

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І.І. МЕЧНИКОВА**

ОЛЕЙНИК НАРМІНА ОРУДЖІВНА

УДК 364.274:378

**ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ ЯК ЧИННИК САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ
ОСОБИСТОСТІ**

Спеціальність 19.00.01 – загальна психологія, історія психології

Автореферат

дисертації на здобуття наукового ступеня

кандидата психологічних наук

Одеса – 2016

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано в Херсонському державному університеті

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
Бочелюк Віталій Йосипович,
Запорізький національний технічний університет,
завідувач кафедри психології

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Засєкіна Лариса Володимирівна,
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки,
завідувач кафедри загальної та соціальної психології

кандидат психологічних наук, доцент
Чачко Світлана Леонідівна,
Одеський національний університет імені
І.І.Мечникова,
доцент кафедри загальної психології та психології
розвитку особистості.

Захист відбудеться „24” листопада 2016 р. о 11.00 год. на засіданні спеціалізованої вченої ради К 41.05.07 у Одеському національному університеті імені І.І. Мечникова за адресою: 65082, м. Одеса, вул. Дворянська, 2.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Одеського національного університету імені І.І. Мечникова за адресою: 65082, м. Одеса, вул. Преображенська, 24.

Автореферат розіслано „24” жовтня 2016 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради



М.А.Крюкова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Особливої актуальності у наш час набуває проблема самотності, оскільки даний термін досить широко і різноманітно використовується у повсякденному житті та наукових джерелах. Від кінця ХХ століття Україна знаходиться в умовах екзистенційно-антропологічної кризи. Така криза постійно детермінує самотність та відчуження людей, що в свою чергу відображається на внутрішньому стані особистості, міжособистісних відносинах і деформує розгортання економічної та політичної консолідації українського суспільства.

Аналіз наукових праць і досліджень сучасних авторів показує, що в науці немає єдиного розуміння сутності самотності, її генезису і особливостей протікання, що дозволяє виокремити проблемне поле феномену 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. Коротеева, О. Лазарянц, В. Лашук, О. Мухіярова, О. Неумоєва, Н. Перешина, О. Третьякова, Г. Шагівалеева); 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).

В умовах сучасних соціальних трансформацій, не дивлячись на певні кризові обставини суспільства, збільшується також і роль активного ставлення суб'єкта до свого розвитку, важливе значення набуває усвідомлення людиною того, що будуючи власне життя, вона повинна покладатися перш за все на себе. Разом з тим, ще недостатньо виявляється відповідальне ставлення сучасної особистості до власної самоактуалізації (самореалізації).

Психологічне вивчення проблеми самоактуалізації представлено в працях К. Абульханової-Славської, О. Асмолова, Л. Анциферової, Л. Божович, О. Бондаренко, 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 та особистісної зрілості представлені в працях вітчизняних вчених: О. Баришевої, В. Бочелюка, Т. Вісковатової, М. Гасюк, Л. Засекіної, В. Зеленіна, Є. Карпенка, З. Кіреєвої, Л. Кобильнік, В. Подшивалкіної, В. Русової, М. Садової, О. Штепи, О. Яремчук та інших.

Людина з високим рівнем самоактуалізації набагато легше робить свій життєвий вибір, вона більш активна і відповідальна за власні дії, більш оригінальна й ефективна у нестандартних життєвих ситуаціях, тобто є більш творчою. Враховуючи, що переживання самотності є досить актуальною темою сьогодення, необхідно знаходити позитивні аспекти даного переживання,

оскільки зв'язок самотності та самоактуалізації може акцентувати та звузити проблемне поле даних явищ.

Самотність як складний і суперечливий феномен пов'язана з деформацією різних відносин особистості і в цьому випадку супроводжується усвідомленням або відчуттям не просто чужості світу, а й неможливості зайняти в ньому більш-менш стійку позицію. Самотність – це феномен, що дозволяє зануритися в особистісну рефлексію, роздуми про найважливіші сенсожиттєві проблеми, несе в собі можливість глибокого духовного розвитку особистості. Зазначене вище дає можливість визначити необхідність і доцільність вивчення переживання самотності як чинника самоактуалізації особистості.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертаційного дослідження пов'язана з комплексними науково-дослідними темами кафедри практичної психології Херсонського державного університету «Теоретико-методологічні проблеми розвитку особистості» (номер державної реєстрації 0111 U 008763), «Психологічні ресурси особистості в умовах суспільних трансформацій» (номер державної реєстрації 0116 U 004734), що координуються Міністерством освіти і науки України. Тема дисертаційного дослідження затверджена на засіданні Вченої ради Херсонського державного університету (протокол № 6 від 27.01.2014 р.) та узгоджена в бюро Міжвідомчої Ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 7 від 30.09.2014 р.).

Мета дослідження полягає у теоретичному визначенні та емпіричному дослідженні переживання самотності як чинника самоактуалізації особистості.

Для досягнення поставленої мети дослідження визначені наступні **задачі**:

1. Здійснити загальнонауковий та загальнопсихологічний аналіз основних підходів до вивчення проблеми самотності; уточнити зміст та сутність даного поняття.
2. На основі сучасних наукових досліджень проаналізувати зв'язок переживання самотності з самоактуалізацією особистості.
3. Розробити теоретичну модель переживання самотності та визначити особливості її організації.
4. Встановити психологічні особливості переживання самотності як показники самоактуалізації особистості.

Об'єкт дослідження – самотність як психологічний феномен.

Предмет дослідження – психологічні особливості переживання самотності як чинник самоактуалізації особистості.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали: фундаментальні положення про єдність особистості та діяльності (О. Леонтьєв, С. Рубінштейн); опосередкування внутрішніх умов зовнішніми умовами розвитку особистості (О. Леонтьєв); основні положення психології переживання (Ф. Василюк); концептуальні положення системного підходу до вивчення особистості (Б. Ананьєв, П. Анохін, О. Леонтьєв, Б. Ломов, С. Максименко, М. Овчинніков, М. Сетров, М. Слюсаревський та ін.); вивчення об'єктивних особливостей через суб'єктивні переживання (Л. Виготський); про особистість як суб'єкт

життєдіяльності (С. Рубінштейн, К. Абульханова-Славська); концептуальні положення самотності особистості (Є. Заворотних, С. Корчагіна).

Методи дослідження. Для забезпечення об'єктивності і системності дослідження та з метою вирішення поставлених дослідницьких задач у роботі була використана низка методів, а саме: теоретико-методологічний аналіз, систематизація та узагальнення психологічних даних за проблемою дослідження, психодіагностичні методи та методи математичної статистики обробки даних.

До психодіагностичного комплексу увійшли наступні методи: методика – «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» (Д. Рассела, М. Фергюсона) з метою визначення загального рівня переживання самотності, «Семантичний диференціал» (Є. Заворотних) для виявлення ставлення досліджуваних до переживання самотності, «Діагностика самоактуалізації особистості» (А. Лазукін, Н. Каліна), з метою визначення прагнення досліджуваних до самоактуалізації; опитувальники – «Виявлення виду самотності» (С. Корчагіної) для встановлення домінуючого виду самотності, анкета «Самотність» (Г. Шагівалєєвої) в авторській модифікації для вивчення особливостей переживання самотності на основі запропонованої моделі переживання самотності, «Диференціальний опитувальник самотності» (Є. Осіна, Д. Леонтьєва) ДОПС-3 для визначення самотності як багатомірного феномена, «Тест-опитувальник особистісної зрілості» (Ю. Гільбуха) з метою визначення рівня особистісної зрілості; «Дослідження вольової саморегуляції» (А. Зверькова та Є. Ейдмана) для виявлення вольової спрямованості досліджуваних.

В емпіричному дослідженні взяли участь особи раннього дорослого (від 18 до 25 років) та середнього дорослого віку (26-40 років). Всього було досліджено 190 осіб. У вибірку раннього дорослого віку увійшло 136 осіб - студентів 2, 3 та 4 курсів Херсонського державного університету факультету психології, історії та соціології. Вибірку досліджуваних середнього дорослого віку склали 54 особи - студенти 1, 3 та 4 курсів заочної форми навчання, слухачі 2 курсу центру підвищення кваліфікації та співробітники факультету психології, історії та соціології.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що:

вперше:

- запропоновано теоретичну структурно-функціональну модель переживання самотності; модель функціонує як цілісне, динамічне утворення та складається з когнітивного, емоційного, поведінкового та мотиваційно-вольового компонентів;

- встановлено закономірності організації переживання самотності в осіб з різним показником самотності (високим, середнім, низьким) та у досліджуваних різного віку (раннього дорослого та середнього дорослого віку);

- визначено основні форми переживання самотності (ефективну, яка виявляється у активній і пасивній формах, та неефективну);

- встановлено психологічні особливості переживання самотності як показників самоактуалізації особистості, такими показниками виявилися – знижені показники когнітивного та мотиваційно-вольового компонентів, підвищені показники емоційного та поведінкового компонентів структури переживання самотності.

- уточнено сутність визначення явищ, близьких за значенням самотності (ізоляція, відчуження, усамітнення);

- виділено основні параметри, які дозволяють зіставити і відокремити одне від одного поняття «ізоляція», «відчуження», «усамітнення»;

- уточнено визначення понять «самотність» та «самоактуалізація»;
дістало подальшого розвитку:

- теоретичні уявлення про переживання самотності як чинника самоактуалізації особистості та методичне забезпечення їх емпіричного дослідження.

Практичне значення одержаних результатів. Результати дослідження використані в ході професійної підготовки та підвищення професійного рівня студентів як технічної, так і гуманітарної спрямованості при викладанні навчальних курсів «Загальна психологія», «Психологія особистості», «Вікова психологія».

Результати дисертаційного дослідження впроваджено у навчальний процес факультету психології, історії та соціології Херсонського державного університету (довідка № 07-28/566, від 25.03.16 р.); у процес професійної підготовки студентів та магістрантів Класичного приватного університету (довідка № 516, від 16.03.16 р.); у навчальний процес Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського (довідка № 25.2/524, від 25.04.16 р.); у роботу Херсонського обласного центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді (довідка № 156 від 22.03.2016 р.); у практику Херсонської загальноосвітньої школи I-III ступенів № 41 Херсонської міської ради (довідка № 35/03-10 від 07.04.2016 р.).

Апробація результатів дослідження здійснювалася у доповідях та повідомленнях на Міжнародних науково-практичних конференціях: «Актуальні питання сучасних педагогічних та психологічних наук» (21-22 березня 2014 р., м. Одеса); «Актуальні проблеми практичної психології» (10-11 квітня 2014 р., м. Херсон); «Соціалізація особистості в умовах системних змін: теоретичні та прикладні проблеми» (21 березня 2014 р., м. Київ); «Актуальні питання сучасної психології» (5 травня 2014 р., м. Суми); «Роль і місце психології та педагогіки в формуванні сучасної особистості» (16-17 січня 2015 р., м. Харків); International scientific-practical congress of teachers and psychologists «The generation of scientific ideas» (the 17-18th of February, 2015, Geneva (Switzerland)); «Педагогика и психология в эпоху глобализации – 2015» (22 листопада 2015 р., м. Будапешт); «Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування» (25-26 грудня 2015 р., м. Львів); «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (7-8 квітня 2016 р., м. Херсон) та на засіданнях кафедри практичної психології Херсонського державного університету (у 2014-2015 рр.).

Публікації. Основні положення дисертації відображено у 6 одноосібних публікаціях, з них 4 статті опубліковані у фахових наукових виданнях України з психології, 1 стаття у зарубіжних виданнях.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Список використаних джерел налічує 227 найменувань, з яких 5 іноземною мовою. Повний обсяг дисертації – 216 сторінок. Основний зміст викладено на 178 сторінках. Робота містить 27 таблиць, 8 рисунків, 3 додатки.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність дослідження, визначено його об'єкт, предмет та методологічні засади, сформульовано мету і основні задачі роботи, визначено наукову новизну, теоретичну та практичну значущість дослідження, зазначено форми апробації його результатів, описано структуру дисертаційної роботи.

У **першому розділі «Теоретико-методологічні підходи до вивчення проблеми самотності та самоактуалізації в історії психології»** представлені результати теоретико-методологічного вивчення феномену самотності як чинника самоактуалізації особистості. Визначено основні підходи та моделі вивчення самотності від перших філософських досліджень до сучасних психологічних. Проаналізовано сучасні дослідження та підходи до виділення видів самотності, розглянуто негативні та позитивні аспекти феномену самотності як одного з чинників самоактуалізації. Визначено основні поняття, близькі за значенням до самотності, виділені основні параметри, які дозволяють зіставити і відокремити дані поняття одне від одного. Проаналізовано зв'язок переживання самотності з показниками самоактуалізації особистості та визначити сутність даних понять.

Основні труднощі визначення та інтерпретації сутності самотності пояснюються певною обмеженістю в теоретичному усвідомленні самотності як психічного феномену. Так, Ю. Швалб, О. Данчева відмічають, що в науковій літературі має місце змішання таких понять, наприклад, як «самотність», «ізоляція» та «усамітнення».

У даному дослідженні самотність розглядається як широке поняття, що включає в себе такі механізми переживання, як ізоляція, відчуження і усамітнення. Означені переживання мають різні особливості функціонування, але й мають певні подібності в тому аспекті, що є вимірами одного й того ж переживання – самотності. Термін «ізоляція» розуміється як зовнішньо обумовлене переживання самотності, яке виявляється у фізичній неможливості контактувати з іншими людьми, коли особистість добровільно або вимушено відсторонюється від соціального оточення. Ізоляція як один із вимірів переживання самотності проявляється саме у фізичному та зовнішньому аспектах переживання даного явища. Термін «відчуження» розуміється як внутрішньо обумовлене переживання самотності, що виявляється у втраті

людиною власного «Я», власної суб'єктивності, яка може виявлятися на емоційному, когнітивному та психоемоційному рівні. Відчуження пов'язується з патологічним розвитком переживання самотності, що має деструктивний вплив на особистість людини. «Усамітнення» розуміється як зовнішньо або внутрішньо обумовлене переживання самотності, яке виявляється у добровільному перебуванні наодинці з собою.

У даному дослідженні термін «самотність» розглядається як суб'єктивне переживання, яке виявляється у добровільній або вимушеній неможливості людини задовольнити потребу у взаємодії, спілкуванні, інтимності та супроводжується широким спектром емоційних проявів. Таке переживання майже не залежить від присутності інших людей, оскільки людина може переживати самотність навіть у тих ситуаціях, коли поруч з нею є значимі об'єкти.

Аналіз численних досліджень, присвячених аспектам самоактуалізації, показує, що, з одного боку, це явище піддається всебічному розгляду, а з іншого – явно простежується суперечливість уявлень, особливо щодо складу та структури самоактуалізації (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв, О. Городілова, Є. Вахрамов, Д. Леонтєв, А. Маслоу, К. Роджерс, С. Рубінштейн).

У контексті даного дослідження самоактуалізація розглядається як процес реалізації індивідуальності, що відбувається через різні види активності (саморозвиток, самовираження, самоствердження та самореалізація) та має на меті удосконалення та розвиток можливостей, які відображають динамічні процеси особистості.

Основою зв'язку самотності із самоактуалізацією може слугувати аутокомунікація – спілкування з самим собою. У ситуації усамітнення соціально-комунікативних зв'язків з іншими людьми позбавляється тільки та людина, яка недостатньо особистісно розвинена, не вийшла з симбіотичних зв'язків і не може вступати з навколишнім світом у відносини один на один. Негативне переживання самотності може трансформуватися у позитивне як бажання усамітнитися та використати цей час для себе. Таке переживання самотності може слугувати необхідною умовою самовдосконалення особистості. Саме активна позиція особистості відносно себе та власного життя, позитивне сприйняття переживання самотності можуть обумовлювати механізми самоактуалізації.

У другому розділі дослідження «Емпіричне дослідження переживання самотності як чинника самоактуалізації особистості» обґрунтовуються теоретичні та методологічні засади емпіричного дослідження. Представлена авторська модель переживання самотності, що заснована на принципах структурно-функціонального підходу. На основі принципів та категоріального апарату системного підходу самотність розглядається як єдина система, цілісність якої забезпечується тим, що переживання самотності функціонує на основі взаємодії таких компонентів, як когнітивний, емоційний, поведінковий

та мотиваційно-вольовий. Також у даному розділі представлено вибірку емпіричного дослідження та комплекс емпіричних методів.

Враховуючи дуалістичність феномену самотності (позитивний та 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 складових і розуміти як певне почуття або стан. Самотність є переживанням і може супроводжуватися як різноманітними почуттями (наприклад, ворожість, ревності, задоволеність та інші) та емоціями (наприклад, горе, страх, впевненість, блаженство та інші), так і різноманітними станами (наприклад, стрес, фрустрація, апатія, ейфорія та інші).

Таким чином, на основі принципів та 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 та мотиваційно-вольовий (рис. 1.). Дані компоненти переживання виступають елементами (підсистемами) переживання самотності.



Рис. 1. – Теоретична структурно-функціональна модель 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 та реалізується у певному впливі на означені переживання, а мотиваційно-вольовий виконує стимулюючу функцію, яка складається з комплексу мотивів та вольових дій особистості, які виникають як реакція на певні форми вияву

переживання самотності та може мати дві форми завершення комплексу переживання самотності – позитивну та негативну.

Перша форма виявляється в мобілізації ресурсів особистості, в пошуках можливостей використання ситуації самотності та є позитивною стороною даного переживання і виступає 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 та в цілому власної самоактуалізації. Друга форма виявляється у демобілізації ресурсів особистості, що виражається у порушенні внутрішньої цілісності особистості. Домінування даної форми у 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 та станами.

У третьому розділі «Особливості організації структури переживання самотності як системного утворення» представлено результати емпіричного дослідження, розглянуто якісний склад переживання самотності, а саме – особливості переживання самотності за кожним компонентом авторської теоретичної моделі. Визначено внутрішню організацію переживання самотності, встановлено взаємозв'язки показників самотності (низького, середнього, високого) з показниками когнітивного, емоційного, поведінкового та мотиваційно-вольового компонентів структури переживання самотності. Отримані результати дозволили встановити оптимальний рівень переживання самотності, що обумовлює бажання досліджуваних самоактуалізуватися.

Результати факторного аналізу свідчать про те, що переживання самотності визначається структурними особливостями організації окремих компонентів переживання самотності, а саме – когнітивним, емоційним, поведінковим та мотиваційно-вольовим.

Перший фактор, «Емоційний компонент переживання самотності», характеризує емоційну оцінку власних переживань та особливості їх прийняття або неприйняття та задається наступними змінними: приємна самотність (0,793), приваблива (0,788), бажана (0,740), корисна (0,693), хороша (0,668), важлива (0,659), розслаблююча (0,658), потрібна (0,618), значима (0,539), суттєва (0,507) та бажання уникати переживання самотності (-0,420). Другий фактор, «Мотиваційно-вольовий компонент переживання самотності» відображає вольові та мотиваційні зусилля особистості, які виникають на переживання самотності, утворений такими змінними, як: рівень наполегливості (-0,834), вольової саморегуляції (-0,797), самоконтролю (-0,711), самоактуалізації (-0,627), мотивація досягнення (-0,563), саморозуміння (-0,466) та дисоційований вид самотності (0,443). Третій фактор, «Поведінковий компонент переживання самотності», уточнює особливості активності суб'єкта

в різних формах міжособистісної взаємодії та містить такі показники, як: залежність від спілкування (-0,748), дисфорія самотності (-0,735), самотність як проблема (-0,679), позитивна самотність (0,656), радість усамітнення (0,634), потреба в компанії (-0,590), ресурс усамітнення (0,415), частота бажання залишитися наодинці (0,418) та дії під час переживання самотності (0,413). Четвертий чинник, «Когнітивний компонент переживання самотності», забезпечує підготовчу функцію у переживанні самотності та утворюється такими змінними, як: самовідчуття (0,747), ізоляція (0,668), загальне переживання самотності (0,664), уявлення про себе, як про самотню людину (0,594), близькі люди (-0,589), відчуження (0,501) та частота бажання залишитися на самоті (0,411).

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 та стимулюючу функції. Таким чином, структурно-функціональна організація переживання самотності може бути проаналізована у вигляді системної моделі, котра інтегрує її основні компоненти у їх внутрішніх взаємозв'язках. Отримані результати дослідження компонентів переживання самотності перевірялися також за допомогою кореляційного аналізу, який дозволив визначити, яким чином взаємопов'язані визначені компоненти переживання самотності. З метою визначення структури кореляцій на основі чотирьох компонентів переживання самотності було використано процедуру Z-перетворення. Застосування сумарних оцінок показників, котрі увійшли в кожен з чотирьох чинників, дозволило визначити загальний показник переживання самотності. Отримана структура кореляційних зв'язків виглядає наступним чином (рис. 2):

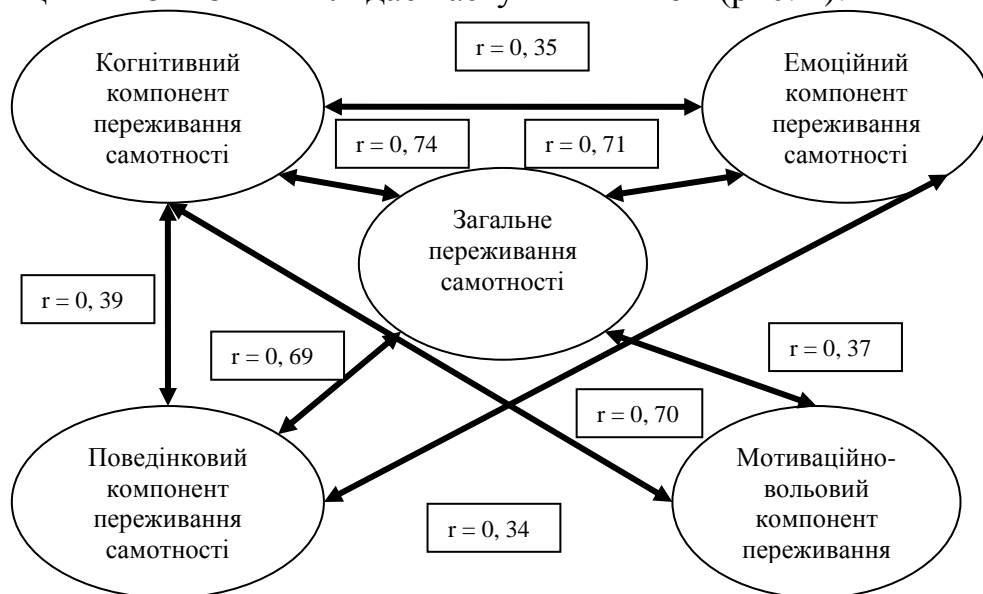


Рис. 2. Структура кореляційних зв'язків рівня виразності переживання самотності з компонентами переживання самотності (N = 190)

Основний показник – загальне переживання самотності – має статистично достовірні, позитивні зв'язки з показниками когнітивного ($r = 0,74$, при $p \leq 0,001$), емоційного ($r = 0,71$, при $p \leq 0,001$), поведінкового ($r = 0,69$, при $p \leq 0,001$) та мотиваційно-вольового ($r = 0,37$, при $p \leq 0,001$) компонентів структури переживання самотності.

Отримана структура кореляційних зв'язків вказує на те, що підвищення загального показника переживання самотності досліджуваних сприяє підвищенню усіх показників структури переживання самотності. Подібна неоднозначність у власних переживаннях (з одного боку – сприймання себе самотньою людиною, бажання ізолюватися від інших, з іншого – позитивна оцінка переживання самотності та бажання усамітнитися) призводить до формування дисоційованого виду самотності, який полягає у різкій зміні механізмів ідентифікації та відособлення. Дана тенденція виявляється то в бажанні досліджуваних ідентифікуватися з іншими, то в бажанні відсторонитися від них. Така зміна механізмів самотності має негативний вплив на досліджуваних, оскільки призводить до гострого та важкого переживання самотності, що в свою чергу не дозволяє мобілізувати вольову та мотиваційну спрямованість на боротьбу з даним переживанням.

Проведений кореляційний аналіз дозволив визначити позитивний зв'язок загального переживання самотності з усіма компонентами структури переживання самотності.

Саме когнітивний компонент пов'язаний з усіма останніми компонентами структури переживання самотності: з емоційним компонентом ($r = 0,35$, при $p \leq 0,05$), поведінковим ($r = 0,39$, при $p \leq 0,05$) та мотиваційно-вольовим ($r = 0,70$, при $p \leq 0,001$). Отже, перша підсистема переживання самотності – когнітивний компонент – забезпечує функціонування переживання самотності на трьох останніх, що в цілому формує загальне переживання самотності. Тобто, уявлення про власні переживання, сприйняття себе в таких переживаннях обумовлюють емоційну оцінку самотності, комплекс дій відповідно до власних переживань та особливості вольової й мотиваційної спрямованості.

Наступним етапом дослідження було визначення показників та оптимального рівня переживання самотності, які можуть обумовлювати процес самоактуалізації досліджуваних. На основі отриманих результатів було визначено наступні особливості внутрішньої організації переживання самотності у осіб з різним показником переживання самотності.

Високий показник переживання самотності позитивно пов'язаний з когнітивним, емоційним, поведінковим та мотиваційно-вольовим компонентами структури переживання самотності. Досліджувані з середнім показником переживання самотності мають підвищені показники за емоційним і знижені показники за когнітивним та мотиваційно-вольовим компонентами структури переживання самотності. У досліджуваних з низьким показником переживання самотності не виявлено мотиваційно-вольовий компонент

структури переживання самотності. Такий показник позитивно пов'язаний з емоційним, когнітивним та поведінковим компонентами.

Загалом отримані результати вказують на те, що оптимальним показником переживання самотності, що обумовлює бажання самоактуалізуватися, є середній, у меншій мірі високий та зовсім не обумовлює такого бажання низький показник переживання самотності.

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

У четвертому розділі «Динаміка організації структури переживання самотності як чинника самоактуалізації особистості» містяться результати дослідження динаміки організації виявленої структури переживання самотності. Проаналізовано особливості динаміки показників структури переживання самотності в залежності від домінуючого виду самотності та визначено характер взаємозв'язку різних рівнів організації домінуючого виду самотності з показниками структури переживання. Також у даному розділі представлено результати аналізу особливостей внутрішньої організації переживання самотності у ранньому та середньому дорослому віці.

Значущість відмінностей у виразності показників структури переживання самотності досліджуваних з різним видом самотності перевірялася за допомогою t-критерія Стьюдента та ф-критерія Фішера.

Досліджувані з дифузним видом самотності виявляють негативне емоційне ставлення до переживання самотності, сприймають самотність у негативному аспекті, намагаються її уникати засобами взаємодії з іншими людьми та, попри це, демонструють підвищення показників самоактуалізації, особистісної зрілості та вольової спрямованості. Досліджувані з відчужуючим видом самотності виявляють нейтральне емоційне ставлення до переживання самотності, демонструють визначення позитивних форм міжособистісних стосунків під час переживання самотності, проте мають знижені показники мотиваційно-вольової спрямованості. Досліджувані з дисоційованим видом самотності демонструють підвищене бажання знаходитися на самоті, попри це негативно сприймають переживання самотності, переживають байдужість, тривогу та мають знижені показники самоактуалізації, особистісної зрілості та вольової спрямованості.

Емпіричне дослідження дозволило визначити, що суттєве значення у функціонуванні компонентів переживання самотності має підготовча функція (форма прояву когнітивного компоненту переживання самотності), зокрема, домінуючий механізм переживання – ідентифікація, відособлення або одночасна дія даних механізмів. Саме провідний механізм пов'язаний з домінуванням конкретного виду самотності, у даному випадку – дифузного, відчужуючого або дисоційованого. У зв'язку з цим в даному дослідженні проаналізовано, яким чином певний вид самотності пов'язаний із показниками структури переживання самотності. Для вимірювання ступеня лінійної

залежності між домінуючим видом самотності та показниками структури переживання самотності використовувався коефіцієнт кореляції *r*-Пірсона.

Встановлено, що відчужуючий та дисоційований види самотності мають подібні взаємозв'язки з показниками структури переживання самотності, які виявляються в підвищенні рівня самотності, у бажанні ізолюватися від інших, відсутності бажання взаємодіяти з іншими, позитивній оцінці самотності, але, спостерігається недостатність емоційної близькості. Припущено, що такі види самотності схожі між собою у зв'язку з тим, що в них домінує механізм фіксації на власних переживаннях, за виключенням того, що у досліджуваних з дисоційованим видом самотності ще й приєднується механізм ідентифікації. Визначено, що у досліджуваних з дифузним видом самотності підвищується бажання контактувати з іншими у зв'язку з домінуванням механізму ідентифікації у власних переживаннях. Переживання даного виду самотності виявилось найбільш конструктивним у структурі переживання самотності.

Результати взаємозв'язків домінуючого виду самотності з показниками мотиваційно-вольового компоненту переживання самотності виглядають наступним чином (таблиця 1).

Таблиця 1

Кореляційна матриця взаємозв'язків домінуючого виду самотності з показниками мотиваційно-вольового компоненту структури переживання самотності

Вид самотності За С. Корчагіною	Дифузний (N = 38)	Відчужуючий (N = 52)	Дисоційований (N = 100)
Показники MBK			
Рівень самоактуалізації	-0,10	-0,29*	-0,37***
Орієнтація в часі	-0,43**	-0,09	-0,25**
Цінності	-0,34*	-0,06	-0,19*
Погляд на природу людини	-0,34*	0,29*	-0,25**
Потреба в пізнанні	-0,03	0,02	-0,05
Прагнення до творчості	0,08	0,07	0,03
Автономність	0,12	0,09	-0,11
Спонтанність	0,05	-0,04	-0,19*
Саморозуміння	-0,43**	-0,00	-0,32**
Аутосимпатія	-0,36*	-0,07	-0,34**
Контактність	-0,01	-0,29*	-0,28**
Гнучкість в спілкуванні	-0,09	-0,39**	-0,20*
Рівень особистісної зрілості	0,36*	-0,09	-0,09
Мотивація досягнення	0,39*	-0,37**	-0,19*
Ставлення до свого «Я»	0,38*	0,29*	-0,07
Громадянська позиція	-0,01	0,08	0,02
Життєва установка	-0,36*	0,01	-0,22*
Психологічна близькість	0,02	-0,12	0,04
Рівень вольової саморегуляції	-0,10	-0,28*	-0,26**
Наполегливість	-0,05	-0,30*	-0,28**
Самовладання	-0,08	-0,12	-0,19*

Примітка. * — $p \leq 0,05$; ** — $p \leq 0,01$; *** — $p \leq 0,001$; MBK – мотиваційно-вольовий компонент

Встановлено, що дифузний вид самотності, попри зниження окремих показників самоактуалізації та особистісної зрілості, позитивно пов'язаний з мотивацією досягнення, ставленням до свого «Я» та рівнем особистісної зрілості досліджуваних.

Виявлено, що у досліджуваних з відчужуючим та дисоційованим видом самотності спостерігаються негативні зв'язки з показниками самоактуалізації, особистісної зрілості та вольової спрямованості.

Отримані результати вказують на те, що найбільш складними видами переживання самотності виявилися як відчужувачий, так і дисоційований вид, оскільки вони пов'язані з підвищенням рівня самотності та поширенням загального переживання самотності. Домінування дифузного виду самотності має найменший вплив на переживання досліджуваних, оскільки в такому випадку спостерігається лише підвищення бажання шукати спілкування з іншими людьми, що пояснюється домінуючим механізмом в переживанні – ідентифікацією.

Встановлено, що дифузний вид самотності, попри зниження окремих показників самоактуалізації та особистісної зрілості, позитивно пов'язаний з мотивацією досягнення, відношенням до свого «Я» та рівнем особистісної зрілості досліджуваних.

На останньому етапі дослідження проаналізовано особливості організації структури переживання самотності як чинника самоактуалізації особистості окремо за результатами респондентів раннього та середнього дорослого віку.

Визначено, що у досліджуваних незалежно від вікових особливостей спостерігається домінування образу себе як самотньої людини, підвищений рівень самотності, домінування механізму відособлення (когнітивний компонент) та механізму усамітнення (поведінковий компонент).

Відмінності, визначені за емоційним та мотиваційно-вольовим компонентами структури переживання самотності, виявилися наступними. Так, у досліджуваних раннього дорослого віку домінує позитивне емоційне ставлення до самотності, але в той же час спостерігається бажання уникати ситуації самотності (емоційний компонент), низький рівень вольової саморегуляції, самоактуалізації, особистісної зрілості та домінування дисоційованого виду самотності (мотиваційно-вольовий компонент). У досліджуваних середнього дорослого віку емоційний та мотиваційно-вольовий компоненти представлені одним чинником і вказують на позитивне емоційне ставлення до самотності, високий рівень прагнення до самоактуалізації, особистісної зрілості та вольової саморегуляції. Також поведінковий компонент переживання самотності вказує на наявність ресурсів, що допомагають творчо використовувати усамітнення в самопізнанні та саморозкритті власної особистості.

За результатами факторного аналізу доведено, що з віком структура переживання самотності змінюється, емоційні переживання тісно пов'язуються з мотиваційною та волевою спрямованістю, не проявляється дисоційований вид самотності, який може свідчити про незрілу позицію досліджуваних. Саме у респондентів середнього дорослого віку виявлено прямий зв'язок переживання самотності з показниками самоактуалізації.

На основі отриманих результатів виокремлено дві форми переживання самотності – «ефективну» та «неефективну». Ефективна форма переживання самотності виявляється у наступних – «активній» та «пасивній». Активна форма переживання самотності виявляється у середньому показнику переживання самотності, домінуванні дифузного виду самотності, відсутності образу «Я – самотня людина», позитивній оцінці переживання самотності, бажанні усамітнитися та у підвищенні бажання самоактуалізуватися. Пасивна форма переживання самотності презентується низьким показником переживання самотності, переживанням відчужуючого виду самотності, домінуванням образу «Я – самотня людина», позитивною оцінкою переживання самотності, бажанням усамітнитися та зниженням бажання самоактуалізуватися. Неефективна форма переживання самотності виявляється у високому показнику переживання самотності, переживанні дисоційованого виду самотності, домінуванні образу «Я – самотня людина», бажанні ізолюватися від інших, негативному ставленні до власних переживань та зниженні бажання самоактуалізуватися.

Отже визначено, що саме в середньому дорослому віці під час переживання самотності спостерігається підвищення показників самоактуалізації, особистісної зрілості та волевої саморегуляції. Такі результати свідчать про те, що саме в середньому дорослому віці переживання самотності виступає чинником самоактуалізації особистості.

ВИСНОВКИ

1. Здійснено загальнонауковий та загальнопсихологічний аналіз основних підходів до вивчення проблеми самотності. Теоретичний аналіз проблеми самотності свідчить про те, що дослідження даного феномену проводилося упродовж досить тривалого періоду, але лише в ХХ столітті виокремлено основні підходи щодо означеної проблематики (психодинамічний, феноменологічний, екзистенційний, соціологічний, інтеракційний, когнітивний, інтимний, теорія загальних систем). Головною суперечкою у вивченні самотності на сьогоднішній день є негативна та позитивна складові даного переживання.

У даному дослідженні термін «самотність» розглянуто як суб'єктивне переживання, що виявляється у добровільній або вимушеній неможливості людини задовольнити потребу у взаємодії, спілкуванні, інтимності та супроводжується широким спектром емоційних проявів.

2. На основі сучасних наукових досліджень проаналізовано зв'язок переживання самотності з самоактуалізацією особистості. Під час перебування в самотності людина може більш точно пізнати себе, свої можливості та розвинути свою особистість. Бажання усамітнитися може слугувати необхідною умовою самовдосконалення, саме активна позиція особистості до себе та власного життя можуть обумовлювати процес самоактуалізації.

Самоактуалізація особистості розуміється як процес реалізації індивідуальності людини, що відбувається через різні види активності (саморозвиток, самовираження, самоствердження, самореалізація) та має на меті удосконалення та розвиток можливостей, які відображають динамічні процеси особистості.

3. Розроблено теоретичну модель переживання самотності як цілісного утворення на основі принципів системного підходу. Модель відображає особливості організації переживання самотності у просторі 4 компонентів: когнітивного (забезпечує підготовчу функцію в переживанні самотності); емоційного (забезпечує оціночну функцію); поведінкового (забезпечує регулятивну функцію); мотиваційно-вольового (забезпечує стимулюючу функцію в переживанні самотності).

Емпірично підтверджено висунуту теоретичну модель переживання самотності. Отримані дані свідчать про існування тісних зв'язків між показниками компонентів структури переживання самотності. Єдина робота компонентів переживання самотності (як цілісного, системного явища) забезпечує підготовчу, оцінну, регулятивну та стимулюючу функції.

4. Встановлено психологічні особливості переживання самотності як показника самоактуалізації особистості:

Доведено, що оптимальним показником переживання самотності, що обумовлює бажання самоактуалізуватися, є середній, у меншій мірі високий та зовсім не обумовлює такого бажання низький показники переживання самотності. Визначено, що найбільш складними видами переживання самотності виявилися як відчужучий, так і дисоційований вид, оскільки саме ці види самотності суттєво пов'язані з підвищенням рівня самотності та зі зниженням показників самоактуалізації особистості.

Емпірично підтверджено припущення щодо існування зв'язку переживання самотності з прагненням досліджуваних до самоактуалізації. Показниками самотності, котрі обумовлюють бажання досліджуваних самоактуалізуватися, виступають: показник самотності (середній), домінуючий вид самотності (дифузний), особливості уявлень досліджуваних про переживання самотності (зниження показників когнітивного компоненту переживання самотності), емоційна оцінка власних переживань (підвищення показників емоційного компонента) та особливості поведінки в таких ситуаціях (підвищення показників поведінкового компонента).

Виявлена динаміка функціонування структури переживання самотності у досліджуваних різного віку. Саме у середньому дорослому віці підвищуються показники самоактуалізації, особистісної зрілості та вольової саморегуляції в

структурі переживання самотності. Отже, саме з віком переживання самотності виступає чинником самоактуалізації.

Виокремлено дві форми переживання самотності – «ефективну активну і пасивну» та «неефективну». Активна форма переживання самотності виявляється у середньому показнику переживання самотності, домінуванні дифузного виду самотності, відсутності образу «Я – самотня людина», позитивній оцінці переживання самотності, бажанні усамітнитися та у підвищенні бажання самоактуалізуватися. Пасивна форма презентується низьким показником переживання самотності, переживанням відчужуючого виду самотності, домінуванням образу «Я – самотня людина», позитивною оцінкою переживання самотності, бажанням усамітнитися та зниженням бажання самоактуалізуватися. Неефективна форма переживання самотності виявляється у високому показнику переживання самотності, переживанні дисоційованого виду самотності, домінуванні образу «Я – самотня людина», бажанні ізолюватися від інших, негативному ставленні до власних переживань та зниженні бажання самоактуалізуватися.

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

СПИСОК ПРАЦЬ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Гусейнова Н.О. Самотність як ресурс особистісного розвитку / Н.О. Гусейнова // Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди : Збірник наукових праць – 2014. – Вип. 31, дод. 4 : Міжнародні психолого-педагогічні питання : тем. вип. – Том I (9). – С. 132-138.

2. Гусейнова Н. О. Багатовимірність підходів до вивчення феномену самотності / Н. О. Гусейнова // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Київ, вид. Фенікс, 2014. – Том 11. – Вип.9. – С. 259-271.

3. Гусейнова Н. О. Дослідження явища самоактуалізації у психологічному дискурсі / Н. О. Гусейнова // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки, 2014. – Випуск 1. – Том 1. – С. 25-30.

4. Гусейнова Н. О. Зарубіжні та вітчизняні дослідження переживання самотності / Н. О. Гусейнова // Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка : Психологія особистості. – Київ, 2014. – Том 11. – Вип. 11. – Ч. 1. – С. 277-284.

5. Гусейнова Н. О. Теоретико-методологічне обґрунтування емпіричного дослідження зв'язку переживання самотності з показниками самоактуалізації особистості / Н. О. Гусейнова // International scientific-practical conference of teachers and psychologists : materials of proceedings International Scientific and

Practical Congress. – Geneva (Switzerland), the 17-18th of February, 2015. – P. 57-64.

6. Олейник Н. О. Внутрішня організація переживання самотності / Н. О. Олейник // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, Budapesht? III (34), Issue: 69, 2015. – P. 83-86.

АНОТАЦІЇ

Олейник Н. О. Переживання самотності як чинник самоактуалізації особистості. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Одеський національний університет ім. І.І.Мечнікова, Одеса 2016.

Дисертаційне дослідження присвячено теоретико-емпіричному вивченню переживання самотності як чинника самоактуалізації особистості.

Запропоновано та емпірично перевірена структурно-функціональна модель переживання самотності, що функціонує як цілісне, динамічне утворення та складається з таких компонентів, як когнітивний, емоційний, поведінковий та мотиваційно-вольовий.

Робота містить теоретичне обґрунтування, методичні засади та результати емпіричного дослідження, в ході якого було визначено особливості внутрішньої організації переживання самотності у осіб з різним показником переживання самотності і у досліджуваних з різним видом самотності. Визначення динамічних особливостей організації структури переживання самотності дозволило встановити, що саме у середньому дорослому віці переживання самотності виступає чинником самоактуалізації особистості.

На основі проведеного дослідження підтверджено припущення щодо існування зв'язку переживання самотності з прагненням досліджуваних до самоактуалізації. Показниками переживання самотності, що обумовлюють процес самоактуалізації досліджуваних, виявилися: знижені показники когнітивного та мотиваційно-вольового компонентів, підвищені показники емоційного та поведінкового компонентів структури переживання самотності.

Ключові слова: внутрішня організація переживання самотності, самотність як чинник самоактуалізації особистості, середній дорослий вік, структура переживання самотності, структурно-функціональна модель.

Олейник Н. О. Переживание одиночества как фактор самоактуализации личности. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – общая психология, история психологии. – Одесский национальный университет им. И. И. Мечникова, Одесса 2016.

Диссертационное исследование посвящено теоретико-эмпирическому изучению переживания одиночества как фактора самоактуализации личности.

Предложена и эмпирически проверена структурно-функциональная модель переживания одиночества, которая функционирует как целостное,

динамическое образование и состоит из таких компонентов, как когнитивный (обеспечивает подготовительную функцию в переживании одиночества), эмоциональный (обеспечивает оценочную функцию), поведенческий (обеспечивает регулятивную функцию) и мотивационно-волевой (обеспечивает стимулирующую функцию в переживании одиночества).

Работа содержит теоретическое обоснование, методические принципы и результаты эмпирического исследования, в ходе которого были выявлены особенности внутренней организации переживания одиночества у лиц с различным показателем переживания одиночества и у испытуемых с разным видом одиночества. Оптимальным показателем переживания одиночества, который обуславливает желание самоактуализироваться, определен средний, в меньшей степени высокий и совсем не обуславливает такого желания низкий показатели переживания одиночества. Определено, что наиболее сложными видами переживания одиночества оказались как отчуждающий, так и диссоциированный, поскольку именно эти виды одиночества существенно связаны с повышением уровня одиночества и снижением показателей самоактуализации личности. Наиболее продуктивным видом переживания одиночества определен диффузный, доминирование данного вида одиночества позитивно связано с показателями самоактуализации личности.

Определение динамических особенностей организации структуры переживания одиночества позволило установить, что именно в среднем взрослом возрасте переживания одиночества выступает фактором самоактуализации личности.

На основе проведенного исследования подтверждено предположение о существовании связи переживания одиночества со стремлением испытуемых к самоактуализации. Показателями переживания одиночества, которые обуславливают процесс самоактуализации испытуемых, оказались: сниженные показатели когнитивного и мотивационно-волевого компонентов, повышенные показатели эмоционального и поведенческого компонентов структуры переживания одиночества.

Ключевые слова: внутренняя организация переживания одиночества, одиночество как фактор самоактуализации личности, средний взрослый возраст, структура переживания одиночества, структурно-функциональная модель.

SUMMARY

Oleynik N.O. The experience of loneliness as the self-actualization factor of personality. – On the Rights of the manuscript.

Dissertation on gaining scientific degree of candidate of psychological sciences on the specialty 19.00.01 – general psychology, history of psychology. – Odessa National University. I.I.Mechnikov, Odessa 2016.

The thesis deals with the theoretical and empirical study of the experiences of loneliness as the self-actualization factor of personality.

Proposed and empirically tested structural and functional model of the experience of loneliness that functions as an integral, dynamic formation and consists of such components as cognitive, emotional, behavioral, and motivational-volitional.

The work contains theoretical studies, methodological foundations and the results of the empirical research, which identified features of the internal organization of the experiences of loneliness among persons with different levels of the experience of loneliness and with different kind of loneliness. Determination of dynamic characteristics of the organization structure of the experience of loneliness has allowed to establish that the experience of loneliness in the middle adulthood is the self-actualization factor of personality.

Based on the conducted research it is confirmed that there is the connection between the experience of loneliness and the desire of subjects for self-actualization. Indicators of the experience of loneliness, causing the process of self-actualization of the subjects, were: reduced rates of cognitive and motivational-volitional component, increased rates of emotional and behavioral components of the structure of the experience of loneliness.

Keywords: internal organization of the experience of loneliness, loneliness as the self-actualization factor of personality, the middle adulthood, structure of the experience of loneliness, structural-functional model.

