

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПОТРЕБ ТА ОЦІНОК ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З РІЗНИМ РІВНЕМ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ

Вікторія ЛАШУК

Copyright © 2011

Актуальність проблематики дослідження. Наявна соціальна ситуація вимагає від сучасної людини високого рівня навичок адаптації до мінливого світу. Більшість людей, однак, психологічно не готові сприймати швидкі зміни у проблемному довіллі та нові умови існування в ньому, в результаті чого руйнуються наявні міжособистісні стосунки та зростає психоемоційне напруження у виробленні оновлених соціальних взаємодій. Зниження кількості та якості соціальних контактів, формальний характер стосунків, невдоволеність реальною емоційною близькістю зі значущими людьми спричиняє негативні почуття, серед яких не останнє місце займає *самотність*.

А.В. Петровський, М.Г. Ярошевський подають таке трактування самотності: “це один із психогенних факторів, що впливає на емоційний стан людини, яка знаходиться у змінених умовах ізоляції від інших людей...” [7, с. 248]. Його критичний аналіз указує на те, що автори зводять зазначену проблему лише до просторової ізоляції, тобто прирівнюють поняття “самотність” до фізичної відсутності поряд з людиною інших. Натомість Р.В. Немов дає протилежне витлумачення психозмістового наповнення самотності: це такий “тяжкий психічний стан, котрий супроводжується поганим настроєм і пригніченими емоційними переживаннями”. Зі сказаного випливає, що його погляд теж хибує односторонністю, тому що ігнорує об’єктивне підґрунтя самотності. Водночас наведені визначення вказують на те, що наслідки зазначеного психоемоційного стану мають винятково негативне забарвлення.

Отже, донині не склався єдиний погляд дослідників на висвітлення проблеми. У результаті аналізу різноманітних тлумачень змісту та обсягу цього поняття, що наявні в науковій літературі, сформулюємо таке робоче визначення: *самотність* – це не лише об’єктивний

стан добровільної чи вимушеної соціальної ізоляції людини, а й першочергово негативне суб’єктивне переживання, яке виникає або у стані ізолюваності чи самоізолюваності, або ж навіть при об’єктивному її задіянні до різних сфер суспільного життя та спілкування і яке супроводжується почуттями покинутості, відчуженості, непотрібності.

У розумінні психологічної природи самотності представники одних підходів ототожнюють її з усамітненням чи ізоляцією, а інші трактують як суб’єктивне переживання. Тому для більш диференційованого уявлення про цей феномен потрібно відокремити поняття “самотність” (англ. “loneliness”) від схожих, але не тотожних йому – “ізоляція” (англ. “isolation”) та “усамітнення” (англ. “solitude”). Вочевидь це специфічно різні психоемоційні стани. Самотність не тотожна фізичній ізоляції, тобто стану, котрий підлягає спостереженню, регулюється та контролюється людиною як об’єктивні параметри довілля. Тому самотність – це неприємна емоційна реакція на обставини соціальної ізоляції, хоча зв’язку між ними може й не бути. Натомість усамітнення як акт добровільного фізичного відсторонення від людей може супроводжуватися й переживанням почуття самотності, і переживанням будь-яких інших почуттів, тобто ні сам його факт, ані навіть факт існування яскраво вираженого прагнення до нього чи потреби в ньому ще не є показником наявності почуття самотності.

Звісно, переживання зазначеного почуття за сприятливих умов може стати ресурсом самовдосконалення, оскільки дає особистості рідкісну змогу зануритися в рефлексивні пошуки своїх переваг і недоліків й тим самим сприяє розвитку позитивних властивостей і рис. Однак у цьому дослідженні нами розглядається самотність переважно як негативне переживання, котре супроводжується почут-

тями покинутості, відчуженості, непотрібності за об'єктивних умов долучення людини до різних сфер суспільного життя та спілкування.

У психології доведено, що особливої значущості проблема переживання самотності набуває в юнацькому віці, коли молода особа ототожнює своє Я із власними набутими життєвими цінностями, інтересами, поглядами і психологічно дистанціюється від батьків. Недостатній рівень розвитку навичок міжособистісної взаємодії, зміна соціальної ситуації розвитку, особистісні характеристики, зокрема емоційна нестабільність, юнацький скептицизм та інші обставини, спричиняють виникнення інтенсивного почуття самотності в юні та зумовлюють його болісне переживання, яке почасти стає значущим психологічним чинником подальшої руйнації її соціальних та міжособистісних стосунків, викликає зміни в соціальних потребах, у її ставленні до свого Я, довкілля і до життя загалом.

У загальнотеоретичному плані проблемою самотності займалися представники зарубіжної психологічної науки, а саме К. Боумен, М. Мід, Д. Рісмен, Г. Саллівен, Ф. Слейтер, Ф. Фромм-Рейхман [5], С.Л. Вербицька [1], О.Б. Долгінова [2], В.А. Кисельова [4]. Дослідження самотності у вітчизняній науці проводилися менш інтенсивно. Різні соціальні та психологічні аспекти цієї проблеми розкрито у роботах Н.Д. Володарської, О.В. Данчевої [9], В.І. Сіляєвої [8], Ю.М. Швалба [9]. Вивченням переживання самотності в юнацькому віці займалися О.Б. Долгінова [2] та І.С. Кон [4].

Об'єктом пропонованого дослідження є становлення особистості в юнацькому віці, а його **предметом** – переживання юнаками і дівчатами почуття самотності.

Метою розвідки є виявлення особливостей соціальних потреб та оцінок юнаків і дівчат, які відрізняються за рівнем переживання самотності.

Гіпотеза дослідження: високий рівень частоти та інтенсивності почуття самотності в юнацькому віці призводить до виникнення негативних змін у структурі соціальних потреб особистості та у ставленні її до себе зокрема і до життя в цілому.

Теоретико-методологічною основою дослідження є наукові підходи до особливостей становлення особистості в юнацькому віці (І.С. Кон) та до специфіки перебігу переживань і почуттів юні (Я.Л. Коломинський), уявлення про емоційне переживання самотності (Р. Вейс) та її соціально-психологічні моделі (Ю.М. Швалб, О.В. Данчева).

Для досягнення мети розв'язувалися такі

завдання: 1) визначалися рівні суб'єктивного переживання почуття самотності в юнацькому віці; 2) досліджувався вплив рівня цього переживання на зміни у соціальних потребах юнаків та дівчат (у їх ставленні до інших, до власного Я та до життя); 3) аналізувалися особливості названих переживань у проекції на вищевказаний психологічний вік.

Методика та організація дослідження. Для розв'язання поставлених завдань використовувалися комплекс стандартизованих психологічних методик: методика діагностики рівня суб'єктивного переживання самотності Рассела-Фергюсона, опитувальник міжособистісних стосунків В. Шутца, методика семантичного диференціалу Ч. Осгуда, а також методи статистичної обробки емпіричних даних за допомогою програми SPSS – порівняння середніх та кореляційний аналіз.

Дослідження проводилося у м. Чернігові і тривало протягом 2009 року. Загальний обсяг вибірки становив 180 осіб юнацького віку. Ними були студенти Чернігівського національного педагогічного університету імені Тараса Шевченка та працівники різних підприємств м. Чернігова (90 дівчат та 90 юнаків).

Результати дослідження та їх обговорення. Встановлено, що низькі результати, одержані за методикою Д. Рассела та М. Фергюсона (виявляє частоту та інтенсивність суб'єктивного переживання самотності), вказують на факт вкрай рідкісного переживання юною особистістю самотності, лише у форс-мажорних ситуаціях. Особи з середнім рівнем переживають це почуття інколи, за певних, імовірно критичних чи кризових, обставин. Обстежувані з високою емоційною чутливістю впадають у стан самотності часто й гостро. Результати розподілу респондентів за рівнями переживання почуття самотності узагальнено в **табл. 1**. Примітно, що найбільшою виявилася група обстежуваних з низьким рівнем переживання цього почуття, а найменшою – з високим.

За допомогою методики семантичного диференціалу Ч. Осгуда нами були визначені показники оцінювання слів-стимулів “Я”, “життя”, “самотність” та “усамітнення” (слова отримані шляхом контент-аналізу результатів фокус-групового дослідження [6]) за факторами “активність”, “оцінка” та “сила” у групах респондентів з різним рівнем переживання почуття самотності (див. **табл. 2**).

Порівняльний аналіз середніх значень оцінювання групами респондентів, які від-

Таблиця 1

Розподіл респондентів за рівнями переживання почуття самотності, одержані за методикою Д. Рассела та М. Фергюсона (м. Чернігів, 2009 рік, вибірка – 180 осіб)

Групи респондентів, які розрізняються за рівнями переживання самотності	Нормативні показники рівнів переживання самотності (у балах)	Всього осіб (у %)
Перша	Низький – 1-20	51,7
Друга	Середній – 20-40	41,6
Третя	Високий – 40-60	6,7

різняються за рівнем переживання почуття самотності, наведених слів-стимулів за кожним фактором дозволяє зробити певні узагальнення:

по-перше, з'ясувалося, що всі учасники дослідження приблизно однаково високо визначають значення слова-стимулу “Я”. З цього приводу особливо виділяється фактор “оцінка”. Тим самим суб'єкти всіх рівнів переживання самотності описують себе як особу, котра володіє позитивними якостями, що, безперечно, схвалюються іншими людьми та суспільством у цілому. Однак підкреслимо невеликі розходження між максимальним (показник першої групи) та мінімальним значеннями (показник третьої) за факторами “активність” та “сила” (розбіжності статистично значущі). Низьке середнє значення за останнім фактором самотніх осіб (третя досліджувана група) вказує на їх недостатній самоконтроль, невпевненість у собі, наявність тенденції до залежності від зовнішніх обставин та оцінок. Низькі значення за чинником “активність” відображають нетовариськість самотньої особи, коли вона є носієм вірогідних ускладнень у встановленні контактів, взаємин з навколишніми;

по-друге, значні розбіжності виявлені в оцінках стимулу “життя” за чинником “оцінка” між респондентами першої групи та респон-

дентами другої й третьої. Це означає, що суб'єкти з низьким рівнем переживання почуття самотності мають оптимістичніші уявлення про життя, ніж ті, кому притаманні високі та середні показники такого переживання. Життя самотніх обстежуваних часто характеризується як жорстоке, несправедливе, тяжке, тривожне й невизначене. Таке їх ставлення до повсякдення здебільшого пригнічує ініціативу і незалежність у соціальних контактах, викликає емоційну напруженість і стан відчуження від інших людей;

по-третє, уявлення респондентів усіх груп про самотність артикульовані негативними значеннями. Особливо низькі оцінки характерні для представників третьої групи, у котрих склався негативний образ самотності. Водночас студенти першої і другої груп ставляться до неї і як до позитивного хвилювання. Відтак самотність характеризується модальністю, тому що є як негативне переживання, котре руйнівним чином впливає на внутрішню організацію особистості, і як переживання зі збереженням позитивного емоційного настрою, яке мотивує особу до життєреалізування.

Наступним кроком дослідження стало виявлення кореляційного зв'язку між рівнем переживання почуття самотності та оцінкою

Таблиця 2

Середні значення оцінювання слів-стимулів у групах респондентів з різним рівнем переживання почуття самотності, одержані за методикою семантичного диференціалу Ч. Осгуда (м. Чернігів, 2009 рік, вибірка – 180 осіб)

Групи	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Чинники	Активність			Оцінка			Сила		
Самотність	0,05	-0,25	-0,43	-2,17	-3,45	-3,58	-0,02	-0,48	-1,00
Усамітнення	0,73	1,05	0,25	3,70	0,17	-0,42	0,50	0,09	0,17
Я	4,24	2,13	1,08	4,89	3,07	2,42	4,20	2,54	1,58
Життя	4,94	2,99	2,60	4,96	1,30	0,33	3,75	3,75	3,02

Умовні позначення: 1 група – низький рівень переживання почуття самотності; 2 група – середній; 3 група – високий.

Таблиця 3

Залежність між факторами семантичного диференціалу слів-стимулів та рівнем переживання почуття самотності осіб юнацького віку (м. Чергів, 2009 рік, вибірка – 180 осіб)

Фактори	Слова-стимули											
	«Я»			«Життя»		«Самотність»				«Усамотнення»		
	Активність	Оцінка	Сила	Активність	Оцінка	Сила	Активність	Оцінка	Сила	Активність	Оцінка	Сила
Почуття самотності	- 0,26*	- 0,01	- 0,27*	- 0,02	- 0,27*	0,07	0,01	- 0,09	0,12	0,02	- 0,30*	- 0,05

* кореляційний зв'язок значущий на рівні $p < 0,05$.

респондентами запропонованих слів-стимулів (див. **табл. 3**).

Виявлена негативна кореляційна залежність між семантичною структурою слова-стимулу «життя» за фактором «оцінка», слова-стимулу «Я» за факторами «активність» і «сила», слова-стимулу «усамотнення» за фактором «оцінка» та рівнем переживання самотності.

Встановлено, що респонденти з високим та середнім рівнями переживання почуття самотності ставляться до життя як до руйнівного явища ($r = - 0,27$ при $p < 0,05$). Це зумовлює тривогу, страх, напруженість, пасивність тощо. Крім того, посилаючись на результати кореляційного аналізу слова-стимулу «Я» за факторами «активність» та «сила», є підстави стверджувати, що самотні обстежувані мають низьку здатність до подолання проблемних і критичних ситуацій та низький самоконтроль (негативна кореляційна залежність). До того ж виявлено негативну кореляцію між словом-стимулом «усамотнення» за фактором «оцінка» та рівнем переживання почуття самотності ($r = - 0,30$ при $p < 0,05$). А це свідчить про те, що чим вищий рівень переживання цього почуття, тим нижче прагнення до усамотнення: респонденти з високим рівнем названого переживання бояться усамотнення й мають тенденцію уникати його, оскільки, усамотнюючись, залишаються сам на сам із власною проблемою, що ще більше її ускладнює.

Дослідження науковців показують, що люди, які переживають почуття самотності, вирізняються не лише особистісними рисами, а й соціальними потребами. Так, В.А. Кисельова зазначає, що самотні молоді люди мають

дуже гостру внутрішню потребу в спілкуванні. Але, на її думку, зазначена потреба самотньої молоді утримує певну суперечливість, адже, разом із прагненням мати вірних друзів, кохану людину, такі юнаки та дівчата дуже рідко активно шукають товаришів чи прагнуть до спілкування, частіше уникаючи його [3].

Для виявлення соціальних потреби молодих людей залежно від рівня переживання ними почуття самотності нами використаний опитувальник міжособистісних стосунків В. Шутца. Отримані результати показали, що поведінка юнака або дівчини, які переживають це почуття, у процесі міжособистісної взаємодії здійснюється відповідно до високого значення потреби в керівництві з боку інших ($r = 0,152$, $p < 0,01$) та низького – у прояві дружніх та інтимних почуттів ($r = -0,164$, $p < 0,01$). Іншими словами, суб'єкт, який часто та інтенсивно переживає почуття самотності, має тенденцію до підпорядкування, оскільки у цьому разі з нього знімається відповідальність за прийняття рішення. Він намагається позбутися емоційного сумління в близьких міжособистісних стосунках. Така позиція особистості у будь-якій довірливій взаємодії викликає у друзів і близьких відчуття незрозумілості, ненадійності, небезпечності, знижує їх соціальну активність і проблематизує цінність взаємин. Коли все ж таки інша особа покладає на такого суб'єкта життєдіяння відповідальність, то здебільшого в нього виникає відчуття небезпеки.

Також встановлено, що чим вище рівень переживання почуття самотності, тим нижче в людини потреба у дружніх та інтимних почуттях (негативний кореляційний зв'язок).

Загалом же для юні, яка переживає почуття самотності, характерне песимістичне ставлення до життя, що може ускладнювати сприйняття нового і знижувати стійкість до невдач. Повсякдення самотні обстежувані часто описують як жорстоке, несправедливе, тяжке, тривожне, невизначене. Таке ставлення до життя природно стримує їх ініціативність, незалежність у соціальних контактах, викликає емоційне напруження і відчуження від навколишніх.

ВИСНОВКИ

1. Переживання почуття самотності характеризує ступінь зовнішньої та внутрішньої ізоляваності особистості. В юнацькому віці воно стає частиною життя майже кожного, відрізняючись лише за частотою та інтенсивністю психоемоційного наповнення.

2. Повновагоме переживання почуття самотності – важлива складова розвитку особистості в юнацтві, оскільки визначає специфічність ставлення до життя, усамітнення, соціальних потреб, емоційного забарвлення повсякденних міжособистих контактів. Часте та інтенсивне переживання особистістю цього почуття спричиняє негативне ставлення до життя, страх залишатися наодинці із собою, деформує адекватність оцінки власних хвилювань. Його надмірність в юнацькому віці має наслідком прагнення до підкорення та контролю з боку навколишніх, до перекладання відповідальності за прийняття рішень на інших. Страх стати вразливим у результаті емоційної залежності від об'єкта прихильності призводить до зниження у юнаків і дівчат рівня прояву дружніх та інтимних почуттів.

3. Встановлено такі типові особливості переживання почуття самотності в юнацькому віці:

а) особи з високим рівнем частоти та інтенсивності переживання самотності характеризуються недостатнім самоконтролем, невпевненістю у собі, залежністю від зовнішніх обставин та оцінок; вони схильються до контролю з боку навколишніх, уникаючи відповідальності за прийняття рішень, відчувають труднощі в налагодженні ділових чи делікатних контактів з іншими людьми, мають однозначно негативне уявлення про самотність та усамітнення, бояться залишатися на самоті, відмовляються від спрямованого впливу в міжособистісній взаємодії, виявляючи тенденцію до підпорядкування, нарешті сприймають прояв іншими почуттів як загрозу, психологічну слабкість;

б) особи із середнім рівнем названого почуття переживають самотність рідко, лише за

певних життєвих ситуацій; їм притаманне ставлення до неї і як до позитивного, і як до негативного почуття, а тому демонструють проміжні характеристики високого та низького рівнів цього переживання;

в) особи з низьким рівнем переживання почуття самотності мають оптимістичні уявлення про життя, ініціативні, незалежні у соціальних контактах, вирізняються високим самоконтролем; вони здатні самостійно приймати рішення й брати на себе відповідальність за їхню реалізацію; їм властиве позитивне ставлення до власного Я, до усамітнення, а тому є найбільш благополучними та характеризуються задоволеністю власною поведінкою, рівнем досягнень, особистісними якостями, впевненістю у собі; ставляться до самотності найчастіше як до позитивного переживання.

4. Перспективу подальшого дослідження вбачаємо у розробці програми психологічної допомоги юнакам та дівчатам, які знаходяться у стані частого та інтенсивного переживання почуття самотності. Така програма має впроваджуватися послідовно й охоплювати корекцію негативних наслідків, спричинених цими хвилюваннями, тобто трансформувати їхнє негативне ставлення до нього в позитивне та зліквідувати особистісні обмеження, які спричиняють виникнення почуття самотності у будь-якому віці.

1. *Вербицкая С.Л.* От описания особенностей восприятия одиночества – к его определению / С.Л. Вербицкая // Прикладная психология. – 2001. – № 5. – С. 21–27.

2. *Долгинова О.Б.* Изучение одиночества как психологического феномена / О.Б. Долгинова // Прикладная психология. – 2000. – № 4. – С. 23–29.

3. *Киселева В.А.* Влияние семьи и типа семейного воспитания на переживание одиночества в подростковом возрасте / В.А. Киселева // Психологические проблемы современной семьи. – Ч.3. – М., 2003. – С. 50–53.

4. *Кон И.С.* Возраст и возрастные категории / И.С. Кон // Психология возрастных кризисов / Под ред. К.В. Сельченка. – Мн.: Харвест, 2000.

5. *Лабиринты одиночества* / [ред. Н.Е. Покровский]. – М.: Прогресс, 1989. – 624 с.

6. *Лашук В.Г.* Дослідження особливостей переживання самотності в юнацькому віці за допомогою методу фокус-груп / В.Г. Лашук // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. – Т. 7, вип. 20, ч. 1. – 296 с. – С. 237–241.

7. *Психология. Словарь* / [ред. Петровский А.В., Ярошевский М.Г.]. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.

8. *Сіляєва В.І.* Жіноча самотність як психологічна проблема / В.І. Сіляєва // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 4. – С. 33–35.

9. Швалб Ю.М. Одиночество: Социально-психологические проблемы / Ю.М. Швалб, О.В. Данчева. – К.: Украина, 1991. – 270 с.

АНОТАЦІЯ

Лащук Вікторія Григорівна.

Особливості соціальних потреб та оцінок осіб юнацького віку з різним рівнем переживання самотності.

Стаття присвячена проблемі переживання почуття самотності в юнацькому віці. В ній висвітлюються результати емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення особистісних змін, що відбуваються під впливом частого та інтенсивного переживання самотності. Подані результати психодіагностики груп обстежуваних, проаналізовано вплив цього переживання на зміну соціальних потреб юні, її ставлення до себе і до життя в цілому. Визначено типові особливості психо-емоційного перебігу почуття самотності юнаками та дівчатами, які відрізняються за рівнями його внутрішнього прийняття та інваріантами формовиявлення.

Ключові слова: юнацький вік, самотність, переживання самотності, усамітнення, ізоляція, рівень переживання самотності, соціальні потреби.

АННОТАЦИЯ

Лащук Викторія Григорьевна.

Особенности социальных потребностей и оценок лиц юношеского возраста с разным уровнем переживания одиночества.

Статья посвящена исследованию проблемы переживания чувства одиночества в юношеском возрасте. В ней освещаются результаты эмпирического исследования, направленного на выявление личностных изменений, которые происходят под влиянием частого

и интенсивного переживания одиночества. Приведены результаты психодиагностики исследуемых групп, проанализировано влияние этого переживания на изменение социальных потребностей в юношестве, отношений к себе и к жизни в целом. Определены типичные особенности психоэмоциональной динамики чувства одиночества юношами и девушками, которые отличаются различными уровнями внутреннего принятия и инвариантами формовиявления.

Ключевые слова: юношеский возраст, одиночество, переживание одиночества, уединение, изоляция, уровень переживания одиночества, социальные потребности.

SUMMARY

Lashuk Victoriya.

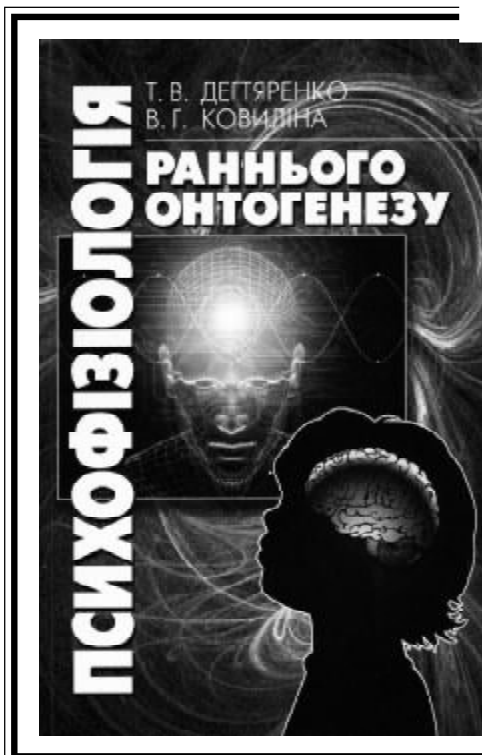
Peculiarities of Social Needs and Estimations of Young Persons with Different Level of Experience of Solitude.

The article is devoted to the problem of experiencing the feeling of solitude in the youth age. It clarifies the results of empiric research, oriented to the revealing of personal changes, which occur under the influence of frequent and deep experience of solitude. The results of psycho-diagnostics of the experimental group are given, the influence of this experience on the transformation of social needs of youths, their attitude to their own life and the life in general is analyzed. The typical peculiarities of psycho-emotional course of the feeling of solitude of young boys and girls, who differ by the level of their inner acceptance and invariants of forms, are determined.

Key words: youth age, solitude, experience of solitude, privacy, isolation, the level of experience of solitude, social needs.

Надійшла до редакції 19.11.2010.

КНИЖКОВА ПОЛИЦЯ



Дегтяренко Т.В., Ковиліна В.Г.

Психофізіологія раннього онтогенезу: Підручник для студентів ВНЗ. — К. : УАІД "Рада", 2011. — 328 с.

Підручник створено з використанням інноваційних технологій на основі результатів науково-дослідної роботи й передового педагогічного досвіду за авторською програмою.

Для студентів і викладачів психолого-педагогічного профілю ВНЗ. Стане у нагоді фахівцям з дефектології та дитячої психології.