

# САМООТНОШЕНИЕ ЛЮДЕЙ, СУБЪЕКТИВНО ПЕРЕЖИВАЮЩИХ ЧУВСТВО ОДИНОЧЕСТВА

**КАЦЕРО Анжелика Александровна**

кандидат психологических наук

доцент кафедры специальной психологии, дефектологии и социальной работы

Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого

г. Тула, Россия

В статье определена актуальность и представлен теоретический анализ проблемы одиночества: неоднозначности трактовки смысла его переживания и роли в развитии личности. Показано, что субъективное переживание одиночества напрямую не обуславливает самоотношение молодых людей в период активного раскрытия жизненного потенциала.

**Ключевые слова:** самоотношение, чувство одиночества, личность, молодость, депрессивность.

На протяжении столетий изучением проблемы одиночества занимались и продолжают заниматься философы, богословы, писатели, ученые. Почти в каждом из направлений психологической науки можно найти связанные с одиночеством концепции, теории, гипотезы, модели. Широкое распространение явления одиночества на современном этапе развития общества определяет необходимость исследования данного феномена в контексте самоотношения личности на различных возрастных этапах [1; 4].

Целью данной работы являлся поиск ответа на вопрос: связано ли субъективное переживание одиночества в молодости с самоотношением?

Теоретико-методологическими основаниями послужили: гуманистический подход Карла Роджерса, согласно которого предпосылкой для появления чувства одиночества становится феноменологическое несовпадение представления о своем Я. Одиночество в этой теории выступает формой проявления низкой адаптации (приспособляемости) личности [3]; теория экзистенциального смысла

одиночества Д.А. Леонтьева: «Дифференциально-антропологический аспект одиночества проявляется в том, что будучи для одних желательным ресурсом, создающим условия для аутокоммуникации и личностного роста, для других, не обнаруживающих в самих себе мотивацию и ресурсы саморазвития, оно служит лишь источником экзистенциальной тревоги и скуки» [2]. Автор указывает на двойственную природу одиночества и различные возможности индивидов использовать это переживание как ресурс эффективного развития. Учитывалось, что молодость – это период решения личностью нескольких задач, приводящих к новообразованию (социальной зрелости) путем раскрытия жизненного потенциала, личностно-смысловой перестройки [5, с. 23].

Проведенный теоретический анализ позволил сделать следующее предположение: самоотношение в молодом возрасте напрямую не взаимосвязано с субъективным переживанием одиночества и повышенным уровнем депрессивности.

В проведенном констатирующей эксперименте были использованы: Тест-опросник самоотношения (ОСО) В.В. Столина и С.Р. Пантелеева; Методика оценки одиночества (Д. Расселл, Л. Пепло, М. Фергюсон); методика В.А. Жмурова, направленная на выявление оценки депрессивных состояний. Испытуемые: 50 человек в возрасте 20-25 лет, 25 женщин, 25 мужчин.

Приведем полученные в исследовании данные:

1. Среди респондентов с низким уровнем субъективного ощущения одиночества (54 %) у большей части наблюдается полное отсутствие депрессивных тенденций, а также частично минимальная депрессия – гипотимия. У респондентов со средним уровнем субъективного ощущения одиночества (20%) наблюдается легкая депрессия - дисфория, а с высоким (26%) - умеренная депрессия, растерянность. Количественный анализ не может подтвердить вывод о том, что с повышением уровня субъективного ощущения одиночества повышается и уровень депрессии. Уровень одиночества и уровень депрессии у испытуемых не взаимосвязаны.

2. Анализ результатов исследования самоотношения показал: молодым людям свойственен пониженный уровень самоуважения (60 % респондентов). В

самоуважение также включаются такие характеристики как, самопонимание, самоуверенность. В тоже время у половины респондентов характеристики аутосомии достаточно хорошо выражены, что говорит об одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку. Другая половина (50%) имеют низкие баллы по данной шкале, это свидетельствует о неприятии собственного Я, как потенциального партнера для общения, присутствует не уверенность в интересе себя для других.

По шкале «ожидаемое отношение от других» выше показатели получили мужчины, чем женщины ( $t=-1,83$ ,  $p\leq 0,05$ ); следовательно, мужчины имеют больше отражающих ожиданий позитивного или негативного отношения к себе окружающих. По шкале «самоинтерес» более высокие показатели получили женщины ( $t=2,9$ ,  $p\leq 0,01$ ). Они более других интересуются своим внутренним миром и верят, что интересны другим людям. Женщины также больше внимание уделяют взаимоотношениям с другими людьми. ( $t=2,97$ ,  $p\leq 0,01$ ).

3. У молодых людей, которые имеют *высокий уровень субъективного ощущения одиночества* (13 человек, 26%), самоотношение характеризуют: высокие значения по шкале «интегральное чувство «за» или «против» собственного «Я» присущи 80% испытуемым, средние оценки отмечаются у 20% респондентов; высокий уровень самоуважения – у 40% (средний 50%, низкий 10%); аутосимпатия высокой степени – у 20% (средняя – 50%, а низкая 30%); «ожидаемое отношение от других» отмечено высокими показателями у 70% (соответственно средние – 10, низкие -20%); высокий самоинтерес присущ 30% респондентам (ср.у. 50%, н.у.20%); самоуверенны в высокой степени 70% (ср.у.30%, н.у. - 0); у всех низкая выраженность установки на действия в отношении других и самопринятие; саморуководство присуще 50% в высокой степени (ср.у.40%, н.у. 10%); у всех средняя выраженность установки на самообвинение, самоинтерес, самопонимание.

Лиц, имеющих *средний уровень переживания одиночества* (10 человек, 20%), характеризуют: высокие значения по шкале «интегральное чувство «за» или «против» собственного «Я» - 65% (ср.у. 35% ); высокое самоуважение – у 30% (ср.у. 50%, н.у. 20%); аутосимпатия высокого уровня у 50% испытуемых



	0,21 854 8	- 0,28 85	0,02 364 8	0,01 725 1	0,04 909 5									
1						1								
	- 0,04 512	0,23 105 2	- 0,10 142	0,04 537 4	0,03 323 5	- 0,09 816								
2						1								
	0,15 110 9	- 0,10 582	0,26 863 3	- 0,09 295	0,06 927 8	0,22 254 2	- 0,53 994							
3						1								
	- 0,24 41	- 0,13 852	0,23 234 4	- 0,01 86	- 0,00 806	- 0,05 844	- 0,02 146	3,8 Е-						
4								1						
	0,12 570 1	- 0,19 665	- 0,36 755	- 0,17 286	0,10 886 6	0,01 898 5	0,17 684 3	- 0,07 059	- 0,13 422					
5								1						
	- 0,11 161	- 0,25 416	- 0,10 631	- 0,07 371	- 0,05 753	- 0,13 664	- 0,18 548	0,07 746 4	0,19 449 5	- 0,00 837				
6														
	- 0,17 764	- 0,14 216	0,00 107 2	- 0,02 584	- 0,33 855	- 0,02 876	- 0,22 045	0,14 739 5	0,09 891 6	- 0,09 971	0,07 946 2			
7														
оди- ноче- ство	0,10 006 5	- 0,03 874	- 0,19 381	0,03 520 3	0,19 318 8	0,16 704 5	0,02 465 9	0,17 729 5	- 0,06 527	0,14 351 8	0,03 875 4	0,1 837 6		1
де- прес- сия	- 0,15 317	- 0,14 631	- 0,02 827	- 0,13 195	0,12 588 8	0,07 716 6	0,17 055 7	0,02 541 2	0,03 994 7	0,00 054 1	0,19 634 8	0,0 166 7	0,204 79	1

Анализ полученных результатов показал, что взаимосвязи между уровнем одиночества, уровнем депрессии, показателями самоотношения в ходе исследования не обнаружено. Таким образом, можно утверждать, что субъективное переживание одиночества напрямую не коррелирует с особенностями самоотношения молодых людей в период активного раскрытия жизненного потенциала.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1.Крюкова Т.Л. Психология совладания с одиночеством // Психологические исследования. – 2016. – Т. 9, № 49. – С. 1. - URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.02.2025)

2.Леонтьев Д.А. Экзистенциальный смысл одиночества // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. – 2011. – № 2 (19). – С. 101–108.

3. Прохорова М. В. Концептуальные особенности изучения феномена одиночества // Вестник ВятГУ. – 2010. – №4. – С. 68-75.

4. Фаррахов А.Ф. Социальные факторы, вызывающие чувство одиночества у молодых людей // Вестник ЧГПУ им. И.Я. Яковлева. – 2013. – №3 (79). – С. 168-173.

5. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: ИЦ «Академия», 2002. – 208 с.

## **THE VERY ATTITUDE OF PEOPLE SUBJECTIVELY EXPERIENCING A FEELING OF LONELINESS**

**KATSERO Anzhelika Aleksandrovna**

Candidate of Psychological Sciences

Associate Professor of the Department

of Social Development and Social Development

Tula State Pedagogical University named after L.N. Tolstoy

Tula, Russia

The article defines the relevance and presents a theoretical analysis of the problem of loneliness: the ambiguity of the interpretation of the meaning of its experience and the role in the development of personality. It is shown that the subjective experience of loneliness does not directly determine the self-attitude of young people during the period of active disclosure of life potential.

**Keywords:** self-attitude, feeling of loneliness, personality, youth, depressiveness.