

Е. Н. Заворотных

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАЦИИ ОДИНОЧЕСТВА КАК СУБЪЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ

*Работа представлена кафедрой социальной психологии
Санкт-Петербургского государственного университета.*

Научный руководитель – доктор психологических наук, профессор А. Л. Свенцицкий

Статья посвящена изучению одиночества как субъективного переживания, социально-психологических особенностей его детерминации. Определена связь между переживанием индивидом собственного одиночества и его отношением к одиночеству как к явлению в целом, выявлены психологические особенности испытуемых с различным уровнем одиночества, описаны возможности «прогнозирования» одиночества.

Ключевые слова: *одиночество, социально-психологические детерминации, самочувствие, психологические защитные механизмы, мотивация, смысложизненные ориентации, личностные особенности, «прогнозирование» одиночества.*

E. Zavorotnykh

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL DETERMINATIONS OF LONELINESS AS SUBJECTIVE FEELING

The article deals with loneliness as subjective feeling and social and psychological peculiarities of its determination. The author defines the connection between a person's

loneliness experience and his/her perception of loneliness as a phenomenon on the whole. The author reveals psychological characteristics of the respondents under research with their various levels of loneliness along with a number of possibilities of loneliness "prediction".

Key words: *loneliness, social and psychological determinations, state of mental health, psychological protective mechanisms, motivation, vitally significant orientation, personal peculiarities, "prediction" of loneliness.*

В настоящее время имеются трудности определения и интерпретации сущности одиночества, а также различные методологические проблемы. Кроме того, отсутствует четкая дифференциация смежных с одиночеством понятий (таких, например, как «изоляция», «уединение»), слабо определена специфика переживания одиночества и его субъективные причины.

В рамках данной работы одиночество рассматривается как субъективное переживание, характеризующееся определенными психологическими особенностями индивидов в зависимости от степени его проявления.

Мы полагаем, что изучение различных социально-психологических факторов, сопровождающих то или иное отношение человека к явлению одиночества вообще и как к собственному переживанию в частности, является чрезвычайно важным для комплексного анализа данного феномена. Актуальность вопроса объясняется тем, что, имея возможность определить «причины» субъективного переживания одиночества, мы можем, так или иначе, предупредить его в случае деструктивного, разрушительного воздействия на личность.

Обозначив теоретическую основу подходов к проблеме одиночества, мы определили целью нашего исследования рассмотрение социально-психологических детерминаций одиночества как субъективного переживания.

Характеристика выборки: 240 человек, представители различных профессиональных и возрастных групп. Возраст испытуемых составил 25–65 лет. Опытнo-эмпирической базой исследования стали санатории курорта «Дарасун» Карымского района Читинской области.

В качестве методов исследования были использованы:

1. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона (Модифицированная шкала измерения одиночества UCLA) [3, с. 212].

2. Методы изучения личностных особенностей людей: Фрайбургский личностный опросник (FPI) [2, с. 51–60], Методика по защитным механизмам («LSI-Life Style Index» Келлермана – Плутчика («Индекс жизненного стиля»)) [6, с. 3–50], Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева [4, с. 3–16], Диагностика личности на мотивацию к успеху Т. Элерса; Диагностика личности на мотивацию к избеганию неудач Т. Элерса [7, с. 224]; Оценка функционального состояния «САН» [1, с. 141–145].

3. Методика «Семантический дифференциал» (авторская модификация СД относительно изучения отношения к одиночеству).

Производилась статистическая обработка результатов исследования при помощи статистического пакета SPSS, версии 12 с использованием корреляционного и однофакторного дисперсионного анализа, множественного регрессионного анализа, а также непараметрического критерия Краскала-Уоллеса.

В ходе проведения исследования из всего количества испытуемых общей численностью 240 человек мы выделили три подгруппы в зависимости от уровня переживания одиночества. У 27% респондентов определяется высокий уровень переживания одиночества, у 47% – средний уровень переживания одиночества и у 26% – низкий уровень переживания одиночества. Как следует из сказанного, большинство испытуемых имеют, как

правило, так называемый «средний» уровень субъективного переживания одиночества.

Далее с помощью трех коэффициентов корреляции (Пирсона, Спирмена и Тау-би Кендалла) была выявлена очень значимая положительная двусторонняя взаимосвязь между переживанием одиночества и отношением к одиночеству ($r = 0,443$, $r = 0,430$, $r = 0,305$; $p < 0,01$). Полученные данные свидетельствуют о том, что чем выше уровень переживания субъективного одиночества, тем лучше и субъективное отношение к одиночеству в целом.

При решении задачи о возможных связях между уровнем переживания одиночества и различными психологическими особенностями испытуемых был выявлен ряд интересующих нас данных.

1. Определено, что лучше всего самочувствие у респондентов, имеющих средний уровень переживания одиночества (средний ранг по критерию Краскала-Уоллеса – 132,11), а хуже всего – у имеющих высокий уровень переживания одиночества (средний ранг по критерию Краскала-Уоллеса – 86,89).

2. Для каждой из изучаемых групп характерен собственный комплекс психологических «защит», причем группа испытуемых, имеющих высокий уровень переживания одиночества отличается большей напряженностью защитных механизмов, нежели другие группы.

С помощью непараметрического критерия Краскала-Уоллеса было выявлено, что для группы испытуемых, имеющих низкий уровень переживания одиночества, наиболее характерно проявление такого психологического защитного механизма, как «Проекция» (средний ранг по критерию Краскала-Уоллеса – 172,73), относительно проявляется «Отрицание» (142,29), а наименее значимый для данной группы механизм – это «Подавление» (114,58). Для группы испытуемых, имеющих средний уровень переживания одиночества, характерно несущественное проявление всех рассматриваемых психологических защитных механизмов, показатели

которых в данном случае значительно ниже, чем в других группах. Для группы испытуемых, имеющих высокий уровень переживания одиночества, наиболее сильны проявления таких защитных механизмов, как «Компенсация» (225,43), «Проекция» (179,73) и «Интеллектуализация» (225,57). Относительно проявляются «Подавление» (128,61), «Регрессия» (154,38), «Замещение» (163,16), «Формирование реакций» (136,79).

3. Выявлено, что существует положительная корреляция между переживанием одиночества и мотивацией к достижению успеха ($r = 0,784$, $p < 0,01$); отрицательная корреляционная связь между переживанием одиночества и мотивацией к избеганию неудач, защите ($r = -0,211$, $p < 0,01$); отрицательная корреляционная связь (также двусторонняя) между мотивацией к достижению успеха и мотивацией к избеганию неудач ($r = -0,154$, $p < 0,01$). Следовательно, чем выше уровень переживания субъективного одиночества, тем выше мотивация к достижению успеха и ниже мотивация к избеганию неудач, защите.

В целом мотивация к достижению успеха сильнее всего проявляется при высоком уровне переживания одиночества (средний ранг по критерию Краскала-Уоллеса – 224,13), так же как и мотивация к избеганию неудач (средний ранг по критерию Краскала-Уоллеса – 216,93). Наиболее адекватные данные получены относительно среднего уровня переживания одиночества, где достаточно сильно проявляется мотивация к достижению успеха (150,22) и при этом слабо проявляется мотивация к избеганию неудач (67,02).

4. Наиболее «ровные» показатели практически по всем субшкалам смысложизненных ориентаций в группе испытуемых, имеющих средний уровень переживания одиночества ($p < 0,01$), что свидетельствует об осмысленности жизни в целом. В группах с низким и высоким уровнями переживания одиночества, наоборот, у испытуемых имеется некоторая неудовлетворен-

ность в отношении различных смысложизненных ориентаций.

5. Обобщающий анализ личностных особенностей испытуемых, имеющих различные уровни переживания одиночества, показал, что испытуемые, имеющие низкий уровень переживания одиночества, – это, как правило, люди экстравертированного типа, одиночества не испытывающие и относящиеся к нему как явлению негативно, общее их самочувствие благоприятное. Испытуемые, имеющие средний уровень переживания одиночества, – это, как правило, люди интровертированного типа, испытывающие «относительное» одиночество и относящиеся к нему как к явлению позитивно, их общее самочувствие благоприятное. Наконец, испытуемые, имеющие высокий уровень переживания одиночества, как правило, не имеют ярко выраженной градации по шкале «экстраверсия – интроверсия», т. е. представляют собой категорию людей, у которых проявляются в одинаковой мере черты, свойственные экстравертам и интровертам. При этом они испытывают одиночество сравнительно сильно, однако относятся к нему позитивно, их общее самочувствие недостаточно удовлетворительное.

В целом обобщение полученных ранее эмпирических данных показало, что именно средний уровень переживания одиночества характеризуется наиболее гармоничным самочувствием человека в целом, позитивным отношением к одиночеству вообще и как к собственному переживанию в частности, отсутствием ярко выраженных психологических защит, высокой мотивацией и смысложизненными ориентациями, исходя из чего можно предположить, что это как раз и будет то оптимальное состояние одиночества, которое необходимо индивиду для адекватного восприятия жизнедеятельности.

В виде завершающего этапа исследования проведен множественный регрессионный анализ, метод Stepwise (по шагам) [5, с. 249–266]. Эта мера объясняется тем, что нам было необходимо выделить из всех пе-

ременных, так или иначе связанных с одиночеством те, которые будут прогнозировать с определенной долей вероятности его присутствие.

В качестве зависимой выступала переменная «одиночество», а в качестве независимых мы использовали те переменные, что имели значимые корреляционные связи с показателем одиночества. Это такие переменные, как «отношение к одиночеству» (0,430**), «мотивация к достижению успеха» (0,797**), «мотивация к избеганию неудач» (–0,223**); «Проекция» (–0,373**), «Интеллектуализация» (0,231**), «Компенсация» (0,271**), «Отрицание» (–0,145*); «Невроticность» (0,445**), «Спонтанная агрессивность» (0,721**), «Депрессивность» (0,526**), «Раздражительность» (0,502**), «Застенчивость» (0,731**), «Эмоциональная лабильность» (0,710**), «Общительность» (–0,701**), «Уравновешенность» (–0,433**), «Экстраверсия» (–0,706**), «Маскулинность» (–0,421**); «Общий показатель ОЖ» (–0,384**), «Цели» (–0,393**), «Процесс» (–0,352**), «Локус контроля-жизнь» (–0,381**), «Локус контроля-Я» (0,675**).

В ходе анализа из 22 предикторов в уравнение регрессии вошли лишь девять: мотивация успеха, застенчивость, раздражительность, экстраверсия, цели, эмоциональная лабильность, депрессивность, мотивация к избеганию неудач, уравновешенность. Коэффициент множественной корреляции R отражает связь зависимой переменной «одиночество» с совокупностью независимых переменных и равен 0,874. Значение R_2 составляет в итоге 0,763 и показывает, что 76,3% дисперсии переменной «одиночество» обусловлено влиянием предикторов. Стандартные коэффициенты регрессии β отражают относительную степень влияния каждого из предикторов; для переменной «мотивация успеха» $\beta = 0,173$, «застенчивость» $\beta = 0,167$, «раздражительность» $\beta = 0,141$, «экстраверсия-интроверсия» $\beta = -0,180$, «цели» $\beta = -0,120$, «эмоциональная лабильность» $\beta = 0,177$, «депрессивность» $\beta = 0,154$, «моти-

вация к избеганию неудач» $\beta = -0,113$, «уравновешенность» $\beta = -0,083$.

Таким образом, из числа изученных переменных одиночество в основном определяется низкими показателями по экстраверсии – интроверсии, целям, мотивации неудач и уравновешенности и высокими показателями по мотивации успеха, застенчивости, раздражительности, эмоциональной лабильности и депрессивности. Так, если для какого-либо человека характерны интровертированность, отсутствие целей в жизни, неуравновешенность, чрезмерная мотивация к достижению успеха (с преобладанием неразумного риска), застенчивость, раздражительность, эмоциональная лабильность и депрессивность, это может косвенным образом свидетельствовать об испытываемом им одиночестве. В целом только при наличии перечисленных характеристик мы не можем диагно-

стировать переживание одиночества, для этого необходима более детальная и содержательная работа, однако полученные данные оказываются весьма полезны в информативном отношении.

В заключение необходимо отметить, что анализ одиночества как субъективного переживания можно считать важным этапом изучения этого сложного социально-психологического феномена. Представленная работа позволила выявить некоторые так или иначе связанные с одиночеством психологические особенности, рассмотрение которых позволит разрешить некоторые трудности в теоретическом представлении о детерминации одиночества. Определена возможность «прогнозирования» одиночества, а также существования оптимального уровня переживания одиночества, учет чего позволит снизить его деструктивное, разрушительное воздействие на личность.

ПРИМЕЧАНИЯ

* – корреляция значима на уровне 0,05 (двусторонняя);

** – корреляция значима на уровне 0,01 (двусторонняя).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Доскин В. А., Лаврентьев Н. А., Мирошников М. П., Шарай В. Б. Тест дифференцированной самооценки функционального состояния // Вопросы психологии. 1973. № 6. С. 141–145.
2. Крылов А. А., Ронгинская Т. И. Исследование личности с помощью модифицированной формы В опросника FPI // Практикум по экспериментальной и прикладной психологии. Л., 1990. 272 с.
3. Лабиринты одиночества / Пер. с англ.; Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровский. М.: Прогресс, 1989. 624 с.
4. Леонтьев Д. А. Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 1992. 16 с.
5. Наследов А. Д. SPSS: Компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках. 2-е изд. СПб.: Питер, 2007. 416 с.
6. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля / Под ред. Л. И. Вассермана. СПб: Издат. центр СПбНИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2005. 50 с.
7. Романова Е. С. Психодиагностика. СПб.: Питер, 2006. 400 с.