

ПРАКТИКА ИЗУЧЕНИЯ ФЕНОМЕНА ОДИНОЧЕСТВА В ПСИХОЛОГИИ

Кочнева Е.М., Рыбкина В.С.

В статье приводятся данные теоретико-эмпирического исследования феномена «одиночество» на выборке респондентов в возрасте 15-19 лет. Методы исследования данной статьи определяются спецификой темы исследования. В статье используются методы теоретического изучения научных публикаций по рассматриваемой проблеме, а также проведен анализ научных работ отечественных авторов, представленных в электронной библиотеке диссертаций. Отбор публикаций производился по ключевым словам: одиночество, отчуждение, изолированность, уединение, подростки, подростковый возраст, юношеский возраст. Проблемное поле исследования определено повышенным интересом и вниманием к феномену «одиночество» со стороны специалистов разной профессиональной направленности (психологи, педагоги, философы, социологи, медики), которые предпринимают попытки обобщить известные отечественные и зарубежные работы по рассматриваемой проблеме, представить целостное понимание феномена «одиночество», выделить теоретико-методологические основы исследований данной проблемы, описать представления о возрастных закономерностях проживания и переживания одиночества. Целью настоящей статьи явилось представление материалов эмпирического изучения показателей, характеризующих феномен «одиночество». В эмпирической части настоящего исследования были использованы методики: методика «Экспресс диагностика уровня социальной изолированности личности» Д. Рассела и М. Фергюссона, которая дала возможность обозначить выраженности степени социальной изолированности личности, методика «Опросник для определения вида одиночества» С.Г. Корчагиной, которая позволила определить глубину переживания одиночества и какой вид одиночества (диффузное, отчуждающее, диссоциированное или состояние одиночества без определенного вида) переживается респондентами, ассоциативный тест и пиктограмма.

В статье представлены данные, характеризующие выраженность глубины переживания одиночества, преобладание вида и типа переживаемого одиночества, результаты сопоставления индивидуальных показателей по всем методикам.

Ключевые слова: одиночество, отчуждение, изолированность, уединение, подростки, подростковый возраст, юношеский возраст, практика изучения.

THE PRACTICE OF STUDYING THE PHENOMENON OF «LONELINESS» IN PSYCHOLOGY

Kochneva E.M., Rybkina V.S.

The article presents data from a theoretical and empirical study of the phenomenon of «loneliness» on a sample of respondents aged 15-19 years. The research methods of this article are determined by the specifics of the research topic. The article uses the methods of theoretical study of scientific publications on the problem under consideration, and also analyzes the scientific works of domestic authors presented in the electronic library of dissertations. The selection of publications was made according to the keywords: loneliness, alienation, isolation, solitude, teenagers, adolescence, adolescence. The problematic field of research is determined by the increased interest and attention to the phenomenon of «loneliness» on the part of specialists of various professional orientations (psychologists, teachers, philosophers, sociologists, physicians), who are making attempts to generalize well-known domestic and foreign works on the problem under consideration, to present a holistic understanding of the phenomenon of «loneliness», highlight the theoretical and methodological foundations of research on this problem, describe ideas about the age patterns of living and experiencing loneliness. The purpose of this article was to present the materials of an empirical study of indicators characterizing the phenomenon of «loneliness». In the empirical part of this study, the following methods were used: the method «Express diagnostics of the level of social isolation of a person» by D. Russell and M. Fergusson, which made it possible to indicate the severity of the degree of social isolation of a person, the method «Questionnaire for determining the type of loneliness» by S.G. Korchagina, which made it possible to determine the depth of the

experience of loneliness and what type of loneliness (diffuse, alienating, dissociated or a state of loneliness without a specific type) is experienced by the respondents, an associative test and a pictogram.

The article presents data characterizing: a) the severity of the depth of experiencing loneliness, the predominance of the type and type of experienced loneliness, b) the results of comparing individual indicators for all methods.

Key words: loneliness, alienation, isolation, solitude, adolescents, adolescence, adolescence, study practice.

Введение

Феномен «одиночество» на протяжении последних трех десятилетий вызывает стойкий интерес у философов, социологов, психологов, педагогов. Ученые разных научных направлений предпринимают попытки обобщить известные отечественные и зарубежные работы по рассматриваемой проблеме, представить целостное понимание феномена «одиночество», выделить теоретико-методологические основы исследований данной проблемы, а также связно описать представления о возрастных закономерностях проживания и переживания одиночества.

Историко-теоретический экскурс, проведенный И.М. Слободчиковым, позволил обозначить четыре периода изучения феномена «одиночество» в науке и практике. Первый период характеризуется отрывочными представлениями об одиночестве на уровне рассуждений в литературе. Обозначенный период продолжался, по мнению И.М. Слободчикова, «с момента, условно говоря, существования человека до первых публикаций статей европейских философов». Второй период связывают с началом XIX века до начала XX столетия. В этот период формируются философские основы изучения одиночества, также наблюдается внимание к рассматриваемому феномену со стороны литераторов (И.А. Бунин, Э.Золя, Ф.М. Достоевский, С.П. Щипачев и др.). Третий период характеризуется повышенным интересом к феномену «одиночество» со стороны психологов и представителей социальных наук и совпадает с концом 30-х–серединой 80-х г. XX столетия. В этот период публикуется достаточно большое количество «произведений художественной литературы, центральной темой которых является одиночество (А.Камю, Г. Гессе, Э.М. Ремарк, Г.Г. Маркес и др.)», а также работы отечественных и зарубежных философов, психологов, социологов (Н.А. Бердяев, М. Бубер, Э. Фромм и др.). Четвертый период, по мнению И.М. Слободчикова, берет начало со второй половины 80-х г. XX в. и продолжается до наших дней [19].

В этимологическое пространство понятия «одиночество» ученые чаще всего относят такие термины как «отчуждение», «изоляция», «уединение» (С.А. Ветров, О.Б. Долгинова, Е.А. Мазуренко, Н.А. Николаева, С.Г. Трубникова и др.).

Слово «одиночество», по мнению В.В. Виноградова, появилось в XI-XII вв. в древнерусском письменном языке, именно в произведениях того времени были обнаружены первые его упоминания [2, с. 29].

Проведя психологический дискурс относительно термина «одиночество» О.В. Каштанова отмечает, что в энциклопедических изданиях и словарях приводятся не столько определения самого понятия «одиночество», сколько некие отклонения, возможно даже серьезные [6].

Так в толковом словаре русского языка С.И. Ожегова и Н.Ю. Шведова одиночество определено как «состояние одинокого человека», в свою очередь «одиноким – это человек отделенный от других, подобных, без близких, или человек, не имеющий семьи, или событие/действие происходящее без других, в отсутствие других» [1, с. 457].

В психологическом энциклопедическом словаре одиночество определяется как «эмоционально-негативное состояние человека, находящегося в изоляции от других людей, тягостное переживание разрыва непосредственных социальных связей, сопровождающееся повышенным уровнем тревожности, депрессией и вегетативными сдвигами» [5].

В словаре практического психолога «одиночество» трактуется как условие изоляции, в котором находится человек, а в психологическом словаре под ред. Гуревича, одиночество понимается как некая обездоленность личности ввиду возникшего жизненного дискомфорта [13].

Все это свидетельствует о том, что до настоящего времени в терминологическое поле понятия «одиночество» включаются слова и словосочетания, имеющие в основном отрицательную коннотацию.

Проблемное поле настоящего исследования определено повышенным интересом и вниманием к феномену «одиночество» со стороны специалистов разной профессиональной направленности и отсутствием единого подхода к сущностному и терминологическому пониманию слова «одиночество».

Материалы и методы

Целью проведенного исследования явилось теоретическое изучение научных работ по проблеме одиночества и выявление практик, используемых в процессе эмпирического изучения феномена «одиночество».

Пилотажное исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО НГПУ им. К. Минина. В нем приняли участие 32 студента первокурсника.

Методы исследования данной статьи определяются спецификой темы исследования. В статье используются методы теоретического изучения научных публикаций по рассматриваемой проблеме, проиндексированных в реферативной базе данных Elibrary за последние десять лет, а также проведен анализ научных работ отечественных авторов, представленных в электронной библиотеке диссертаций [22]. Отбор публикаций производился по ключевым

словам: одиночество, отчуждение, изолированность, уединение, подростки, подростковый возраст, юношеский возраст.

В эмпирической части настоящего исследования были использованы методики: методика «Экспресс диагностика уровня социальной изолированности личности» (Д. Рассел, М. Фергюссон), методика «Опросник для определения вида одиночества» (С.Г. Корчагина), ассоциативный тест и пиктограмма.

Результаты исследования

Теоретический анализ известных современных исследований одиночества показал, что данный феномен в подростковом и юношеском возрасте в настоящее время становится нарастающим по своей остроте явлением, которое требует более детального изучения.

За последние двадцать с лишним лет в психологии проведены исследования, в которых, были изучены:

- одиночество и отчужденность в подростковом и юношеском возрасте, генезис, виды и проявления одиночества, понимание и переживание изолированности в юношеском возрасте, социально-психологические факторы переживания одиночества (С.Л. Вербицкая, О.Б. Долгинова, Н.А. Николаева, С.Г. Трубникова) [22],
- позитивные аспекты переживания одиночества в подростковом возрасте и особенности его переживания студентами ССУЗ, одиночество как психический феномен и ресурс развития личности в юношеском возрасте, «образ Я» и представление о сверстнике у подростка, переживающих одиночество (Е.Н. Заворотных, А.Р. Кирпиков, С.В. Малышева, И.Р. Муртазина, Е.В. Неумоева, А.В. Редина, Г.Р. Шагивалеева) [23],
- социально-педагогическое прогнозирование одиночества как средство предупреждения дезадаптивного поведения подростков, взаимозависимость девиантного поведения и состояния одиночества в подростковом возрасте, психологические особенности одиночества у подростков с разной социальной направленностью (Е.Е. Рогова, Л.Э. Семенова, Т.А. Серебрякова, И.М. Слободчиков, Р.В. Шмелев) [15, 17, 19],
- переживание одиночества как фактор развития личностного потенциала студентов-первокурсников, одиночество и его связь с функциями «Я», феноменология социально-психологического одиночества в среде студенческой молодежи и типы переживания одиночества в контексте психологического здоровья девушек-студенток (А.А. Аратамонова, С.В. Бакалдин, Е.А. Манакова, Е.В. Филиндаш) [22],
- субъектность личности как условие преодоления одиночества в подростковом возрасте, ситуационные, личностные детерминанты и типы одиночества подростков и позитивное уединение: личностные предпосылки и феноменологические характеристики (С.А. Ишанов, Е.М. Коротеева, О.А. Третьякова) [22],

– отношение к одиночеству: поведенческие стратегии как ресурсы преодоления (Г.А. Вартанян, И.Р. Муртазина, М.Д. Петраш, О.Ю. Стрижицкая, А.В. Щукин) [9, 12].

Практика исследований феномена «одиночество» представлена в основном психодиагностическим тестированием. Исследователи используют чаще всего известные к настоящему времени психодиагностические опросники:

✓ методика «Экспресс диагностика уровня социальной изолированности личности» Д. Рассела и М. Фергюссона, которая позволяет обозначить выраженность степени социальной изолированности личности [23],

✓ методика «Опросник для определения вида одиночества» С.Г. Корчагиной, которая позволяет определить глубину переживания одиночества и какой вид одиночества (диффузное, отчуждающее, диссоциированное или состояние одиночества без определенного вида) переживается респондентами [23],

– методика «Опросник переживания одиночества» Е.А. Манаковой, которая содержит шкалы (переживание одиночества как негативного чувства, отрицание переживания одиночества, переживание одиночества как временного вынужденного явления, одиночество как результат страха брать ответственность за других, духовное одиночество как отсутствие поддержки, понимания, физическое одиночество вследствие собственной непривлекательности), позволяющие определить тип переживаемого одиночества [8],

– методика «Дифференциальный опросник переживания одиночества ДОПО-3» полная и сокращенные версии Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева, которая позволяет определить экзистенциальные представления об отношении личности к одиночеству и получить данные по шкалам: изоляция, самоощущение, отчуждение, дисфория, проблемное одиночество, потребность в компании, радость уединения, ресурс уединения, общее переживание одиночества, зависимость от общения, позитивное одиночество [10].

В рамках данной статьи мы представляем результаты изучения особенностей переживания одиночества, его глубину, вид и уровень социальной изолированности.

Анализ полученных результатов по методикам С.Г. Корчагиной и Д.Рассела/М.Фергюссона показал, что все респонденты в той или иной степени переживают состояние одиночества (Таблица 1-2).

Таблица 1.

ВЫРАЖЕННОСТЬ ГЛУБИНЫ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА ($n=32$) (%)

Наименование уровня глубины переживания одиночества	Выраженность показателя
Неглубокое переживание возможного одиночества	39
Глубокое переживание актуального одиночества	58
Очень глубокое переживание одиночества, погруженность в это состояние	3

Таблица 2.

ВЫРАЖЕННОСТЬ * ВИДА ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА ($n=32$) (%)

Уровень	диффузное одиночество	отчужденное одиночество	диссоциированное одиночество	одиночество без определенного вида
ниже ($X_{cp} \pm S_x$)	26	3	23	16
($X_{cp} \pm S_x$)	58	94	48	68
выше ($X_{cp} \pm S_x$)	16	3	29	16

*Примечание: для распределения результатов по уровням, были по каждой шкале рассчитаны средние значения (X_{cp}) и стандартные отклонения (S_x).

Кроме указанных методик изучения одиночества, нами были использованы две методики: ассоциативный тест и пиктограмма.

Ассоциативно-синонимический ряд слов и словосочетаний на термин «одиночество» в среднем составил 13 слова от респондента, разброс от 5 до 25 и $R=20$. Всего мы проанализировали 434 слова/словосочетания, среди которых можно выделить высокочастотные и низкочастотные слова, а также слова/словосочетания с позитивной, нейтральной и негативной коннотацией (Таблица 3).

Таблица 3.

АССОЦИАТИВНО-СИНОНИМИЧЕСКИЙ РЯД СЛОВ И СЛОВСОЧЕТАНИЙ НА ТЕРМИН «ОДИНОЧЕСТВО»

наименование классификатора	высокочастотные слова ($m \geq 6$)	низкочастотные слова ($m=1$)	
количество слов/словосочетаний	13	181	
примеры ассоциаций	грусть (55%), тоска (29%), отсутствие чего-либо (26%), депрессия (24%), слезы, тишина, пустота (21%), печаль, боль (18%), страх, нет общения, спокойствие, уединение (16%)	крест, суицид, клоун, душа, отдых, хобби, скромность, болезнь, музыка, закрытость, потерянности и т.д.	
наименование классификатора	слова с позитивной коннотацией	слова с нейтральной коннотацией	слова с негативной коннотацией
количество слов/словосочетаний	18	58	105
примеры ассоциаций	отдых, продуктивность, наслаждение, чистота, стойкость, умиротворенность, благодать и т.п.	прогулки, стихи, лампа, чай, картинки, странник, фильм, перемены, поиск и т.п.	глупость, заброшенность, отчаяние, токсичность, покинутость, отверженность и т.п.

Пиктограмма, как правило, используется для изучения свойств памяти. Мы данную методику использовали для получения зарисовок респондентов на слово «одиночество» и слова, которые можно отнести к понятийно-терминологическому пространству понятия «одиночество».

Для чистоты эксперимента мы включили в список слов-стимулов слова, относящиеся к высокочастотным словам и словосочетаниям, которые были получены в процессе ассоциативного теста. Всего респондентам было предъявлено 12 слов-стимулов. Далее были проанализированы зарисовки респондентов на слова-стимулы.

В целом следует отметить схематичность зарисовок и отсутствие прорисовок деталей. Зарисовки на стимул «одиночество» мы условно объединили в четыре группы: «человек в толпе» (32%), «человек в замкнутом пространстве» (39%), «неопределенность» (21%) и «пустота» (8%).

Обсуждение и заключение

Сопоставление индивидуальных результатов респондентов по методикам С.Г. Корчагиной и Д.Рассела/М.Фергюссона показало, что:

- а) у 19% наблюдаются повышенные результаты по шкалам диффузное, отчужденное и диссоциированное одиночество при высоких показателях социальной изолированности,
- б) у 26% респондентов повышенные результаты по шкалам диффузное, отчужденное и диссоциированное одиночество в сочетании с низкими и средними показателями по шкале социальной изолированности.

Следует отметить, что 16% респондентов из числа упомянутых выше, имея повышенные показатели выраженности вида переживания одиночества (диффузное, отчужденное и диссоциированное одиночество), показали высокие результаты по шкале «одиночество без определенного вида».

На наш взгляд, получив такие эмпирические данные, необходимо провести дополнительное измерение спустя некоторое время, используя другие методики.

Далее были сопоставлены индивидуальные результаты респондентов по методикам С.Г. Корчагиной, Д.Рассела/М.Фергюссона и результаты ассоциативного теста и пиктограммы.

Сопоставление индивидуальных результатов респондентов, показавших глубокое и очень глубокое переживание актуального одиночества, погруженность в это состояние, результаты по С.Г. Корчагиной, соответствующие определенному виду одиночества (диффузное, отчужденное и диссоциированное одиночество) и данные ассоциативного теста и пиктограммы, мы обнаружили, что:

- а) респонденты, переживающие состояние одиночества при написании ассоциаций на слово «одиночество» используют слова с негативной коннотацией,
- б) зарисовки на слово-стимул «одиночество» относятся к группам «человек в толпе» и «человек в замкнутом пространстве».

Таким образом, можно констатировать, что цель настоящего эмпирического исследования достигнута, исследовательские задачи решены. Дальнейшей перспективой в рамках

исследуемой проблемы для нас является изучение самоотношения как предиктора субъективного переживания одиночества в юношеском возрасте.

Список использованных источников

1. Большой экономический словарь. URL: https://big_economic_dictionary.academic.ru/1618/ (дата обращения: 21.01.2023).
2. Гизатуллина А.Г. Одиночество – дефицит открытости в ситуации изменений // Вестник Томского государственного университета. 2013, № 367. с. 136-138.
3. Дунаева Н.И., Егорова П.А. Сопrotивляемость личности трудностям в период обучения в дистанционном формате // Вестник Мининского университета. 2021. № 3. URL: <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2021-9-2-8> (дата обращения: 21.01.2023).
4. Еникеев М.И. Психологический энциклопедический словарь. – М.: Проспект, 2010. – 560 с.
5. Каштанова О.В. Терминологический анализ слова «одиночество» // Вестник Томского государственного университета. – 2014, № 389. с. 68-72. DOI: 10.17223/15617793/389/9
6. Малышева С.В. Одиночество у подростков и методы его измерения// Журнал «Вестник Московского университета». Серия 14. Психология. 2000 № 1, стр. 80-81.
7. Манакова Е.А. Опросник переживания одиночества // Сибирский психологический журнал. 2018, № 69. с. 149-171. DOI: 10.17223/17267080/69/9
8. Муртазина И.Р. Представления об одиночестве и особенности его переживания в разные периоды взрослости // Мир науки. Педагогика и психология. 2021 №3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/42PSMN321.pdf> (дата обращения: 21.01.2023).
9. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013. Т.10. № 1. С. 55-81.
10. Панкратова И. А., Рогова Е. Е. Взаимосвязь переживания чувства одиночества и компьютерной зависимости у подростков из полных и неполных семей // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021 №6. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/64PSMN621.pdf> (дата обращения: 21.01.2023).
11. Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Муртазина И.Р., Вартанян Г.А., Щукин А.В. Отношение к одиночеству: поведенческие стратегии как ресурсы преодоления // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2021. Том 11. № 4. С. 341–355. DOI: 10.21638/spbu16.2021.404 (дата обращения: 21.01.2023).
12. Психологический словарь / под общ. науч. ред. П.С. Гуревича. М. : ОЛМА Медиа Групп, ОЛМА ПРЕСС Образование, 2007. 800 с.

13. Редина А. В. Переживание одиночества и типологические особенности саморегуляции в процессе развития личности в раннем юношеском возрасте // Мир науки. Педагогика и психология. 2022 №2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/29PSMN222.pdf> (дата обращения: 21.01.2023).
14. Рогова Е. Е. Взаимосвязь одиночества и Я-концепции в подростковом возрасте // Мир науки. Педагогика и психология. 2021 №6. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN621.pdf> (дата обращения: 21.01.2023).
15. Рогов Е.И., Рогова Е.Е. Интернет-зависимость как стремление к одиночеству // Психология образования в XXI веке: теория и практика — URL: <https://psyjournals.ru/nonserialpublications/education21/contents/54915> (дата обращения: 21.01.2023).
16. Семенова Л. Э., Серебрякова Т. А., Белаш Н. И. Особенности Я-концепции подростков, воспитывающихся в условиях отцовской депривации // Вестник Мининского университета. 2019. № 2. URL: <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2019-7-2-11> (дата обращения: 21.01.2023).
17. Словарь практического психолога / составитель С.Ю. Головин. Минск: Харвест, М.: ООО «Издательство «АСТ», 2001. – 800 с.
18. Слободчиков И.М. Современные исследования переживания одиночества // Психологическая наука и образование. 2007. Том 12. № 3. С. 27–35. https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2007_n3/Slobodchikov (дата обращения: 21.01.2023).
19. Улыбышева И.Н. Особенности изучения одиночества у будущих педагогов // Мир науки. Педагогика и психология. — 2019. - №6. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/18PSMN619.pdf> (дата обращения: 21.01.2023).
20. Шабанова Т.Л., Тарабакина Л.В. Исследование эмоциональной зрелости у студентов педагогического вуза// Вестник Мининского университета. 2016 г.- № 1. URL: <https://www.minin-vestnik.ru/jour/article/view/219> (дата обращения: 21.01.2023).
21. Электронная библиотека диссертаций. URL: [dissertCat — электронная библиотека диссертаций и авторефератов, современная наука РФ, более 780 тысяч полных научных текстов кандидатских и докторских работ](#) (дата обращения: 21.01.2023).
22. Энциклопедия психодиагностики URL: <https://psylab.info> (дата обращения: 21.01.2023).

Кочнева Елена Михайловна, кандидат психологических наук, доцент, НГПУ им. К.Минина, Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: e.m.kocneva@yandex.ru, тел 89601710998

Рыбкина Виктория Сергеевна, студент НГПУ имени К.Минина, Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: viktoriyarybkina2002@mail.ru, тел.89108760276

Kochneva Yelena Mikhailovna, Ph.D. in Psychology, Associate Professor, NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, E-mail: e.m.kochneva@yandex.ru, тел 89601710998

Rybkina Victoria Sergeevna, student NSPU named after K. Minin, Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: viktoriyarybkina2002@mail.ru, тел.89108760276

19.00.07 Педагогическая психология
9 стр.