvaros raksturot v lme p c pozit v m emocij m, kuras liek selekt vi atcer ties pag tnes notikumus vai visp r aizmirst negat vos p rdz vojumus (Mather, 2004), iesp jams, skaidro vec ku cilv ku pag tnes v rt jumu un to, ka t nav likusies noz m g ka k jauniem cilv kiem – proti soci lais, v sturiskais konteksts vec ka gadag juma paaudzei, kura dzimusi kara laik un uzaugusi p ckara Padomju Savien b , neveicina pozit vas, pat kamas emocijas, dom jot par pag tni. Vecumposmu atš ir bas attieksm pret laiku, t daž dajiem nogriež iem ir nep rprotami saist tas ar emocion lu laika pieredzi un laika uztveres soci lkultur laj m sakn m. Laika subjekt vu uztveri pavada soci lais laiks, ko veido k das soci las grupas priekšstati par att st bu un laikmetu. Viena no š d m soci l m grup m ir paaudze, kas pieš ir indiv dam vismaz da u no identit tes, defin jot indiv du k pieder gu k dam laika posmam vai v sturiskai rai, noteiktai pieredzei vai liktenim (Nugin, 2010). P t jumos pier d ts, ka ar materi l labkl j ba ietekm n kotnes perspekt vas dzi umu (Agarval et.al., 1983). L dz ga ietekme var tu b t v rojama ar uz tagadnes un pag tnes v rt jumu mijiedarb b ar soci lkultur lajiem fenomeniem, bet tas b tu n kotnes p t jumu uzdevums – atkl t vai un k das sakar bas past v starp Latvijas vec ka gadag juma indiv du labkl j bu, dz ves pieredzi un v sturisko posmu valsts att st b ar laika emocion lu uztveri.

Treš p t jum izvirz t hipot ze par to, ka gados vec kiem indiv di cieš k tic p cn ves dz vei nek gados jaun ki indiv di, p t juma gait neapstiprin j s. Ieg tie rezult ti sasauca ar Šausmu vad bas teorijas nost dn m par tuv j s (*proximal*) un att l s (*distal*) psiholo isk s aizsardz bas meh nismiem. Pie tuv j s psiholo isk s aizsardz bas meh nismiem pieder uzman bas nov ršana no dom m par n vi, n ves t mas un sava mirst guma trivializ šana u.c. Tuv j s psiholo isk s aizsardz bas meh nismi tiek iedarbin ti situ cij s, kad domas par n vi ir apzin tas (iepretim neapzin t m) un mirst guma apzi a indiv dam š iet apdraudoša. Att lie psiholo isk s aizsardz bas meh nismi kalpo neapzin tu n ves domu apspiešanai, kad tiek provoc ta indiv da mirst guma apzi a. Pie tiem pieder, piem ram, augsta pašapzi a, indiv da pasaules uzskati, piesaistes stili, nacion lisms, reli iska p rliec ba, tic ba dievam un dz vei p cn ves u.c. (Hayes et.al., 2010). Bakalaura darb izmantot s aptaujas forma, iesp jams,

vairāk aktualizēja tūvos aizsardzības mehānismus un negatīvu afektu vecāku cilvēku vidū, nevis attīstīja aizsardzības mehānismus, kad mirst guma apziņa un nāves domu pieejamība ir zems. Pieņemams atbilstoši jaunajiem anketēšanas laikiem, kā arī analizējot nepilngadīgo aizpildīto vai tukšo anketu patstāvīgu vecumgrupā no 61-85 gadiem. Viens no jaunajiem aizsardzības mehānismiem vecāku cilvēku grupā bija grupas nosodījums un vēršanās pret studentiem, akadēmisko vidi, kura kur tiek veikti neizprotami, bezjēdzīgi pētījumi. Tika novērota vecāku cilvēku izteikta tieksme pēc strukturālas un korektas, kas izpaudās kā anketas jautājumu par ticamību nāves dzīvībai kritika par jautājumu neskaidribu, atkarīgo. Ja pētījums tiktu aktualizēti attīstīja aizsardzības mehānismus, iespējams, tiktu iegūti saturiski statistiski nozīmīgas atšķirības starp grupām, jo ticamība nāves dzīvībai un tādā laika linearitātes pārvēršana sākas ar psiholoģijas līdžinājumiem pētījumiem varētu skaidrot to, kāpēc vecāki cilvēki nāves baidās mazāk nekā jauni. Turklāt bakalaura darba ietvaros netika analizēti šākotnājie respondentu trauksmes līmeņi, individuāli domājot par to, kā ar netikamību nāves domu pieejamība. Tādā, nav iespējams secināt vai iegūtie rezultāti ticamību nāves dzīvībai saistīti ar respondentu vecumu, vai tomēr tie atkarīgi no nāves domu pieejamības līmeņa, kā arī vecumu grupas un no tā izrietošās trauksmes mazināšanas psiholoģiskajiem aizsardzības mehānismiem (t.i., tūvojumiem interpretētiem).

Vecumposmā atšķirības laika uztverē un uzskatos par dzīvībai nāves ir pētītās salīdzinoši maz un šajās jomās ir vairāk neskaidribu un pretrunu, nekā viennozīmīgu atbilstību. Nākotnes pētījumos varētu pievērsties detalizētai psiholoģisko mehānismu izpētei, kas palīdz gados vecākiem individuāli tikt galā ar sava mirstīguma apziņu, kā arī dziļāki vecumposmā atšķirības pētīšanai vecuma grupā no 60 gadiem un vairāk, atceroties Viktora Cicirelli (Cicirelli, 2003) hipotēzi, ka pēc 75 gadu vecuma iestājas pēdējais periods, kura laikā notiek kognitīvā un emocionālā reorganizācija, ieskaitot viedokļu maiņu par nāvi un dzīvību. 75-84 gadus veci cilvēki daudz vairāk raizjas par dzīvību, nekā par nāvi, salīdzinot ar 85-90 gadus veciem cilvēkiem. Pirmajiem jaunajiem izteiktas emocionālas reakcijas uz miršanas procesu un lielākas šaubas par ticamību nāves dzīvībai, kā arī kopumā lielākas bailes nāves. Plašāks pētījums ļautu noteikt, vai jaunajiem kādas uzskatu un psiholoģisko stratēģiju izmaiņas tieši šajā vecuma posmā, pārvērtot bailes nāves un tuvojoties dzīvības noslēgumam.

Bakalaura darbam ir nebija sīkāk iepazīt pagātnes, tagadnes vai nākotnes saturisko vērtējumu un analizēt emocionālas attieksmes pret noteiktiem savas dzīvības laika nogriežņiem saistībā ar laika izpratni un uztveri, orientāciju laikā. Iespējams, saturiska laika perspektīvu analīze palīdzētu atklāt pamatojumu, kāpēc tieši viens vai otrs laika posms cilvēkiem šķitīs nozīmīgs vai tieši pretēji – nenozīmīgs.

## SECINĀJUMI

Bakalura darbs tika aplūkots galvenās atziņas un pētījumi kognitīvās psiholoģijas psihofizikas paradigmas ietvaros, kuru galvenokārt interesē jūsi laika uztveres precizitāte, kognitīvo procesu atklāšana, kas ir pamats laika uztverei, kā arī cilvēka vecuma saistība un ietekme uz laika uztveres precizitāti. Orientācija laikā un pētījumi par laika perspektīvām tika analizēti, aplūkojot galvenās F. Zimbardo, T. Kotla un citu autoru atziņas. Laika pētniecība, raugoties no cilvēka kontroles izjūtas pār laiku un laika ritējumu skatupunkta, bakalaura darbs atspoguļota balstoties uz R. Petrikanas un K. Barisa pētījumu. Laika uztvere plašākā kontekstā un saistībā ar novecošanu raksturota caur L. Karstensensas socioemocionālās selektivitātes teorijas prizmu. Lai saistītu laika uztveri ar psiholoģiskiem aizsardzības mehānismiem un stratēģijām, ko cilvēki izmanto pārvārot bailes no nāves, bakalaura darbs analizētas galvenās šausmu vadības teorijas atziņas un aplūkoti pētījumi par reliģijas un ticības nozīmi cilvēka dzīvībai – kā tā palīdz tikt galā ar bailēm no nāves un, iespējams, arī pārvārt laika plūsmu, piedāvājot alternatīvas laika izpratnes formas un dzīves turpinājumu pēcnāves.

Bakalaura darba mērķis bija izpētīt vai pastāv vecumu atšķirības starp bezpalīdzības izjūtu laika priekšā, subjektīvu izjūtu par tagadnes domināšanu un ticību pēcnāves dzīvei. Pētījumā izmantota anketa, kurā iekļauts 3 aptaujas – Aptauja par bezpalīdzības laika priekšizjūtu (Petrican & Burris, 2011), Aptauja par ticību pēcnāves dzīvei (Burris & Bailey, 2009), kā arī Aptauja par Laika ilguma izjūtu (Cottle, 1964).

Iegūtie aptaujas rezultāti tika salīdzināti trīs vecumu grupās: 22-30 gadus veci indivīdi (n=25), 31-60 gadus veci indivīdi (n=24), kā arī 61-85 gadus veci indivīdi (n=25).

No pētījuma izvirzītām trīs hipotēzām nav apstiprinājies neviena. Tika atklātas statistiski nozīmīgas atšķirības subjektīvā tagadnes domināšanas uztverē starp gados vecākiem indivīdiem salīdzinot ar gados jauniem indivīdiem. Gados vecāki indivīdi subjektīvi uztver tagadnes domināšanu kā izteiktāku salīdzinot ar gados jauno indivīdu grupu.

Pretēji gaidītam, netika atklātas nozīmīgas atšķirības starp grupām bezpalīdzības izjūtu laika priekšā, tāpat gados vecāki indivīdi tālu pagātni nevērtēja kā subjektīvi nozīmīgāku salīdzinot ar jauniem cilvēkiem un viņiem netika novērota lielāka ticība pēcnāves dzīvei salīdzinot ar gados jauniem indivīdiem.

Nākotnes pētījumu ieteicams pievērsties detalizētākai psiholoģisko mehānismu izpētei, kas palīdz gados vecākiem indivīdiem tikt galā ar sava mirstīguma apziņu, kā arī dziļākai

vecumposmu atširbu p t šanai vecuma grup no 60 gadiem. B tu v lams s k k analiz t pag tnes, tagadnes vai n kotnes saturisko v rt jumu un cilv ku emocion las attieksmes pret noteiktiem savas dz ves laika nogriež iem saist b ar laika izpratni un uztveri, orient ciju laik t dej di atkl jot pamatojumu, k p c tieši viens vai otrs laika posms cilv kiem š itis noz m gs vai tieši pret ji – nenož m gs. Izprotot vec ku cilv ku laika uztveres patn bas un t s pamat esoš s emocion l s reakcijas, k ar psiholo iskos aizsargmeh nismus un strat ijas, kas pal dz tikt gal ar bail m no n ves, iesp jams sniegt piem rot ku atbalstu kritisk s dz ves situ cij s ne vien gados veciem indiv diem, bet ar cilv kiem, kuru dz v daž du apst k u d aktualiz juš s domas par mirst gumu, n vi. Zin šanas par to, k cilv ki uztver laiku un k š uztvere main s l dz ar gadiem, paplašina psiholo ijas priekšstatus un zin šanas par cilv ka att st bu l dz pat vecumdien m un auj run t ne tikai par vecumdien s neizb gamo sp ju (k fizisko, t kognit vo u.c.) norietu, bet ar par cilv ku psiholo isk s adapt šan s sp j m.

## IZMANTOT S LITERAT RAS UN AVOTU SARAKSTS

- Addis, D.R., Wong, A. T, & Schacter, D.L. (2007). Remebering the past and imaginign the future: common and distinct neural substrates during event construction. *Neuropsychologia*, Vol. 45, 1363-1377.
- Agarwal, A., & Tiwari, S. (1988). Future orientation: A mediator in temporal coding. *International Journal of Psychology*, Vol. 23, 151-163.
- Agarwal, A., Tripathi, K.K., & Srivastava, M. (1983). Social roots and psychological implications of time perspective. *International Journal of Psychology*, Vol. 18, 367-380.
- Allport, G.W. (1966). *The individual and his religion*. New York: Macmillan.
- Altemeyer, B. (2004). The decline of organised religion in Western civilization. *The International Journal for the Psychology of Religion*, Vol. 14, No. 2, 77-89.
- Bar-Haim, Y. ,Kerem, A., Lamy, D., & Zakay, D. (2010). When time slows down: The influence of threat on time perception in anxiety. *Cognition & Emotion*, Vol. 24, Issue 2, 255-263.
- Beck, A. (2006). Defensife versus existential religion: is reliogious defensiveness predictive of worldview defense? *Journal of Psychology and Theology*, Vol. 34, No. 2, 143-153.
- Beck, A. (2008). Feeling queasy about incarnation: Terror Management Theory, death, and the body of Jesus. *Journal of Psychology and Theology*, Vol. 36, No. 4, 303-313.
- Bruss, F. T., & Rüschenndorf, L. (2010). On Perception of Time. *Gerontology*, Vol. 56, No. 3, 354-370.
- Burris, C. T., & Bailey, K. (2009). What lies beyond: theory and measurement of afterdeath beliefs. *The International Journal of the Psychology of Religion*, Vol. 19, 173-186.
- Carstensen, L. L. (1992). Social and emotional patterns in adulthood: support for socioemotional selectivity theory. *Psychology and Aging*, Vol. 7, 331-338.
- Carstensen, L.L. (2006). The influence of a sense of time on human development. *Science*, Vol. 312, 1913–1915.
- Carstensen, L. L. (2007). Growing old or living long: take your pick. *Issues in Science and Technology*, Winter 2007, 41-55
- Carstensen, L.L., Fung, H.H., & Charles S.T. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, Vol. 27, No. 2, 103-123.
- Carstensen, L.L., Scheibe, S., Ersner-Hershfield, H., Brooks, K.P., Turan, B., Ram, N., Samanez-Larkin, G.R., & Nesselroade, J.R. (2011). Emotional experience improves with

- age: evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging, Vol. 26, No. 1*, 21-33.
- Cicirelli, V.G. (2003). Older adults' fear and acceptance of death: A transition model. *Ageing International, Vol. 28, Issue 1*, 66-81.
- Corballis, M. C. (2009). Mental time travel and the shaping of language. *Experimental Brain Research, Vol. 192*, 553-560.
- Cottle, T.J. (1964). The duration inventory: subjective extensions of temporal zones. *Acta Psychologica, Vol. 29, No. 4*, 333-352.
- Cottle, T.J. (1969). Temporal correlates of the achievement value and manifest anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol. 33, No. 5*, 541-550.
- Cottle, T.J. (1971). Temporal correlates of dogmatism. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol. 36, No. 1*, 70-81.
- Cottle, T.J., Howard, P., & Pleck, J. (1969). Adolescent perceptions of time: The effect of age, sex and social class. *Journal of Personality, Vol. 37, Issue 4*, 636-650.
- Dalby, P. (2006). Is there a process of spiritual change or development associated with ageing? A critical review of research. *Aging & Mental Health, Vol. 10, No. 1*, 4-12.
- Droit-Volet, S. (2012). Children and time. *Psychologist, Vol. 25, No. 8*, 586-589.
- Droit-Volet, S., Clement, A., & Wearden, J.H. (2001). Temporal generalization in 3- to 8-year-old children. *Journal of Experimental Child Psychology, Vol. 80*, 142-159.
- Edmondson, D., Park, C.L., Chaudoir, S.R., & Wortmann, J.H. (2008). Death Without God Religious Struggle, Death Concerns, and Depression in the Terminally Ill. *Psychological Science, Vol. 19, No. 8*, 754-758.
- Ehman, B., Garami, V., Naszodi, M., Kis, B., & Laszlo, J. (2007). Subjective time experience: identifying psychological correlates by narrative psychological content analysis. *Empirical Text and Culture Research, Vol. 3*, 14-25.
- Erdogdu, M.Y. (2008). Predicting death anxiety by psychological dispositions of individuals from different religions. *Erciyes Medical Journal, Vol. 30, No. 2*, 84-91.
- Eurostat. (2011). Europe in figures - Eurostat yearbook 2011: Living conditions and social protection. Ieg ts 2012.g. 29. novembr no <http://epp.eurostat.ec.europa.eu>.
- Flaherty, M.G. (1991). The perception of time and situated engrossment. *Social Psychology Quarterly, Vol. 54, No.1*, 76-85.
- Florian, V., & Mikulincer, M. (1997). Fear of death and the judgment of social transgressions: a multidimensional test of Terror Management Theory. *Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 73, No. 2*, 369-380.

- Florian, V., & Mikulincer, M., & Hirschberger, G. (2002). The Anxiety-Buffering Function of Close Relationships: Evidence That Relationship Commitment Acts as a Terror Management Mechanism. *Journal of Personality & Social Psychology, Vol. 82, Issue 4*, 527-524.
- Fortner, B.V., Nemei, R.A., & Rybarczyk, B. (2000). Correlates of death anxiety in older adults: A comprehensive review. In A. Tomer (Ed.), *Death attitudes and the older adults: Theories, concepts, and applications* (pp. 95-108). Philadelphia: Taylor&Francis.
- Fraisse, P. (1984). Perception and estimation of time. *Annual Review of Psychology, Vol. 35*, 1-36.
- Fritsche, I., Jonas, E., Fischer, P., Koranyi, N., Berger, N., & Fleischmann, B. (2008). Mortality salience and the desire for offspring. *Journal of Experimental Social Psychology, Vol. 43, Issue 5*, 753-762.
- Fung, H.H., & Carstensen, L.L. (2006). Goals change when life's fragility is primed: lessons learned from older adults, the September 11 attacks and SARS. *Social Cognition, Vol. 24, No. 3*, 248-278.
- Goldenberg, J. L., Pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (2000). Fleeing the body: a terror management perspective on the problem of human corporeality. *Personality and Social Psychology Review, Vol. 4, No. 3*, 200-218.
- Greenberg, J., Porteus, J., Simon, L., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (1995). Evidence of a terror management function of cultural icons: The effects of mortality salience on the inappropriate use of cherished cultural symbols. *Personality and Social Psychology Bulletin, Vol. 21*, 1221-1228.
- Grondin, S. (2005). Overloading Temporal Memory. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance, Vol. 31, No. 5*, 869-879.
- Hancock, P.A., & Rausch, R. (2010). The effects of sex, age, and interval duration on the perception of time. *Acta Psychologica, Vol. 133*, 170-179.
- Harmon-Jones, E.; Simon, L., Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., & McGregor, H. (1997). Terror Management Theory and self-esteem: evidence that increased self-esteem reduces mortality salience effects. *Journal of Personality & Social Psychology, Vol. 72, Issue 1*, 24-36.
- Hayes, J., Schimel, J., Arndt, J., & Faucher, E.H. (2010). A theoretical and empirical review of the death-thought accessibility concept in terror management research. *Psychological Bulletin, Vol. 136, No. 5*, 699-739.
- Hergovich, A., Schott, R., & Arendsay, M. (2005). Paranormal belief and religiosity. *Journal of Parapsychology, Vol. 69*, 293-303.

- Holman, E.A., & Zimbardo, P.G. (2009). The social language of time: the time perspective – social network connection. *Basic and Applied Social Psychology*, Vol. 31, 136-147.
- International Social Survey Programme (1998). Religion II Survey. Retrieved on April 2011 from [http://www.gesis.org/en/data\\_service/issp/search/index.htm](http://www.gesis.org/en/data_service/issp/search/index.htm)
- Jonas, E., & Fischer, P. (2006). Terror management and religion: Evidence that intrinsic religiousness mitigates worldview defense following mortality salience. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 91, No. 3, 553–567.
- Jonson, H., & Magnusson, J.A. (2001). A new age of old age? Gerotranscendence and the re-enchantment of aging. *Journal of Aging Studies*, Vol. 15, 317-331.
- Kelly, M.P. (2010). The evolution of beliefs in God, spirit, and the paranormal. I Terror Management Theory and ritual healing theories. *Journal of Parapsychology*, Vol. 74, Issue 2, 335-357.
- Kennedy, Q., Mather, M., & Carstensen, L.L. (2004). The role of motivation in the age-related positivity effect in autobiographical memory. *Psychological Science*, Vol. 15, No 3, 208-214.
- Keough, K.A., Zimbardo, P.G., & Boyd, J.N. (1999). Who's Smoking, Drinking, and Using Drugs? Time Perspective as a Predictor of Substance Use. *Basic and Applied Social Psychology*, Vol. 21, No. 2, 149-164.
- Löckenhoff, C.E. (2011). Age, time, and decision making: from processing speed to global time horizons. *Annals of New York Academy of Sciences*, Vol. 1235, 44-56.
- Löckenhoff, C.E., & Carstensen, L.L. (2004). Socioemotional selectivity theory, aging, and health: the increasingly delicate balance between regulating emotions and making tough choices. *Journal of Personality*, Vol. 72, No 6, 1395-1424.
- Liniauskaitė, A., & Kairys, A. (2009). The Lithuanian version of the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI). *Psichologija*, Vol. 40, 66-87.
- Löckenhoff, C.E., & Carstensen, L.L. (2007). Aging, emotion, and health-related decision strategies: motivational Manipulations can reduce age differences. *Psychology and Aging*, Vol. 22, No. 1, 134–146.
- Mather, M. (2004). Aging and emotional memory. In D.Reisberg & P.Hertel (Ed.), *Memory and emotion* (pp. 272-307). Oxford: Oxford University Press.
- McCormak, T., Brown, G.D.A., Maylor, E.A., Darby, A., & Green, D. (1999). Developmental changes in time estimation: comparing childhood and old age. *Developmental Psychology*, Vol. 35, 1143-1155.
- McGregor, H.A., Greenberg, J., Arndt, J., Lieberman, J.D., Solomon, S., Simon, L., & Pyszczynski, T. (1998). Terror management and aggression: Evidence that mortality

- salience motivates aggression against worldview-threatening others. *Journal of Personality & Social Psychology*, Vol. 74, Issue 3, 590-605.
- Morris, G.J., & McAdie, T. (2009). Are personality, well-being and death anxiety related to religious affiliation? *Mental Health, Religion & Culture*, Vol. 12, No. 2, 115–120.
- Nugin, R. (2010). Social time as the basis of generational consciousness. *TRAMES: A Journal of the Humanities & Social Sciences*, Vol. 14, Issue 4, 342-366.
- Öner-Özkan, B. (2007). Future time orientation and religion. *Social Behavior and Personality*, Vol 35, Issue 1, 51-62.
- Petrican, R., & Burriss, C.T. (2011). The infernal flow: linking temporal inefficacy to cognitive ability and social adjustment. *Canadian Journal of Behavioural Science*, Vol. 43, No. 1, 52-62.
- Pyszczynski, T., Greenberg, J., Solomon, S., & Maxfield, M. (2006). On the unique psychological import of the human awareness of mortality: theme and variations. *Psychological Inquiry*, Vol. 17, No. 4, 328–356.
- Rank, O. (1998). *Psychology and the soul*. Baltimore: John Hopkins University Press. (Original work published 1930).
- Raševska M., Kristapsone S. (2000). *Statistika psiholoģijas pētījums*. Rīga: Izglītības un zinātnes ministrija.
- Roeckelein, J. E. (2009). History and conceptions and accounts of time and early time perception research. In S. Grondin (Ed.) *Psychology of Time* (pp.1-51). UK: Emerald Group Publishing Ltd.
- Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2008). A blast from the past: The terror management function of nostalgia. *Journal of Experimental Social Psychology*, Vol. 44, Issue 1, 132-140.
- Rutjens, B.T., van Harreveld, F. & van der Pligt, J. (2010). Yes We Can: Belief in Progress as Compensatory Control. *Social Psychological and Personality Science*, Vol. 1, Issue 3, 246-252.
- Sadauska, I. (2012). *Kursa darbs II: Saistība starp bezpazīstamību un laika priekšrocību, subjektīvu sajūtu par tagadnes domināšanu un ticību pārcenšamībai.* (nepublicēts materiāls)
- Samanez-Larkin, G.R., Robertson, E.R., Mikels, J.A., Carstensen, L.L., & Gotlib, I.H. (2009). Selective attention to emotion in the aging brain. *Psychology and Aging*, Vol. 24, No. 3, 519-529.
- Shipp, A.J, Eddwards, J.R. & Schurer Lambert, L.S. (2009). Conceptualization and measurement of temporal focus: The subjective experience of the past, present and future. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, Vol. 110, 1-22.

- Sucala, M.L., Stefan, S., Szentagotai-Tatar, A., & David, D. (2010). Time flies when you expect to have fun. An experimental investigation of the relationship between expectancies and the perception of time progression. *Cognition, Brain, Behavior. An Interdisciplinary Journal, Vol.XIV, No.3*, 231-24.
- Sullivan, S.J., Mikels, J.A., & Carstensen, L.L. (2010). You never lose the ages you've been: affective perspective taking in older adults. *Psychology and Aging, Vol. 25, No. 1*, 229–234.
- Taubman - Ben-Ari, O., Findler, L., & Mikulincer, M. (2002). The effects of mortality salience on relationship strivings and beliefs: The moderating role of attachment style. *British Journal of Social Psychology, Vol. 41, Issue 3*, 419-441.
- Tornstam, L. (1997). Gerotranscendence: the contemplative dimension of aging. *Journal of Aging Studies, Vol. 11 Issue 2*, 143-155.
- Tornstam, L. (1999). Transcendence in later life. *Generations*, 10-14.
- Wackermann, J., & Ehm, W. (2006). The dual klepsydra model of internal time representation and time reproduction. *Journal of Theoretical Biology, Vol. 239 Issue 4*, 482-493.
- Wadensten, B. (2005). Introducing older people to the theory of gerotranscendence. *Journal of Advanced Nursing, Vol.52, Issue 4*, 381-388.
- Wadensten, B., & Carlsson, M. (2001). A qualitative study of nursing staff members' interpretations of signs of gerotranscendence. *Journal of Advanced Nursing, Vol.36, Issue 5*, 635-642.
- Wadensten, B. & Carlsson, M. (2003). Theory-driven guidelines for practical care of older people based on the theory of gerotranscendence. *Journal of Advanced Nursing, Vol.41, Issue 5*, 462-470.
- Wearden, J.H. (2005). The wrong tree: Time perception and time experience in the elderly. In J. Duncan, L. Phillips, & P. McLeod (Eds.), *Measuring the mind: Speed, age, and control* (pp. 137-158). Oxford: Oxford University Press.
- Wearden, J.H., Parry, A., & Stamp, L. (2002). Is subjective shortening in human memory unique to time representations? *The Quarterly Journal of Experimental Psychology, Vol. 55B, Issue 1*, 1-25.
- Wearden, J.H., & Wearden, A.J. (1997). Age and IQ effects on stimulus and response timing. *Journal of Experimental Psychology. Human Perception & Performance, Vol. 23, Issue 4*, 962-980.
- Zakay, D. (1992). The role of attention in children's time perception. *Journal of Experimental Child Psychology, Vol. 54*, 355-371.

- Zakay, D., & Block, R.A. (1997). Temporal Cognition. *Current Directions in Psychological Science, Vol. 6, Issue 1*, 12-16.
- Zimbardo, P. G. (1994). Whose time it is, I think I know. Research on time perspectives. In R. C. Silver (Chair), *Temporal perspectives. A topic whose time has come. Again*. Symposium conducted at the American Psychological Association Annual Convention, Los Angeles, CA.
- Zimbardo, P.G, & Boyd, J. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality & Social Psychology, Vol. 77 Issue 6*, 1271-1288.
- Zimbardo, P.G, & Boyd, J. (2009). *The Time Paradox*. New York: Free Press.

1. PIELIKUMS: APTAUJA PAR LAIKA IZJĒTU UN PRIEKŠSTATIEM  
PAR DZĪVĪBNĪVĒS

## Aptauja par laika izjūtu un priekšstatiem par dzīvi pēc nāves

Esmu Latvijas Universitātes psiholoģijas fakultātes studente Inese Sadauska. Sava darba ietvaros pētu cilvēku izjūtu par laiku, kad viņi domā par savu dzīvi, kā arī cilvēku uzskatus par pēcnāves dzīvi. Aptauja ir anonīma, un iegūtie dati tiks izmantoti tikai apkopotā veidā. Ja Jūs interesē mana pētījuma rezultāti, lūdzu, rakstiet uz: isadauska@gmail.com. Paldies par veltīto laiku!

### Norādiet informāciju par sevi:

Dzimums	<input type="checkbox"/> sieviete	<input type="checkbox"/> vīrietis
Vecums	<input style="width: 50px; height: 20px;" type="text"/> (ierakstiet gadus)	
Nodarbošanās	<input type="checkbox"/> studēju <input type="checkbox"/> studēju un strādāju <input type="checkbox"/> esmu pensijā	<input type="checkbox"/> strādāju <input type="checkbox"/> šobrīd esmu bez darba <input type="checkbox"/> esmu strādājošs pensionārs (-e)
Izglītības līmenis	<input type="checkbox"/> pamatskolas <input type="checkbox"/> augstākā	<input type="checkbox"/> vidējā <input type="checkbox"/> nepabeigta augstākā
Ģimenes stāvoklis	<input type="checkbox"/> neprecējies/neprecējusies <input type="checkbox"/> dzīvoju neregistrētā laulībā <input type="checkbox"/> atraitnis/atraitne	<input type="checkbox"/> precējies/precējusies <input type="checkbox"/> šķīries/šķīrusies

1. Turpinot teikumu, lūdzu, izvērtējiet, cik lielā mērā katrs apgalvojums atbilst Jums un atbilstošajā lodziņā, atkarībā no Jums vispiemērotākās atbildes varianta, ievelciet „X”. Lūdzu, atbildiet uz katru apgalvojumu.

<b>Es ticu, ka pēc manas nāves....</b>		Pilnīgi nepiekrītu					Pilnībā piekrītu	
		1	2	3	4	5	6	7
1.1.	kaut kad nākotnē mans fiziskais ķermenis augšāmcelsies							
1.2.	es vairs neeksistēšu un viss							
1.3.	tikai mans fiziskais ķermenis mirs, bet mans gars turpinās dzīvot							
1.4.	kaut kad es dzīvošu atkal, tikai nu jau kā cits cilvēks, bez atmiņām par šo dzīvi							
1.5.	mans fiziskais ķermenis tiks pilnībā atjaunots un uzlabots, un es atkal dzīvošu savā ķermenī							
1.6.	tas, kas tagad esmu „es” pārstās eksistēt un tomēr es turpināšu dzīvot kā daļa no lielā Visuma							
1.7.	mana personība un apziņa, viss, kas es esmu, pārstās eksistēt							
1.8.	patiesais „es”, kurš tagad dzīvo manā ķermenī un veido manu personību, turpinās eksistēt bez ķermeņa							
1.9.	es kaut kad atgriezīšos fiziskajā pasaulē, lai atdzimtu kā cits cilvēks							
1.10.	kādreiz mans fiziskais ķermenis augšāmcelsies un es atkal tajā dzīvošu, būdams tāds pats kā esmu tagad							
1.11.	mana identitāte nomirs kopā ar manu ķermeni, bet mana apziņa turpinās eksistēt							
1.12.	es turpināšu eksistēt tikai savu tuvinieku un līdzgaitnieku atmiņās							
1.13.	mana dvēsele, kas padara mani par unikālu individu, dzīvos mūžīgi							
1.14.	kaut kad es pārdzimšu citā ķermenī, kā cits cilvēks vai cita dzīva būtne							
1.15.	„es” kā tāds vairs nebūšu - paliks tikai tīra un mūžīga Apziņa							
1.16.	mana dvēsele un fiziskais ķermenis kaut kad nākotnē saplūdīs							
1.17.	pavisam vienkārši – mana eksistence ar to arī beigsies							
1.18.	es turpināšu eksistēt kā persona ar garīgu, nevis fizisku ķermeni							
1.19.	mana dvēsele kaut kad pārdzims citā ķermenī							
1.20.	„es” kā atsevišķa persona vairs neeksistēšu, jo saplūdišu ar Garu vai Dievu							

Turpinājums otrajā lapas pusē →

2. Lūdzu, izlasiet apgalvojumus. Teikumu brīvajās vietās, lūdzu, ierakstiet Jūsu izjūtām visatbilstošāko vārdu no sekojoša piedāvājuma:

•sekundes, •minūtes, •stundas, •dienas, • nedēļas, •mēnešus, •gadus

- 2.1. Tagadne sākās \_\_\_\_\_ atpakaļ un turpināsies \_\_\_\_\_ uz priekšu.
- 2.2. Ja tā padomā, tad tāla pagātne ietver lietas un notikumus, kas risinājās \_\_\_\_\_ atpakaļ, bet tuva pagātne ietver lietas un notikumus, kas risinājās \_\_\_\_\_ atpakaļ.
- 2.3. Ja tā padomā, tad tāla nākotne ietver lietas un notikumus, kas risināsies \_\_\_\_\_ uz priekšu, bet tuva nākotne ietver lietas un notikumus, kas risināsies \_\_\_\_\_ uz priekšu.

3. Lūdzu, izvērtējiet, cik personiski nozīmīgs Jums šķiet katrs no tālāk minētiem laika periodiem. Atzīmējiet vispiemērotāko atbildi, ievēlot „X”. Lūdzu, izvērtējiet katru laika periodu!

		Pavisam nebūtiska					Ļoti svarīga	
		1	2	3	4	5	6	7
3.1.	Mana tālā pagātne							
3.2.	Mana tuvā pagātne							
3.3.	Mana tagadne							
3.4.	Mana tuvā nākotne							
3.5.	Mana tālā nākotne							

4. Lūdzu, izvērtējiet, cik lielā mērā katrs apgalvojums atbilst Jums un atbilstošajā lodziņā, atkarībā no jums vispiemērotākās atbildes varianta, ievēciet „X”. Lūdzu, atbildiet uz katru apgalvojumu!

		Pilnīgi nepiekrītu					Pilnībā piekrītu	
		1	2	3	4	5	6	7
4.1.	Es vēlētos kaut būtu iespējams ceļot savas dzīves ritējuma laikā turp un atpakaļ pat, ja neko nevarētu izmainīt.							
4.2.	Dažkārt man šķiet, ka dzīve traucas pārāk ātri, un es vēlos kaut varētu to apturēt.							
4.3.	Pat, ja būtu iespēja piedzīvot tos pašus notikumus atkal tieši tādā pašā veidā, es to negribētu darīt.							
4.4.	Laika plūdums dažkārt šķiet kā slikts sapnis, no kura es vēlētos pamosties.							
4.5.	Dažbrīd es jūtos kā iesprostots (-a) laikā un vēlos kaut es varētu no tā atbrīvoties.							
4.6.	Dažkārt man ir nepārvarama vēlme paviesoties pagātnē vai nākotnē.							
4.7.	„Nākotne kļūst par tagadni, bet tagadne pārvēršas pagātnē” – dažkārt jūtos izmisis (-i), ka nevaru to kontrolēt.							

***Paldies par veltīto laiku!***

Bakalaura darbs „Bezspēcības laika priekš, tagadnes subjektvas domināšanas un ticības pārcēvēsalīdzinājums gados vecāku un jaunu cilvēku grupās” izstrādāts LU Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātē.

Ar savu parakstu apliecinu, ka pat jums veikts patstāvīgi, izmantoti tikai tajā norādītie informācijas avoti un iesniegti darba elektroniskā kopija atbilsts izdrukai.

Autore: Inese Sadauska

Rekomendēju darbu aizstāšanai:

Vadītājs: Dr.psyh., doc. Aleksandrs Košosovs \_\_\_\_\_  
(paraksts) (datums)

Recenzents: \_\_\_\_\_

Darbs iesniegts Psiholoģijas nodalījumā \_\_\_\_\_(datums)

Deklāra pilnvarotā persona:

Darbs aizstāvēts bakalaura gala pārbaudījuma komisijas sēdē  
\_\_\_\_\_ (datums), prot. Nr. \_\_\_\_\_

Komisijas sekretāre: \_\_\_\_\_