



УДК 364.274:378

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ СТРУКТУРИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ В ДОСЛІДЖУВАНИХ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ САМОТНОСТІ

Олейник Н.О., викладач
кафедри загальної та соціальної психології
Херсонський державний університет

Стаття містить результати аналізу особливостей організації структури переживання самотності в досліджуваних із різним показником самотності (низьким, середнім і високим). Проведене дослідження дало змогу визначити показники переживання самотності, що можуть зумовлювати процес самоактуалізації досліджуваних.

Ключові слова: структура переживання самотності, усамітнення, ізоляція, відчуження, когнітивний компонент, емоційний компонент, поведінковий компонент, мотиваційно-вольовий компонент.

В статье представлены результаты анализа особенностей организации структуры переживания одиночества у испытуемых с разным показателем одиночества (низким, средним и высоким). Проведенное исследование позволило определить показатели переживания одиночества, обуславливающие процесс самоактуализации испытуемых.

Ключевые слова: структура переживания одиночества, уединение, изоляция, отчуждение, когнитивный компонент, эмоциональный компонент, поведенческий компонент, мотивационно-волевой компонент.

Oleynik N.O. ESPECIALLY THE ORGANIZATION STRUCTURE OF THE EXPERIENCE OF LONELINESS IN SUBJECTS WITH DIFFERENT LEVELS OF LONELINESS

The article contains the results of analysis of organization structure of the experience of loneliness in subjects with different measure of loneliness (low, medium and high). The conducted research allowed to determine the indicators of feelings of loneliness, can trigger the process of self-actualization of the subjects.

Key words: structure of feelings of loneliness, solitude, isolation, alienation, cognitive component, affective component, behavioral component, a motivational-volitional component.

Постановка проблеми. Вивчення різноманітних аспектів цієї проблеми надзвичайно актуальне в наші дні. Природа самотності, її причини, вплив самотності на психічні стани людини є предметом вивчення особливого розділу психології – лонлінології (loneliness – з англ. «самотність») [3].

Широке та різноманітне використання терміна «самотність» у повсякденному житті й наукових джерелах, значний інтерес до проблеми самотності в окремих галузях психології поєднуються у вітчизняній психології з обмеженою кількістю наукових теоретико-емпіричних досліджень самотності.

У кінці ХХ – на початку ХХІ століття Україна перебуває в умовах екзистенційно-антропологічної кризи [2]. Така криза постійно детермінує самотність і відчуження людей, що, у свою чергу, позначається на внутрішньому стані особистості, міжособистісних відносинах і деформує розгортання економічної та політичної консолідації українського суспільства. Проблема сутності самотності людини в психології пов'язана з особливостями світосприйняття людини, її станом, почуттями, мотивацією вчинків, самосвідомістю й особливостями подолання цього переживання. Загострені специ-

фікою сучасної доби почуття непотрібності, покинутості, відчуженості, усамітнення виокремлюють актуальну проблему самотності.

Питання про визначення самотності обговорюється протягом майже всього сторіччя, але так і не знайшло єдиного спільного рішення. Це пов'язано насамперед з тим, що існують дві точки зору щодо спрямованості переживання самотності: одні вчені визнають негативну спрямованість, а інші, навпаки, – позитивну. Позитивна слугує вдосконаленню особистості, вияву її самосвідомості, а негативна – руйнуванню особистості.

У більшості досліджень розглядається саме негативна сторона переживання самотності, позитивній спрямованості самотності присвячено дуже мало наукових робіт. Варто зазначити, що позитивний зміст самотності полягає в тому, що вона є невід'ємною частиною становлення індивідуальності людини та процесу соціалізації загалом.

В умовах сучасних соціальних трансформацій, незважаючи на певні кризові обставини суспільства, збільшується також і роль активного ставлення суб'єкта до свого розвитку, великого значення набуває усвідом-

лення людиною того, що, будуючи власне життя, вона повинна покладатися передусім на себе. Разом із тим ще недостатньо виявляється відповідальне ставлення сучасної особистості до власної самоактуалізації.

Людина з високим рівнем самоактуалізації набагато легше робить свій життєвий вибір, вона більш активна й відповідальна за власні дії, більш оригінальна та ефективна в нестандартних життєвих ситуаціях, тобто є більш творчою. Ураховуючи, що переживання самотності є досить актуальною темою сьогодні, ми вважаємо необхідним знаходити позитивні аспекти цього переживання, оскільки зв'язок самотності й самоактуалізації може акцентувати та звужити проблемне поле цих явищ.

Відомо, що самотність є складним і суперечливим феноменом розвитку особистості. Вона пов'язана з деформацією різних відносин особистості й у цьому випадку супроводжується усвідомленням або відчуттям не просто чужості світу, а неможливості зайняти в ньому більш-менш стійку позицію. Також відомо, що самотність – це й феномен, що дає змогу зануритися в особистісну рефлексію, у роздуми про найважливіші сенсожиттєві проблеми, вона несе в собі можливість глибокого духовного розвитку особистості [1].

Ступінь розробленості проблеми. Аналіз наукових праць і досліджень сучасних авторів показує, що в науці немає єдиного розуміння сутності самотності, її генезису й особливостей протікання, що дає можливість виокремити проблемне поле феномена самотності: як соціально-психологічний феномен (К. Абульханова-Славська, Л. Варава, С. Вербицька, Є. Заворотних, С. Корчагіна, Д. Леонт'єв, Є. Осін, Ж. Пуханова, Л. Старовойтова, Т. Титаренко, Г. Тіхонов); культурно-історичні форми самотності (С. Ветров, О. Данчева, М. Покровський, Ю. Швалб); психологічні особливості самотності на різних вікових етапах (А. Артаманова, О. Долгінова, О. Кірпіков, Л. Клочек, І. Кон, О. Коротеєва, О. Лазарянц, В. Лашук, О. Мухірова, О. Неумоева, Н. Перешина, О. Третьякова, Г. Шагівалєєва); опис явищ, близьких до самотності (ізоляція, відокремлення, відчуження, усамітнення) (Л. Клочек, О. Кузнецов, В. Лебедев, М. Мовчан, А. Третьякова, А. Хараш, І. Худякова); гендерні дослідження переживання самотності (О. Грановська, М. Кандиба, Л. Левченко, О. Пагава, В. Сіляєва, Н. Шитова).

Психологічне вивчення проблеми самоактуалізації подано в працях К. Абульханової-Славської, О. Асмолова, Л. Анциферової, Л. Божович, О. Бондаренка, М. Боришевського, Б. Братуся, І. Булах,

Є. Вахрамова, Д. Леонт'єва, О. Леонт'єва, С. Максименка, С. Рубінштейна, В. Русової, В. Татенка, Т. Титаренко та ін. Сучасні дослідження проблеми самоактуалізації, самореалізації й особистісної зрілості висвітлено в працях вітчизняних учених: О. Баришевої, В. Бочелюка, Т. Вісковатової, М. Гасюк, Л. Засекої, В. Зеленіна, Є. Карпенка, З. Кіреєвої, Л. Кобильнік, В. Подшивалкіної, В. Русової, М. Садової, О. Штепи, О. Яремчук та інших.

Мета статті полягає у визначенні зв'язку домінуючого показника самотності з компонентами структури переживання самотності.

Виклад основного матеріалу. З огляду на дуалістичність феномена самотності (позитивний і негативний аспекти) і недостатність у вивченні його категоріального апарату, запропоновано теоретичну модель переживання самотності з метою її емпіричної перевірки. Припущено, що самотність як суб'єктивне переживання можна розглядати як системне утворення, оскільки феномен самотності не можна зводити лише до афективних складників і розуміти як певне почуття або стан. Самотність є переживанням і може супроводжуватися як різноманітними почуттями (наприклад, ворожість, ревності, задоволеність тощо) та емоціями (наприклад, горе, страх, впевненість, блаженство тощо), так і різноманітними станами (наприклад, стрес, фрустрація, апатія, ейфорія тощо).

Отже, на основі принципів і категоріального апарату системного підходу самотність розглянуто як єдину систему, цілісність якої забезпечується тим, що переживання самотності функціонує на основі взаємодії таких компонентів, як когнітивний, емоційний, поведінковий і мотиваційно-вольовий (рис. 1). Ці компоненти переживання є елементами (підсистемами) переживання самотності.

Когнітивний компонент переживання самотності спрямований на виконання підготовчої функції в переживанні самотності, котра виражається в інформуванні про перебіг переживання та його наслідки; емоційний компонент переживання самотності спрямований на виконання оцінної функції; поведінковий компонент забезпечує виконання регулятивної функції й реалізується в певному впливі на означені переживання, а мотиваційно-вольовий виконує стимулювальну функцію, яка складається з комплексу мотивів і вольових дій особистості, що виникають як реакція на певні форми вияву переживання самотності, та може мати дві форми завершення комплексу переживання самотності – позитивну й негативну.



Перша форма виявляється в мобілізації ресурсів особистості, в пошуках можливостей використання ситуації самотності, є позитивною стороною цього переживання та чинником самоактуалізації особистості (комплекс мотивів удосконалення, саморозвитку, самовираження, самоствердження; комплекс вольових зусиль, які сприяють позитивному переживанню самотності). Механізм самоактуалізації виявляється в тому, що людина використовує такий досвід переживання самотності задля власного вдосконалення. Мотиваційно-вольові аспекти посилюють бажання індивіда досягти особистісного розвитку, саморозуміння й загалом власної самоактуалізації. Друга форма виявляється в демобілізації ресурсів особистості, що виражається в порушенні внутрішньої цілісності особистості. Домінування цієї форми в переживанні самотності може призвести до дереалізації особистості, що виявляється в тяжких порушеннях, які пов'язують саме з негативним аспектом переживання самотності, що супроводжується негативним емоціями, почуттями і станами.

Результати факторного аналізу підтвердили висунуту теоретичну модель переживання самотності в тому аспекті, що особливості переживання самотності залежать від функціонування всіх чотирьох компонентів. Єдина робота компонентів переживання самотності (як цілісного, системного явища) забезпечує підготовчу, оцінну, регулятивну і стимулювальну функції. Отже, структурно-функціональна організація переживання самотності може бути проаналізована у вигляді системної моделі, котра

інтегрує її основні компоненти в їх внутрішніх взаємозв'язках.

Наступним етапом дослідження було визначення показників та оптимального показника переживання самотності, які можуть зумовлювати процес самоактуалізації досліджуваних. Варто нагадати, що за факторним аналізом нами були виявлені обернені показники за мотиваційно-вольовим компонентом переживання самотності, отже, надалі ми будемо орієнтуватися саме на такі дані.

Згідно з означеною метою, використали процедуру Z-перетворення й розрахували за кожним досліджуваним сумарні показники відповідно до запропонованої моделі переживання самотності. За загальним показником переживання самотності ми виокремили 3 підгрупи досліджуваних, які набрали найбільш високі результати за кожним рівнем: із високим показником переживання самотності (54 особи), середнім (44 особи) та низьким (42 особи).

Отже, у досліджуваних, котрі мають *високий загальний показник переживання самотності* (рис. 2), підвищуються результати за когнітивним ($r=0,57$), емоційним ($r=0,36$), поведінковим ($r=0,34$) і мотиваційно-вольовим компонентом ($r=0,34$). Таку саму тенденцію ми отримали й за загальними результатами досліджуваних. Але варто вказати, що в групі досліджуваних із високим показником самотності спостерігається інша структура взаємозв'язків між компонентами. Так, когнітивний компонент негативно пов'язаний із поведінковим ($r=-0,33$); емоційний негативно пов'язаний



Рис. 1. Теоретична структурно-функціональна модель переживання самотності

із мотиваційно-вольовим ($r=-0,38$), а поведінковий має негативний зв'язок із мотиваційно-вольовим компонентом ($r=-0,35$).

У досліджуваних, котрі мають високий показник переживання самотності, не тільки підвищується домінанта когнітивного компонента, яка виявляється у сприйнятті себе самотньою людиною та в бажанні ізолюватися, а й знижуються показники поведінкового компонента. Отже, такі досліджувані негативно ставляться до самотності, бажують уникати власних переживань і мають залежність від спілкування. За позитивної оцінки власних переживань (емоційний компонент) і за бажання усамітнитися (поведінковий компонент) підвищуються показники вольової та мотиваційної спрямованості.

Отже, досліджувані з високим показником переживання самотності можуть використати власні переживання для самоактуалізації в тій ситуації, коли в них підвищуються показники емоційного та поведінкового компонентів, а когнітивного й мотиваційно-вольового – знижуються. Така тенденція виявляється в тому, що досліджувані не сприймають себе самотніми, не мають бажання ізолюватися від інших, позитивно сприймають власні переживання, не мають залежності від спілкування та мають бажання усамітнитися. Такі особливості переживання самотності й зумовлюють бажання досліджуваних використати ситуацію самотності для власного розвитку, оскільки в них домінує мотивація досягнення, підвищується рівень наполегливості, вольової саморегуляції та рівень самоактуалізації.

Середній показник переживання самотності досліджуваних (рис. 3) має позитивний зв'язок з емоційним компонентом

($r=0,35$), негативний зв'язок із когнітивним ($r=-0,34$) і мотиваційно-вольовим ($r=-0,43$). Отримані дані свідчать про те, що досліджувані з таким рівнем самотності позитивно ставляться до самотності, не сприймають себе самотніми й мають високі показники мотиваційно-вольової спрямованості. Також варто вказати, що в таких досліджуваних відсутній вияв поведінкового компонента. Уважаємо, це пов'язано саме з тим, що міра переживання самотності знаходиться в «нормальному», допустимому діапазоні, тому й не зумовлює комплекс дій досліджуваних як реакцію на означені переживання.

У тій ситуації, коли підвищуються показники когнітивного компонента переживання самотності, у досліджуваних знижуються показники за емоційним ($r=-0,70$) та поведінковим ($r=-0,37$) компонентами. Підвищення емоційного компонента зумовлює зниження мотиваційно-вольового ($r=-0,33$) та поведінкового компонентів ($r=-0,60$).

Отже, коли досліджувані починають сприймати себе самотніми людьми й мають бажання ізолюватися від інших, вони починають негативно оцінювати такі переживання, виявляють залежність від спілкування, не мають бажання залишатися наодинці. Саме такі уявлення про самотність і її негативна оцінка зумовлюють вияв поведінкового компонента. Коли ж досліджувані позитивно оцінюють переживання самотності, мають бажання усамітнитися, вони демонструють підвищені показники мотиваційно-вольової спрямованості.

Результати досліджуваних, що мають середній показник переживання самотності, свідчать про те, що саме оптимальний рівень їхньої самотності може зумовлювати бажання самоактуалізуватися. Але варто

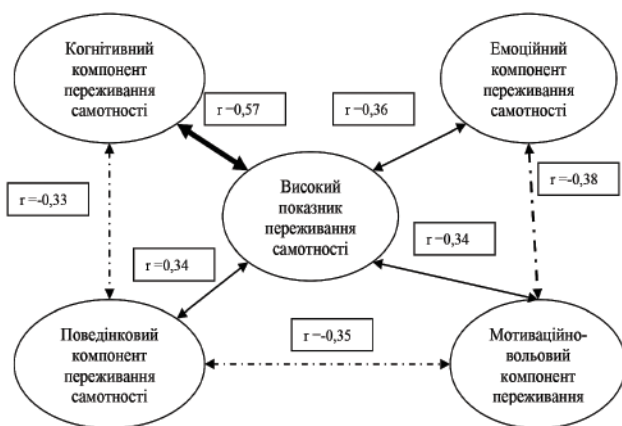


Рис. 2. Значимі кореляційні зв'язки між показниками структури переживання самотності, отримані в осіб із високим показником переживання самотності

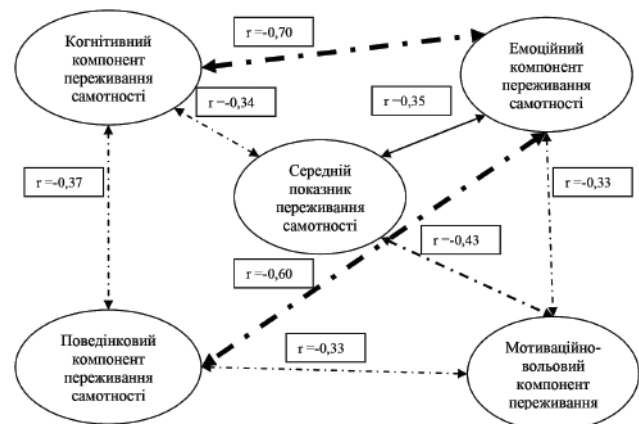


Рис. 3. Значимі кореляційні зв'язки між показниками структури переживання самотності, отримані в осіб із середнім показником переживання самотності

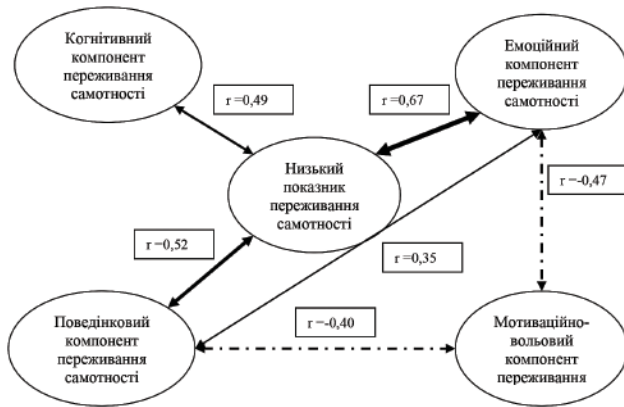


Рис. 4. Значимі кореляційні зв'язки між показниками структури переживання самотності, отримані в осіб із низьким показником переживання самотності

відмітити, що підвищення показників когнітивного компонента може знижувати таку ймовірність розвитку, оскільки негативні уявлення про власні переживання зумовлюють комплекс дій, який не призводить до підвищення показників вольової та мотиваційної направленості.

Результати останньої підгрупи досліджуваних, що мають низький показник переживання самотності, свідчать про таке (рис. 4).

Низький показник переживання самотності позитивно пов'язаний із когнітивним ($r=0,49$), емоційним ($r=0,67$) і поведінковим ($r=0,52$) компонентами структури переживання самотності. Варто вказати, що в таких досліджуваних не виявляється мотиваційно-вольовий компонент, а отже, не підвищуються показники бажання самоактуалізуватися.

Виявлена парадоксальна залежність у досліджуваних із низьким показником переживання самотності (досліджувані сприймають себе самотніми й мають бажання ізолюватися) свідчить про те, що такі уявлення є сталими та перейшли в особистісну характеристику, що не відображає реальної картини переживання. Відсутність переживання самотності зумовлює позитивне оцінювання цього феномена, такі досліджувані не мають залежності від спілкування й мають бажання усамітнитися. Тобто в тій ситуації, коли досліджувані не переживають самотність, вони лояльно ставляться до такого переживання, але, з іншого боку, все одно сприймають себе самотніми.

Підвищення показників емоційного компонента сприяє підвищенню показників поведінкового ($r=0,35$) і знижує показники мотиваційно-вольового ($r=-0,47$) компонентів переживання самотності. Позитивна оцінка

переживання самотності підвищує бажання досліджуваних усамітнитися й показники мотиваційної та вольової спрямованості.

Висновки. Отже, проведений кореляційний аналіз дав змогу визначити такі особливості внутрішньої організації переживання самотності в осіб із різним показником переживання самотності:

Високий показник переживання самотності досліджуваних позитивно пов'язаний із когнітивним, емоційним, поведінковим і мотиваційно-вольовим компонентами структури переживання самотності. Навіть у тій ситуації, коли досліджувані мають високий рівень самотності, можливе позитивне протікання такого переживання, але тільки в тому випадку, коли досліджувані не мають стійкого сприймання себе самотніми, коли вони позитивно оцінюють самотність, не мають залежності від спілкування й мають домінуючий механізм самотності – усамітнення. Їхнє бажання усамітнитися зумовлює підвищення показників вольової та мотиваційної спрямованості, що і є чинником самоактуалізації.

Досліджувані із середнім показником переживання самотності мають підвищені показники за емоційним і знижені показники за когнітивним і мотиваційно-вольовим компонентами структури переживання самотності. Такі респонденти не сприймають себе самотніми, позитивно ставляться до власних переживань і демонструють високий рівень наполегливості, мотивації досягнення та високий рівень самоактуалізації.

У досліджуваних із низьким показником переживання самотності не виявляється мотиваційно-вольовий компонент структури переживання самотності. Такий показник позитивно пов'язаний з емоційним, когнітивним і поведінковим компонентами. Навіть під час відсутності переживання самотності такі досліджувані все одно сприймають себе самотніми, можемо припустити, що такий рівень самотності є динамічним і може час від часу змінюватися.

Отже, показниками переживання самотності, що можуть зумовлювати процес самоактуалізації досліджуваних, виявилися знижені показники когнітивного та мотиваційно-вольового компонентів, підвищені показники емоційного й поведінкового компонентів структури переживання самотності.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів досліджуваної проблеми. Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у визначенні гендерних відмінностей у переживанні самотності, у виявленні типологічних особливостей переживання самотності в осіб із різним рівнем прагнення до самоактуалізації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Заворотных Е.Н. Социально-психологические особенности одиночества как субъективного переживания : дисс. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.05 «Социальная психология» / Е.Н. Заворотных. – СПб., 2009. – 254 с.
2. Мовчан М.М. Феномен самотності як проблема

буття особистості в соціальному середовищі : автореф. дис. ... канд. філос. наук : спец. 09.00.04 «Філософська антропологія, філософія культури» / М.М. Мовчан. – К., 2008. – 16 с.

3. Наталушко І.Ю. Самотність та усамітнення через призму творчості / І.Ю. Наталушко // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – № 3. – С. 13–18.

УДК 87.717+241.631

ПСИХОПРОФІЛАКТИКА СУЇЦИДАЛЬНОСТІ ЗАСОБАМИ РЕЛІГІЙНОЇ ВІРИ

Олійник А.В., старший викладач
кафедри теоретичної та практичної психології
Національний університет «Львівська політехніка»

Стаття присвячена проблемі психопрофілактики суїцидальності з використанням життєдайного потенціалу релігійної віри. Проаналізовано науково-психологічні теорії щодо антисуїцидального впливу віри в Бога, релігійного смислу існування.

Ключові слова: суїцид, суїцидальні тенденції, психопрофілактика, релігія, релігійна віра.

Статья посвящена проблеме психопрофилактики суицидальности с использованием жизнеутверждающего потенциала религиозной веры. Проанализированы научно-психологические теории относительно антисуицидального воздействия веры в Бога, религиозного смысла существования.

Ключевые слова: суицид, суицидальные тенденции, психопрофилактика, религия, религиозная вера.

Oliynyk A.V. PSYCHO-PROPHYLAXIS OF SUICIDE BY FACILITIES OF RELIGIOUS FAITH

The article is devoted to the problem of psycho-prophylaxis of suicide with the use of life-giving potential of religious faith. Scientifically-psychological theories are analysed in relation to anti-suicidal influence of faith in God, religious sense of existence.

Key words: suicide, suicidal tendencies, psycho-prophylaxis, religion, religious faith.

Постановка проблеми. Досягнення релігії в психопрофілактичній сфері є особливо значними. Уселяючи ґрунтовне, всеохопне почуття безпеки, оптимістичної надії, вона чинить потужний психопрофілактичний вплив [6, с. 188]. На протигагу раціональному підходу до життя, як свідчать наукові дослідження, життєва практика, щира віра в Бога убезпечує від екзистенційної тривоги, страху й відчаю (які є психологічними чинниками суїцидальності), допомагає індивідам психологічно укорінитись у найвищий авторитет, який обіцяє їм порятунок від загрози зла та смерті, вселяє життєву наснагу, радість буття, оптимістичне сподівання на майбутнє.

У межах гуманістичної парадигми наука не володіє переконливими, раціонально виваженими аргументами, спроможними звільнити людину від мук суперечливого безутішного існування, й, напевно, ще дуже нескоро виробить їх. Вона спроможна лише пропонувати людині в міру її можливостей вдосконалювати світ і себе в ньому.

Власне, саме слово «віра», яке в реальному, повсякденному житті використовується не лише в релігійному, а й у нерелігійному значенні, тлумачиться як упевненість у чомусь, у здійсненні чого-небудь [4]. Така впевненість передбачає досягнення психічної рівноваги людини, є потужним стимулом для мобілізації внутрішньої духовної сили задля подолання життєвих негараздів, сприяє умиротворенню людської душі, що суперечить формуванню суїцидальних станів.

Ступінь розробленості проблеми. Теоретико-методологічною базою дослідження стали трактування релігійної віри як «вершини свідомості» – віри у високий сенс людського існування в концепції В. Джемса; йоготерапія В. Франкла, концепції Е. Фромма, представників гуманістичної психології (А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса та ін.) щодо потужності антидеструктивного, антисуїцидального потенціалу віри в Бога, гуманістичних релігій; тлумачення могутньої життєдайності гуманістично-релігійних смислів існування в ро-