

strictly specialized for this branch of science, as a need (nuzhda) in its unity of biological, social and spiritual vectors.

Keywords: methodological foundations, crisis, genesis, personality, experimental-genetic method.

Отримано: 02.02.2011

УДК 159.923

Л.Ю.Айвазян

Взаємозв'язок суб'єктивного відчуття самотності і розвитку особистості

Переживання самотності може стати ситуацією, що сприяє розвитку людини, що стимулює появу рефлексії з приводу власного життя і перспектив свого розвитку. Але самотність може переживатися й усвідомлюватися як непродуктивний негативний емоційний стан, що навіть може привести особистість у глухий кут (суїцид). Все вищевикладене вказує на актуальність проблеми самотності й на необхідність її вирішення в сучасній психологічній науці. Дана робота присвячена дослідженню суб'єктивного відчуття самотності у двох різних його проявах.

Ключові слова: суб'єктивне відчуття самотності, особистість, розвиток.

Переживание одиночества может стать ситуацией содействующей развитию человека, которая стимулирует появление рефлексии по поводу собственной жизни и перспектив своего развития. Но одиночество может переживаться и осознаваться, как непродуктивное негативное состояние, что даже может привести личность в тупик (суицид). Все вышеизложенное указывает на актуальность проблемы одиночества и на необходимость ее исследования в современной психологической науке. Данная работа посвящена исследованию субъективного ощущения одиночества в двух разных его проявлениях.

Ключевые слова: субъективное ощущение одиночества, личность, развитие.

Вступ. Багато років психологи, соціологи і філософи намагались пояснити природу самотності. Проте теорії самотності суттєво не допомогли в реальних дослідженнях даного явища[3]. Тому, не-

зважаючи на протиріччя на теоретичному та емпіричному рівні досліджень, дане явище залишається актуальною проблемою для наукового інтересу, що пов'язано зі стрімкою індивідуалізацією та урбанізацією в суспільстві. Вищевказані процеси впливають як на частоту переживання самотності індивідом, так і на інтенсивність даного переживання. Суб'єктивне відчуття самотності не визначається глибиною та кількістю соціальних зв'язків. Це переживання може бути основою для росту суб'єктності, рефлексією з приводу власного життя, відповідальності тощо. Проте переживання самотності може призвести і до регресу особистості, крайньою точкою якого є суїцид, що підкреслює актуальність необхідності вирішення даної проблеми в сучасній психологічній науці.

Постановка проблеми. Ядром проблеми дослідження явища суб'єктивного відчуття самотності є принципова різниця двох понять: відчуття самотності в умовах фізичної або соціальної ізоляції особистості та явища суб'єктивного відчуття самотності, що, на відміну від першого, не визначається кількістю та глибиною соціальних зв'язків та актуальним рівнем задоволеності потреби в них. Дані поняття, тобто фізична самотність та суб'єктивне відчуття самотності, є щільно пов'язаними, але не тотожними. Проте межа між даними явищами є складною для визначення як в теоретичних конструктах, так і в практичній діяльності. Результатом цієї складності є суперечності, з якими стикається науковець в дослідженні самотності. Варто також зазначити, що в багатьох дослідженнях автори не зазначають даної відмінності вказаних явищ, що ще більше ускладнює становище в даній тематиці. Таке ускладнення пов'язане, перш за все, з наслідками, які відображаються в практичній діяльності – адже, фізична самотність (або актуальний рівень задоволеності потреби в спілкуванні) і суб'єктивне відчуття самотності потребують різних тактик і технік роботи з особистістю.

Актуальність дослідження проблеми самотності також обумовлена стрімкою глобальною комп'ютеризацією. Дане явище виявляється в збільшенні кількості соціальних мереж та інших видів Інтернет-комунікацій. Так, розвиток Інтернет-спілкування, окрім спрощення обміну інформації, швидкості передачі повідомлень, може призводити до домінування віртуального спілкування (в Інтернет-мережі) над реальним в життєвому просторі особистості. Таке домінування, в свою чергу, може призводити до відчуття поверховості соціальних зв'язків і, як наслідок, до суб'єктивного відчуття самотності.

Отже, **об'єктом** даної роботи є механізми відсоблення-ідентифікації особистості, **предметом** – суб'єктивне відчуття самотності.

Мета: дослідити взаємозв'язок суб'єктивного відчуття самотності з механізмами відсоблення-ідентифікації особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій дозволяє узагальнити їх у вигляді наведеної нижче моделі.

І.М.Слободчиков виділяє чотири періоди у вивченні феномена самотності.

Перший – з моменту, умовно кажучи, існування людини до перших публікацій статей європейських філософів екзистенціального напрямку. Цей період відрізняється уривчастими поданнями про самотність, в основному, на рівні приватних міркувань і уривчастих згадувань у теологічній і художній літературі. Виключення із правила на цьому тлі становить монументальна праця німецького автора Й. Цимермана 1785/1786 року видання – чотиритомний опис “Über die Einsamkeit”.

Другий бере точку відліку від початку ХІХ сторіччя до початку (орієнтовно десяти-двадцяти роки) ХХ століття. Він може бути названий періодом формування філософських основ вивчення феномена самотності. У цей період тема самотності здобуває сталий характер у художній літературі (Е. Золя, Ф. Достоевський і ін.).

Третій – період активного інтересу до феномена самотності з боку психологів і представників соціальних наук – припадає на кінець 30-х – середину 80-х років минулого століття. Він може, знов-таки з відомою часткою умовності, називатися періодом фундаментальних досліджень в області психології самотності. У цей період відбувається закладка концептуальних підстав феноменологічного дослідження. Даний період характеризується великою кількістю творів художньої літератури, центральною темою яких є самотність людини (А. Камю, Г. Гессе, Є. М. Ремарк, Г. Г. Маркес і ін.).

На відміну від двох попередніх, третій період має чітку початкову координату – 1938 рік – публікація результатів дослідження Зілбурга і його колег у рамках психодинамічні парадигми.

Четвертий період, що бере свій початок у другій половині 80-х років ХХ століття, й триває по теперішній час, можна назвати періодом приватних теорій і прикладних розробок. Більшість сучасних авторів, що висвітлюють проблему самотності, єдині на тому, що самотність пов'язана з переживанням людиною її відірваності від співтовариства людей, історії, родини, природи, культури.

Підходи, що розглядають самотність, можна умовно розділити на дві групи за критерієм основи, на якій базується теорія:

1. Теорії, що базуються на клінічній практиці

Психодинамічний підхід. Представники: З.Фрейд, Г.Зілбург. З точки зору даного підходу основа та причини, що викликають самотність, виникають ще в дитинстві і пов'язані з формуванням таких рис особистості, як нарцисизм, егоцентричність. Автори визначають самотність як непереборне, постійне відчуття. Так, представники психодинамічного підходу серед причин і факторів відчуття самотності розглядають внутрішньоособистісні. В цілому самотність в даній концепції є результатом патологічного процесу психіки. Але варто зазначити, що психодинамічний підхід ґрунтується на клінічній практиці.

Другий підхід – феноменологічний, його головним представником є Карл Роджерс. В теорії даного автора самотність розглядається як відчуття, що виникає по причині конфлікту між особистістю і зразками поведінки, образів буття в суспільстві. Виконання соціальних ролей навіть за умови їх адекватності формує в особистості страх бути неприйнятним, що в свою чергу викликає відчуття самотності. Так цей підхід, як і попередній розглядає внутрішньоособистісні фактори досліджуваного явища.

Екзистенціальний підхід. Власне екзистенціалісти визначають самотність, як даність буття людини, яка супроводжує людину всео життя. К. Мустакас виділяє два типи самотності: “loneliness anxiety”, тобто тривожна самотність, яка не є тотожною істинній. Саме остання може стати основою життєтворчості людини. Тривожна самотність є перепорою в особистісному рості людини і механізмом захисту. Проте автор, як і інші представники даного напрямку, не заперечує кризовість переживання істинної самотності. В цілому, представники екзистенціалізму стверджують необхідність прийняття самотності і переборювання страху даного відчуття.

2. Теорії, що базуються на виключно теоретичній основі

Когнітивний підхід. Є. Пепло та інші представники даного підходу, наголошують на тому, що причина самотності полягає у невідповідності досягнутого і бажаного рівня власних соціальних контактів індивіда. Отже, когнітивісти акцентують увагу на ролі пізнавальних процесів та інтерпретації зокрема, що є опосередковуючим фактором між недостатньою соціальністю і відчуттям самотності [3]. В цілому, представники даного підходу визнають самотність як непатологічне переживання.

Екзистенціальний підхід. Представник: Каол Мустакас. Витоки самотності – в самій природі людини, люди перманентно

самотні. Мустакає закликає здолати страх самотності і навчитися позитивно його використовувати. Оцінка – позитивна.

Соціологічний підхід. Представники: Боумен, Рісмен, Слейтер. Самотність розглядається не як нормальний або ненормальний стан, а як нормативний – загальний статистичний показник, який характеризує суспільство. Причина самоти – поза індивідом. Оцінка – негативна.

Когнітивний підхід. Представники: Літіція Енн Пепла, Марсія Міцелі, Брюс Морош. Вони стверджують, що самотність настає у тому випадку, коли індивід сприймає (усвідомлює) невідповідність між двома чинниками – бажаним і досягнутим рівнем власних соціальних контактів.

Серед інших підходів, що базуються виключно на теоретичній базі, варто також відмітити наступні: соціологічний, інтеракціоністський, інтимістський і системний.

Вищеописаний стан дослідження проблеми самотності ще раз підкреслює актуальність дослідження даного явища, емпіричного виявлення особливостей переживання самотності індивідом для подальшого застосування результатів у практичній сфері задля уникнення деструктивного впливу суб'єктивного відчуття самотності на особистість. **Виділення невирішених завдань**, яким присвячена дана стаття полягає у підкресленні дихотомічної сутності природи суб'єктивного відчуття самотності.

Дослідження у даній роботі базувалося на визначенні суб'єктивного відчуття самотності як такого, що не є тотожним фізичній самотності, тобто ізоляції, та не визначається кількістю і глибиною соціальних зв'язків індивіда.

Базуючись на концепції В. С. Мухіної про механізми відособлення-ідентифікації як основу буття і розвитку особистості, було висунуто наступне припущення, що при негативних проявах одного чи іншого механізму виникатиме відчуття суб'єктивного відчуття самотності. Буття і розвитку особистості переважно за домінування одного з механізмів, за В. С. Мухіної, може призвести до негативних наслідків: при домінуванні ідентифікації відбувається знеособлювання, конформізм, при домінуванні механізму відособлення: соціопатія, агресія.

Наукова новизна роботи: дослідження суб'єктивного відчуття самотності виходячи не з негативних процесів психіки, а з особливостей існування і розвитку як нормативного явища, є науковою новизною.

Методологічне значення роботи: дане дослідження розв'язує проблему про визначення відчуття самотності. Так, результати

даного дослідження дозволяють також вирішити дискусію з приводу негативного або позитивного значення даного відчуття для розвитку особистості, що пов'язано із тим, що відчуття самотності представлене у двох протилежних типах. Так перший тип відчуття самотності прямо корелює із спілкуванням, інший відповідно має протилежний характер зв'язку. Отже, методологічна неузгодженість визначення даного явища в різних теоріях може бути вирішена за допомогою результатів даного дослідження.

Практична значимість роботи: дослідження особливостей взаємозв'язку суб'єктивного відчуття самотності і механізмів обособлення-ідентифікації надає можливість зменшити травматизацію суб'єктивного відчуття самотності та визначити спрямування продуктивного розвитку для особистості.

У даному дослідженні використані наступні методики:

1. Опитувальник суверенності особистісного простору С.К. Нартова-Бочавер, що уможлиблює вимірювання суверенності, автономності особистісного простору, а отже, й результат механізму обособлення – автономність, суверенність особистості;

2. Методика визначення ідентичності М. Куна буде використана для виявлення особливостей ідентичності особистості, наявності/відсутності соціальної ідентичності (соціальні ролі) та її особливостей і особистісної ідентичності.

3. Була також використана методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела, М. Фергюсона.

4. В даному дослідженні було застосовано методику діагностики комунікативних і організаторських схильностей, у якій буде прийнята до уваги шкала комунікативних схильностей, що дасть можливість дослідити взаємозв'язок рівня комунікативних вмінь і суб'єктивного відчуття самотності.

Вибірка складалася з 80 респондентів віком від 17 до 50 років серед яких 44 особи жіночої статі, 36 – чоловічої. У вибірку переважно входили студенти та особи з закінченою вищою освітою. Серед респондентів були студенти як гуманітарних, так і природничих факультетів.

Викладення основного матеріалу. При дослідженні суб'єктивного відчуття самотності були використані методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела, М. Фергюсона й опитувальник самовідношення В. В. Століна, С. Р. Пантелеева. У проведеному дослідженні були виявлені дві підгрупи, за допомогою поділу вибірки за рівнем комунікативних вмінь. Були виявлені різні, а щодо деяких шкал, і протилежні кореляції в зазначених групах. Так, у групі респондентів з низькими

комунікативними схильностями був виявлений зворотний зв'язок суб'єктивного відчуття самотності й самоінтересу, глобального самовідношення, аутосимпатії, самоповаги, самоприйняття, саморозуміння й прямий зв'язок зі шкалою самозвинувачення. У другій групі були виявлені протилежні кореляції суб'єктивного відчуття самотності й шкал самовідношення: прямий зв'язок із самоінтересом, глобальним самовідношенням, аутосимпатією, самоповагою, самоприйняттям, саморозумінням, зв'язок із самозвинуваченням не був виявлений.

Отже, як видно з результатів, у другій групі респондентів суб'єктивне відчуття самотності супроводжує конструктивний розвиток особистості, за відсутності даного відчуття самовідношення особистості є негативним, що перешкоджає розвитку. Проте, у першій групі суб'єктивне відчуття самотності пов'язано із негативним самовідношенням; при позитивному самовідношенні суб'єктивне відчуття самотності або відсутнє, або присутнє на дуже низькому рівні.

За тим же критерієм вибірка була розділена при дослідженні взаємозв'язку суб'єктивного відчуття самотності і рефлексивності особистості. Для визначення рівня рефлексивності була використана методика "Методика діагностики рефлексивності А.В.Карпова". Було виявлено прямий взаємозв'язок між рівнем суб'єктивного відчуття самотності та рефлексивністю на рівні 0,419 при значимості 0,001 у групі з високими і середніми комунікативними вміннями. Це може свідчити не лише про наявний рівень суб'єктивного відчуття самотності людини, а й про можливість рефлексувати/не рефлексувати власний стан, а отже, й про можливість відмічати власний стан певними характеристиками (наявність або відсутність самотності та ін.). Проте у групі з низькими комунікативними вміннями зв'язок між рефлексивністю і суб'єктивним відчуттям самотності обернений.

Такі дані можуть вказувати на якісно різну обумовленість і причину суб'єктивного відчуття самотності у двох вищевказаних групах. Але не можна виключати припущення щодо того, що за назвою суб'єктивного відчуття самотності приховані два якісно різних стани. Тобто, вказані вище питання і окреслюють напрямки подальшого дослідження даного явища.

Необхідно зазначити, що в дослідженні на етапі математичної обробки даних було виявлено дві групи, у яких зв'язок суб'єктивного відчуття самотності, суверенності психологічного простору та ідентифікації особистості має діаметрально протилежний характер, що в загальному масиві даних без розподілу на групи

спричиняє повну відсутність зв'язку досліджуваних явищ. Отже, вибірка була розподілена на дві групи за критерієм ідентифікації: перша група, в якій у респондентів переважає особистісна ідентифікація (“я гарний”, “я кумедна” тощо), і друга група, в якій у респондентів переважає соціальна ідентифікація, тобто соціальні ролі (“я студент”, “я дочка”).

Були отримані такі результати в першій групі (переважання особистісної ідентифікації):

1. Виявлено зворотній взаємозв'язок між суб'єктивним відчуття самотності та співвідношенням соціальних та особистісних ідентифікацій особистості на рівні 0,500 за коефіцієнтом Пірсона при значимості 0,01. Даний результат свідчить про зворотній взаємозв'язок досліджуваних явищ, тобто чим вищий рівень суб'єктивного відчуття самотності, тим менша в особистості кількість соціальних ролей, з якими вона себе ідентифікує, і відповідно, навпаки, чим менший рівень суб'єктивного відчуття самотності, тим більший рівень соціальної ідентифікації.

2. Також був виявлений зворотній взаємозв'язок між суб'єктивним відчуттям самотності та суверенністю психологічного простору особистості на рівні 0,779 при значимості 0,05. Так, вищевказані цифри свідчать про безперечний і сильний зв'язок, тобто чим вищою рівень суб'єктивного відчуття самотності, тим нижчий рівень суверенності психологічного простору особистості, і навпаки.

3. Зв'язок рівня суб'єктивного відчуття самотності і рівня комунікативних вмій на рівні 0,252 за коефіцієнтом Пірсона при значимості 0,257, що свідчить про відсутність зв'язку.

Отримано такі результати в другій групі (переважання соціальної ідентифікації):

1. Виявлений прямий взаємозв'язок між суб'єктивним відчуттям самотності та співвідношенням соціальних та особистісних ідентифікацій особистості на рівні 0,571 за коефіцієнтом Пірсона при значимості 0,33. Даний результат свідчить про прямий взаємозв'язок досліджуваних явищ, тобто чим вищий рівень суб'єктивного відчуття самотності, тим більша в особистості кількість соціальних ролей, з якими вона себе ідентифікує і, відповідно, навпаки, чим менший рівень суб'єктивного відчуття самотності, тим менша кількість соціальних ролей.

2. Зворотній взаємозв'язок між суб'єктивним відчуттям самотності та суверенністю психологічного простору особистості на рівні 0,338 за коефіцієнтом кореляції Пірсона при значимості 0,155. Такі результати свідчать про низький зв'язок та про відсутність його значимості, що фактично вказує на його відсутність.

3. Було виявлено зворотній взаємозв'язок рівня суб'єктивного відчуття самотності і рівня комунікативних вмінь на рівні 0,624 за коефіцієнтом Пірсона при значимості 0,020. Отже, чим вищий рівень суб'єктивного відчуття самотності, тим нижчий рівень комунікативних вмінь і, відповідно, навпаки, чим нижчий рівень суб'єктивно відчуття самотності, тим вищий рівень комунікативних вмінь.

Висновки. Отримані результати свідчать про неоднорідність переживання суб'єктивного відчуття самотності, що продемонстровано отриманими результатами, а саме: вибірка була поділена на дві групи за критерієм переважання особистісних ідентифікацій (“я гарний”, “я кмітлива”) – перша група, та переважання соціальної ідентифікації (соціальних ролей – “я студент”, “я дочка”) – друга група. Взаємозв'язки суб'єктивного відчуття самотності з суверенністю психологічного простору, ідентифікацією особистості та рівнем комунікативних вмінь діаметрально протилежні в даних групах. Так, в першій групі (переважання особистісної ідентифікації) був виявлений зворотній взаємозв'язок рівня суб'єктивного відчуття самотності з суверенністю психологічного простору особистості та кількістю соціальних ролей і відсутній взаємозв'язок з комунікативними вміннями. В другій групі (переважання соціальної ідентифікації) – прямий взаємозв'язок рівня суб'єктивного відчуття самотності з соціальними ролями, зворотній з комунікативними вміннями і відсутній з суверенністю психологічного простору особистості. Так виявлену в даному дослідженні неоднорідність явища суб'єктивного відчуття самотності необхідно враховувати в як практичній діяльності психолога, так і в дослідженнях даного явища в цілому.

Перспективи використання результатів дослідження. Описані вище дані уможлиблює безпосереднє застосування отриманих результатів в даному дослідженні. Тому стикаючись із запитом переживання суб'єктивного відчуття самотності практичний психолог має можливість за короткий час виявити напрями, за якими необхідно працювати із клієнтом для нівелювання деструктивності даного переживання. Тобто, якщо в клієнта за методикою Куна “Хто Я?” переважають особистісні ідентифікації над соціальними ролями (перша група), то відповідно необхідно працювати з рівнем суверенності психологічного простору і кількістю соціальних ролей. Якщо переважають соціальні ролі над особистісними ідентифікаціями, то необхідно працювати у напрямку підвищення комунікативних вмінь і усвідомлення власних соціальних ролей.

На наступному етапі дослідження планується виявлення і дослідження опосередковуючого фактора, що спричинює такий розподіл на групи і виявлення вікової динаміки такого розподілу, що надасть можливість дослідити явище суб'єктивної самотності на більш глибокому рівні для її подальшого застосування у практичній і прикладній сфері.

Список використаних джерел

1. Мухина В.С. Возрастная психология. – 4-е изд., стереотип / В.С.Мухина. – М.: Издательский центр “Академия”, 1999. – 456 с.
2. Фромм Э. Бегство от свободы: Пер с англ.; Общ. ред. и послесл. П.С. Гуревича. – М.: Прогресс, 1989. – 272 с.
3. Лабиринты одиночества: Пер. с англ.; Сост., под общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. – М.: Прогресс, 1989. – С.289.
4. Хараш А.У. Психология одиночества / А.У.Хараш // Педология – новый век. – № 4, 2000.
5. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И.Ялом. – М., 2000.

Loneliness experience can become a situation promoting development of the person, stimulating reflection concerning own life and prospects of the development. But the loneliness can be endured and realized as an unproductive negative emotional condition which even can result the person in deadlock (suicide). The goal of this work is to define the existence of different ways loneliness (subjective sensation of loneliness) experience and the relationship between this phenomenon and self-attitude, necessity of the person, communication peculiarity.

Keywords: subjective sensation of solitude, personality, development.

Отримано: 07.03.2011