

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Организационная психология

(направленность (профиль)/специализация)

## ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания  
одиночества (на примере ГКУ «Комплексная безопасность»)

Обучающийся

Ю.А. Дородникова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

А.С. Абушик

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2024

## **Аннотация**

Бакалаврская работа рассматривает актуальную проблему изучения взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Целью работы является изучить характер взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества

В ходе работы решаются задачи: проанализировать теоретическую литературу по проблеме исследования; изучить особенности направленности личности; выявить уровень субъективного переживания одиночества; установить характер взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Бакалаврская работа основана на гипотезе, согласно которой существует взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества, а именно, направленность на общение и на себя положительно коррелирует с зависимостью от общения и позитивным одиночеством, а направленность на себя и на дело отрицательно коррелирует с общим переживанием одиночества и зависимостью от общения.

Бакалаврская работа имеет новизну, теоретическую и практическую значимость; состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (36), 2 приложений. Текст работы содержит 2 рисунка, 2 таблицы. Объём работы без приложения – 46 страниц.

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические аспекты изучения взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества .....	8
1.1 Понятие субъективного переживания одиночества в психологии.....	8
1.2 Направленность личности и ее виды в отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературе .....	20
1.3 Исследования взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.....	27
Глава 2 Эмпирическое исследование взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества .....	30
2.1 Организация и методики исследования .....	30
2.2 Результаты исследования направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества .....	32
2.3 Анализ взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества .....	38
Заключение.....	41
Список используемой литературы и используемых источников.....	43
Приложение А Результаты исследования.....	47
Приложение Б Результаты корреляционного анализа.....	48

## Введение

Одиночество как объективная психологическая проблема современности не теряет своей актуальности. Это связано с тем, что современный человек все больше замыкается в своем мире, даже если он ведет активную социальную жизнь и интенсивно ищет коммуникативные отношения, которые становятся все более вынужденными и поверхностными. Одиночество связано с переживанием ситуаций, которые субъективно воспринимаются как негативные, а высокий уровень тревожности может привести к тому, что человек субъективно воспринимает отсутствие общения как изоляцию и отвержение.

Одиночество может быть нарушением собственного выбора и обстоятельств и значимых социальных отношений, недостатком общения для удовлетворения потребности в принадлежности, сопричастности и любви. Переживание вынужденного одиночества негативно влияет на развитие личности, так как приводит к развитию острых эмоциональных реакций (тревога, дистресс, депрессия, деперсонализация), изменению сознания и самосознания, а также изменению индивидуальных и личностных характеристик человека.

Направленность – это один из аспектов, определяющих отношение человека к жизни. Изучение направленности человека позволяет нам понять движущие мотивы его поведения и определить его отношение к конкретным объектам и ситуациям. Структура личности состоит прежде всего в системной организации ее индивидуальности, выраженной в структуре личности и других компонентах. Характер является первым компонентом структуры личности – неотъемлемой частью ее внутриличностной подсистемы. Направленность личности и ее мотивационная сфера деятельности оказывают влияние на отношение к выполнению служебных обязанностей и работоспособность в целом.

Изучением направленности личности занимались такие ученые как Б.Г. Ананьев, А.А. Бодарев, Л.И. Божович, Б.И. Додонов, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн. Изучением субъективного переживания одиночества занимались следующие ученые Л.Н. Батищева, Е.А. Верчинская, А.В. Войтешонок, П.Г. Гасанова, В.В. Неклюдова, А.А. Шикина, М.М. Шубина, М.Б. Юлдашева.

Таким образом, нами было выявлено противоречие между необходимостью изучения взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества и недостаточностью исследований по данной проблеме.

Проблема исследования была сформулирована следующим образом: какова взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества?

Цель исследования: изучить характер взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Объектом исследования является субъективное переживание одиночества.

Предметом исследования является взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Гипотеза исследования заключается в том, что существует взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества, а именно, направленность на общение и на себя положительно коррелирует с зависимостью от общения и позитивным одиночеством, а направленность на себя и на дело отрицательно коррелирует с общим переживанием одиночества и зависимостью от общения.

Задачи исследования:

- проанализировать теоретическую литературу по проблеме исследования;
- изучить особенности направленности личности;
- выявить уровень субъективного переживания одиночества;

- установить характер взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества;
- проанализировать полученные данные и на их основе составить общее представление о характере взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Теоретико-методологическая основа исследования:

- исследования направленности личности (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодарев, Л.И. Божович, Б.И. Додонов, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн);
- исследования субъективного переживания одиночества (Л.Н. Батищева, Е.А. Верчинская, А.В. Войтешонок, П.Г. Гасанова, В.В. Неклюдова, А.А. Шикина, М.М. Шубина, М.Б. Юлдашева);
- исследования взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества у сотрудников (П.М. Козырева, А.И. Смирнов, М.А. Чевакина).

Методы исследования.

Теоретические методы – теоретический анализ научной и специальной литературы по теме исследования.

Эмпирические методы – психодиагностические методы:

- методика «Определение направленности личности» Б. Басса;
- дифференциальный опросник переживания одиночества (Е.Н. Осин и Д.А. Леонтьев).

Методы обработки эмпирических данных – анализ, интерпретация, качественная и количественная обработка данных, методы математической статистики – критерий ранговой корреляции Ч. Спирмена).

Экспериментальная база исследования. Государственное казенное учреждение Оренбургской области «Комплексная безопасность» г. Оренбург. В исследовании приняли участие 40 сотрудников организации (28 мужчин и 12 женщин).

Новизна исследования заключается в том, что установлены новые теоретические и эмпирические факты, раскрывающие понимание взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества у сотрудников ГКУ «Комплексная безопасность».

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что результаты исследования дополняют и обогащают имеющиеся данные по проблеме взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества у сотрудников.

Практическая значимость: материалы исследования характера взаимосвязи между направленностью личности и уровнем субъективного переживания одиночества могут быть использованы практическими психологами в работе с сотрудниками организаций.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (36 наименований), приложений.

# **Глава 1 Теоретические аспекты изучения взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества**

## **1.1 Понятие субъективного переживания одиночества в психологии**

В психологической науке сложились различные взгляды на понимание одиночества. Представители различных научных школ описывают различные причины и особенности переживания одиночества. В психодинамической теории Г. Салливан определял одиночества как «патологию, болезненное и всепроникающее состояние психики человека, связанное с неадекватной реализацией стремлений в межличностном общении» [28, с. 171].

Представитель гуманистического направления А. Маслоу под одиночеством понимали «результат уникальности человека как отдельного существа, особенности его внутренней природы, результат стремления к позитивному росту и самосовершенствованию, реализации потенциала и творчества» [17, с. 169]. По мнению психолога, у человека изначально имеется потребность в одиночестве. Это «нормальная, необходимая потребность человеку, который стремится к самопознанию, самосовершенствованию и собственной актуализации. Такое одиночество приобретает позитивный, конструктивный для личности характер. Истинное самопознание невозможно вне одиночества, но здесь важным является характер переживания данного состояния. При этом, характер одиночества обусловлен тем, как человек использует одиночество, какой смысл придает своим переживаниям, что выносит из них» [17, с. 175].

К. Роджерс полагал, что «субъект становится одиноким, когда, устранив охранительные барьеры на пути к собственному «Я», он думает, что ему будет отказано в контакте со стороны других. Уверенность в том, что истинное «Я» будет отвергнуто другими, держит людей замкнутыми в своем одиночестве. Страх быть отвергнутым другими людьми приводит к тому, что человек



придерживается своих социальных ролей и поэтому продолжает испытывать ощущение одиночества» [26, с. 157].

С позиции Э. Фромма одиночество предполагает «отсутствие одной из социальных потребностей – потребность в общении, связях с людьми, потребность в самоутверждении, привязанности и необходимость иметь объект поклонения. Психолог рассматривает ряд социальных потребностей, формирующих резко отрицательное отношение личности к одиночеству. Это потребность в общении, связях с людьми, потребность в самоутверждении, привязанности, потребность обладать самосознанием, потребность в системе ориентации и необходимость иметь объект поклонения» [32, с. 154].

Одиночество с точки зрения В. Франкла выступает «как дефицит смысла жизни. Согласно психологу, переживание смысла ситуации дает индивиду ощущение реальности, возможность «почувствовать себя живым». Из уникальных смыслов образуется аутентичное подлинное существование индивида. Его невозможно достигнуть один раз и навсегда, так как оно выступает в качестве процесса освобождения от любых модификаций. Потому ценность является процессом открытия смысла» [31, с. 184].

Р. Дамбар выделяет три различных измерения одиночества, связанных с интимной, реляционной и коллективной связью, которые соответствуют структуре личных социальных сетей индивида. Так, интимная связь измеряет чувство одиночества, отверженности и воспринимаемое отсутствие кого-то значимого. Реляционная связь относится к воспринимаемому наличию/отсутствию качественных дружеских или семейных связей и включает чувства знакомства, близости и поддержки. Коллективная связь измеряет чувство групповой идентификации и сплоченности и обычно относится к ценной социальной идентичности людей или активным сетям (например, группа, школа, команда или национальная идентичность), в которых они могут соединиться с похожими другими [1, с. 114].

Представители когнитивного подхода Э. Пепло и Д. Перлман под одиночеством понимали «неприятный опыт, возникающий, когда сеть

социальных отношений человека несовершенна в каком-то важном аспекте, количественном или качественном. Они доказали связь между глубинным одиночеством и низкой самооценкой. По их мнению, осознание собственного одиночества и фокусировка на нем внутренних переживаний, постоянное осмысление самого себя как актуально одинокого человека становятся факторами реализации этого явления в жизни человека. Здесь изучаются те рассогласования и противоречия по отношению к тем стандартам, которые выбраны индивидом в его личном опыте» [9, с. 174].

Дж. Фландерс считает, что «одиночество – это следствие нарушения механизма обратной связи, который помогает и индивиду, и социуму в целом сохранить оптимальный уровень человеческих контактов. По мнению автора, одиночество является приспособительным механизмом обратной реакции, которая имеет своей целью выведение индивида из текущего состояния дефицита общения и вводит его в более оптимальное состояние, отвечающее нормальному набору (по количеству и качеству) социальных связей и контактов. В то же время автор относит одиночество к патологическим состояниям, хотя и указывает на то, что оно имеет важное регулятивное значение» [8, с. 28].

Р. Вейс отмечает, что «одиночество – это сочетание или интеракция двух факторов – ситуативного и личностного. С одной стороны, некоторые индивиды имеют субъективно-личностную предрасположенность к одиночеству. С другой стороны, определенные социальные ситуации детерминируют возникновение одиночества. Сочетание в обоих аспектов сказывается на количестве взаимодействий личности с другими людьми, приводя либо к эмоциональному переживанию одиночества, либо к восприятию социальной изолированности» [9, с. 32].

Чувственное одиночество проявляется, когда человек испытывает нехватку близких психологических связей в отношениях, включая психологическую поддержку, любовь и близость. Это означает ощущение оторванности от людей и недостаток тех, кто искренне понимает,

поддерживает и находится рядом, когда это необходимо. Общественное одиночество возникает, когда человек чувствует недостаток связей в социальных контактах, включая общественную интеграцию и взаимодействие. Это означает потерю связей с окружающими людьми, недостаток тех, с кем можно пообщаться и провести время, а также недостаток тех, кто может оказать поддержку и быть рядом в трудные моменты [9, с. 33].

Одиночество возникает из-за отсутствия или потери значимых взаимоотношений, что часто сопровождается неудовлетворенностью от недостатка признания и адаптации. Общественное одиночество отражает осознание недовольства качеством взаимоотношений и расхождение между реальным и желаемым количеством и качеством общественного взаимодействия.

В отличие от эмоционального или социального одиночества, «экзистенциальное одиночество определялось как чувство принципиальной отделенности от других и более широкого мира, а не просто как отсутствие значимых отношений и негативного эмоционального опыта. Участники описывали это как чувство, которое возникало, когда важные другие люди отсутствовали из-за той или иной формы психологического отвержения или отсутствия, или, когда люди чувствовали себя забытыми жизненными событиями, такими как смерть или развод, или переживаниями физическое или умственное снижение, или ограничения из-за болезни, травматического опыта, старения и ощущения собственной смертности» [9, с. 36].

Исследования показали, что «экзистенциальное одиночество может ощущаться и в присутствии других как чувство оторванности от группы. В таких ситуациях экзистенциальное одиночество переживается людьми из-за неправильного понимания, психологической и эмоциональной отстраненности и, более глубоко, как восприятие существования без других людей» [16, с. 272].

Экзистенциальное одиночество не всегда воспринимается как негативный опыт. «Экзистенциальное одиночество может быть значимым,

если оно развивается как часть добровольного трансцендентного опыта. Такой направленный на себя и потенциально положительный опыт экзистенциального одиночества был определен как мощная сила для спокойствия и умиротворения, своего рода временный опыт подзарядки, принятый, когда люди чувствовали потребность на время разорвать человеческую связь. В то время как старость, слабость и неминуемая смерть чаще всего рассматриваются в контексте негативных чувств экзистенциального одиночества. Такой жизненный опыт способствует пониманию одиночества как баланса между одиночеством и значимыми человеческими связями, включающими как социальные, так и эмоциональные переживания, а также построение новых и доверительных отношений» [16, с. 273].

В своих работах Д.И. Янг «при классификации одиночества говорит о трех его формах:

- хроническое одиночество – появляется, если человек долгий промежуток времени ощущает, что ему не хватает социальных связей, для того чтобы удовлетворить свои потребности в общении и аффилиации;
- ситуативное одиночество появляется в стрессовой ситуации. Индивид ощущает себя одиноким, пока к нему не приходит осознание неизбежности данной ситуации;
- преходящее одиночество – типичная и широко распространённая форма одиночества, признаками которой являются кратковременный характер, не вызывающий тяжелых переживаний» [36, с. 19].

Такое понимание одиночества отражает его сущность как сугубо психологического феномена, связанного с отношением, оценкой и переживанием.

Белорусские ученые А.В. Войтешонок и А.А. Давидович выделяют два вида субъективного ощущения одиночества:

- межличностное одиночество – это «переживания, вызванные недостатком, в первую очередь, глубины социальных контактов. Оно характеризуется достаточно высоким уровнем осознанности и зависимости от восприятия человеком внешней ситуации межличностного взаимодействия;
- экзистенциальное одиночество – это совокупность переживаний, вызванных невозможностью полностью понять другого человека и быть понятым им» [6, с. 13].

Большинство современных исследователей одиночества связывают его с резко негативными эмоциональными переживаниями, разрушительным образом влияющими на личность. Вместе с тем, оно может носить позитивный эффект. Согласно С.Г. Корчагиной, как «субъективное внутреннее переживание одиночества становится признаком полного погружения человека в себя самого, может выступать как особая форма самосознания или самовосприятия. Одиночество проявляется как осознание человеком своей исключительности или неприятия другими» [14, с. 65].

По определению Д.А. Леонтьева одиночество представляет собой переживание собственной не вовлеченности в связи с другими людьми. Согласно автору, «принятие одиночества как экзистенциального факта открывает человеку возможность ценить ситуации уединения и использовать их как ресурс для аутокоммуникации и личностного роста. Неприятие или страх одиночества, напротив, приводят к избеганию уединения, постоянному поиску социальных контактов, что становится избеганием встречи человека с самим собой и препятствием» [15, с. 59].

Специфика субъективного ощущения одиночества в том, что «одиночество как субъективное переживание может быть присуще человеку, не ограниченному в контактах. Белорусские авторы А.С. Плотницкая, А.В. Гонга отмечают, что существует различие между одиночеством как переживанием и одиночеством как реальной социальной изоляцией. Один из способов видения одиночества - рассмотрение его как несоответствие между

необходимыми и достигнутыми уровнями социального взаимодействия. Поэтому одиночество как переживание является субъективным явлением; если человек думает, что он одинок, то он одинок» [23, с. 129].

Одиночество включает в себя, в первую очередь, неприятный психологический опыт воспринимаемой разобщенности, который связан с физическим, личным и социально-политическим контекстом и может быть всеобъемлющим или относиться к определенным отношениям. Одиночество по своей сути является субъективным опытом. В отличие от возраста, физиологических особенностей или других объективных явлений, одиночество можно окончательно оценить, только спросив человека, чувствует ли он себя одиноким [35, с. 223].

Переживание одиночества может включать чувство изоляции, оторванности, неприспособленности, непонимания и несоответствия окружающим социальным группам. Это также может быть связано с более глубоким чувством оторванности от мира, которое может быть экзистенциальным по своей природе. Переживание одиночества также часто было связано с трудным опытом общения с другими людьми, такими как отвержение и предательство [19, с. 461].

Одиночество присутствует на разных этапах жизни и, возможно, чаще всего в молодом и старшем возрасте. При этом, источники одиночества различаются на протяжении всей жизни в соответствии с изменениями социальных приоритетов и влияний. Переживание одиночества включает печаль, скуку, а также страх, пустоту, тревожные ощущения, безнадежность и чувство утраты. Иногда сообщалось о гневе и разочаровании по поводу переживания одиночества, а также вины [21, с. 118].

Одиночество связано с целым рядом когнитивных и перцептивных особенностей. Согласно Е.Ю. Плотниковой, это связано с мыслительными процессами, включая самообвинение, когда одиночество объяснялось их характеристиками или поведением. На самовосприятие также может влиять одиночество, заставляя людей чувствовать себя неполноценными.

Одиночество может повредить самооценке, которая также была причинным фактором одиночества, и вызвать презрение к себе. Также могут отмечаться представления о незавершенности и отсутствии смысла жизни. Одиночество может вызывать негативное мышление [22, с. 221].

Ощущение одиночества может быть вызвано различными условиями. Ключевыми факторами, влияющими на это чувство, являются индивидуальные черты личности и социальные связи. По мнению П.М. Козыревой, индивидуальное восприятие одиночества определяется как персональное чувство, которое формируется особенностями социальной среды и индивидуальными особенностями личности [12, с. 56].

Возраст не является определяющим фактором в появлении одиночества, поскольку это состояние может затронуть людей всех возрастов, и конкретные обстоятельства одиночества специфичны для разных возрастных групп. Одинокость встречается на протяжении всей жизни, чаще всего среди успешных и активных молодых и взрослых людей. Воздействие одиночества в разные периоды жизни может различаться. Экспериментальные данные о влиянии этого состояния на человека неоднозначны [12, с. 57].

Семейное положение играет значительную роль в ощущении одиночества. Мужчины и женщины, живущие в одиночестве, чаще испытывают негативные эмоции, чем те, кто состоит в официальном или неофициальном браке. Кроме того, люди, чья возрастная категория достигла сорока лет, более подвержены одиночеству, особенно среди женщин, а в старшем возрасте – среди мужчин.

Одним из ключевых факторов, влияющих на ощущение одиночества, является наличие или отсутствие занятости. Отсутствие активной деятельности может лишить человека способности полноценно общаться, участвовать в социальной жизни и взаимодействовать с другими людьми. Безработица и низкий доход связаны с повышенным риском одиночества, так как финансовые средства часто играют важную роль в участии в повседневной общественной жизни [12, с. 58].

Состояние здоровья – не менее важный предиктор одиночества. Плохое здоровье и функциональные ограничения ограничивают возможности людей участвовать в повседневной социальной деятельности и, следовательно, могут привести к социальной изоляции и одиночеству. Одиночество было связано со многими негативными последствиями для психического здоровья, такими как депрессия, суицидальные наклонности, снижение положительных эмоций и удовлетворенности жизнью [3, с. 43].

Одиночество коррелирует с чертами личности. Люди с высоким уровнем экстраверсии и эмоциональной стабильности менее склонны к одиночеству, чем люди с низким уровнем этих качеств. Экстраверты чаще, чем интроверты, стремятся к социальному взаимодействию и заводят друзей. Эмоционально стабильные люди реже, чем эмоционально нестабильные, воспринимают одиночество как нечто неблагоприятное. При этом, установлены личностные характеристики испытуемых, связанные с позитивным переживанием одиночества: глобальное самоотношение, интернальность, самопринятие и принятие других [5, с. 207].

В работе М.М. Шубиной рассматриваются «социальные и личностные факторы одиночества. Особую роль в возникновении чувства одиночества автор отводит семейному воспитанию, который отражается на личностном становлении. Из-за отсутствия эмоциональной близости между ребенком и матерью, недостатком внимания и заботы о ребенке служат барьером для развития коммуникативных способностей, позволяющих выстраивать взаимоотношения с другим человеком. Если родители предъявляют ребенку завышенные требования, постоянно контролируют его, не проявляют положительного отношения, устанавливая духовный контакт, то у ребенка появляется ощущение себя как ненужного и недостойного любви, близких отношений с другими» [35, с. 223].

К социальным факторам одиночества М.М. Шубина отнесла: «неприятие референтной группой (социальное отторжение), разрыв дружеских отношений или отсутствие круга общения и близких людей.



Рассматривая личностные факторы, автор говорит о замкнутости, заниженной самооценке, завышенных требованиях к себе или другим, неадекватные ожидания и представления о любви» [35, с. 224].

При выявлении факторов одиночества многие авторы указывают на индивидуальные различия, характерные для одиноких людей, такие как неадекватные когнитивные искажения, низкая самооценка и различные личностные черты. Большинство исследователей из них акцентируют внимание на прошлом опыте [14]; [19]; [22].

Существует мнение, что одиночество часто является результатом социального сравнения. Так, Э.С. Даниелян отмечает, что эти сравнения проводятся одиноким человеком между собой и другими, например, когда он замечал других, которые казались более социально активными или удовлетворенными. Одиночество также может возникнуть при сравнении текущих социальных ситуаций с предыдущим более социально удовлетворительным периодом. Несоблюдение социальных норм также может спровоцировать переживание одиночества, например, когда субъект не общается в обычное время для общения, например, в выходные или праздничные дни. Одиночество также может возникнуть, когда субъект проводит сравнения с нереализованными возможностями и когда социальные ожидания не оправдались. Это происходит, когда реальность не совпала с предыдущими ожиданиями, что другие люди будут рядом или разделят ответственность [10, с. 8].

Одиночество неизменно было связано с социальной изоляцией. Люди сообщают, что чувствуют себя одинокими из-за отсутствия социальных контактов, их малого количества или их сокращения. В некоторых случаях одиночество возникает из-за отсутствия социальной поддержки, инструментальной поддержки или людей, с которыми можно было бы что-то делать. Одиночество существовало по отношению к социальному миру, и некоторые люди предположили, что большее количество контактов может защитить от одиночества. Однако одиночество переживают и люди, социально

интегрированные, что свидетельствует о разделении объективной изоляции и субъективного ощущения одиночества [2, с. 22].

С точки зрения В.В. Пржиборо, именно субъективные чувства связи и чувство одиночества являются центральными для переживания. Одиночество включает в себя чувство отчужденности, которое вызывает отвращение, нежелательно и находится вне контроля, и переживается в связи с важными, значимыми отношениями с другими людьми, которые ощущаются потерянными, недостаточными или отсутствующими. Когда люди описывают одиночество, они говорят о важных связях с другими людьми, которые уменьшают одиночество или могли бы уменьшить одиночество, если бы они были доступны. Эти описания включали обсуждение далеких партнеров, разорванной дружбы, занятых детей и умерших супругов, а также значимых связей, которых вообще не было. Это чувство, что они оторваны от важных других, что вызывает одиночество, а не просто объективность, поверхностные аспекты социального мира. Одиночество расположено на контрастном фоне значимой связи [23, с. 132].

При описании одиночества некоторые люди упоминают уединение (или избранное, наслаждающееся одиночеством). В одиночестве люди могли испытать отдых, свободу и покой, а одиночество было предпочтительнее, если нужно было восстановить силы или не хотелось общаться. Однако валентность одиночества может варьироваться, и слишком долгое время в одиночестве может быть отрицательным. Одинокие люди практически не ощущают контроля над социальными контактами, и одиночество переживается, когда исчезает свобода воли и существуют барьеры для связи, такие как языковые или физические ограничения [2, с. 23].

Жизненный опыт и особенно переходные периоды постоянно упоминаются как провоцирующие факторы одиночества. Неблагоприятный жизненный опыт часто был связан с одиночеством: одинокие люди упоминали о трудностях, связанных со взрослением и старением, жестоким обращением, трудным детством, ненормативными кризисами семьи. Утрата, особенно

супруга, развод или смерть обычно провоцирует одиночество. Хотя одиночество может быть вызвано конкретным опытом, оно также может следовать за накоплением опыта в прошлом, настоящем и неизвестном будущем [5, с. 208].

Некоторые люди испытывают одиночество из-за общей неудовлетворенности своими отношениями или чувства всеобъемлющей оторванности от мира. Во многих случаях одиночество ощущается по отношению к конкретным людям или типам отношений. Это может быть не целостное чувство изоляции, это может быть связано с отсутствием друзей или ощущением того, что в жизни отсутствуют единомышленники. Человек, который в целом удовлетворен в социальном плане, может испытывать одиночество, когда умирает супруг или теряется дружба. Хотя одиночество, как правило, имеет некоторые общие черты, такие как чувство отворачивания, чувство разобщенности, одиночество может возникать из-за множества факторов, от смерти супруга до отсутствия единомышленников. возраста друзей к ощущению оторванности от общества [1, с. 116].

Таким образом, переживание одиночества – это состояние психологического отчуждения от общества и сообщества, при котором существующие отношения воспринимаются как недостаточные и поверхностные. Оно возникает из-за осознания несоответствия между ожидаемым уровнем контакта и реальным уровнем социального взаимодействия. Эмоциональное одиночество возникает, когда человек чувствует нехватку условий для близких психологических связей в отношениях, включая психологическую поддержку, любовь и общность. Социальное одиночество проявляется, когда человек ощущает недостаток взаимоотношений в социальных кругах, включая общественную интеграцию и принадлежность. Факторами переживания одиночества могут выступать социальные (нарушение межличностных отношений, семейных связей, неприятие референтной группой, чрезмерные требования к другим) и

личностные (заниженная самооценка, высокие требования к себе, слабые коммуникативные навыки).

## **1.2 Направленность личности и ее виды в отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературе**

Направленность личности рассматривается как совокупность устойчивых мотивов, которые ориентируют деятельность и поведение человека в определенном направлении.

Направленность личности – это стабильный комплекс мотивов, взглядов, суждений, потребностей и желаний, который направляет человека к определённым действиям и поступкам, а также к их результатам в сложных жизненных ситуациях. Это одна из ключевых характеристик личности и важнейший элемент её структуры.

В отечественной психолого-педагогической литературе направленность личности часто связывают с системой потребностей, интересов, убеждений и ценностных ориентаций. Известные советские и российские психологи, такие как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев и С.Л. Рубинштейн, подчеркивали важность направленности личности в формировании активной жизненной позиции и мотивов деятельности.

Содержание понятия «направленность личности» представлено в работе Б.А. Сосновского. По мнению ученого, этот компонент личности является базовой и фундаментальной характеристикой, поскольку его основная функция заключается в объединении различных индивидуальных проявлений и атрибутов личности в целостную и содержательную структуру. Стоит отметить, что направленность личности не относится ни к характеристикам описательных аспектов деятельности, ни к характеристикам поведенческого поведения. Ориентация относится к той части личности, которая связана с желаниями и намерениями человека [29, с. 8].

Исследования взаимосвязи между личностными ориентациями и другими чертами личности широко проводились как в теоретической, так и в экспериментальной проверке гипотез. Кроме того, в этом контексте изучается специфика потребностно-мотивационной сферы личности и анализируются эти параметры в связи с общей психологией, установками и системами ценностей как различными проявлениями социальной активности.

Исследования в рамках данного вопроса [7]; [13] выявили формирование различных релевантных точек направленности личности и ее связь с совершенно разными частями и элементами, например, с областью потребностей и основными детерминантами поведенческой мотивации, а также тесную связь установок.

В контексте теории деятельности А.Н. Леонтьев анализирует направленность личности. Этот ученый анализирует тесное сочетание личности и деятельности. Ориентация рассматривается как особенность в структуре личности, определяемая конкретным результатом деятельности. Наиболее важной описательной характеристикой деятельности является мотивация. По этим причинам целесообразно изучать направленность личности как элемент, состоящий из нескольких мотивов и смыслов. Именно эти компоненты определяют активность [15, с. 56].

С.Л. Рубинштейн также подходил к изучению направленности личности с позиции, тесно связанной с деятельностью. В данном случае ориентация – это личностный компонент, имеющий ярко выраженный динамический характер. И этот динамизм достигается за счет мотивации. Именно мотивация оказывает стимулирующее воздействие на деятельность человека. Автор проанализировал вопрос направленности личности и проделал большую работу, включающую построение целостной иерархии личности. Эта система состоит из нескольких основных элементов. В его основе лежат потребности. Они могут быть реализованы через выражение желаний. На более высоком уровне существуют интересы и такие компоненты, как склонности. Высшую точку занимают идеалы [27, с. 512].

Разработанная система компонентов направленности имеет некоторое сходство с иерархией формирования и сцепления черт личности, предложенной К.К. Платоновым, который рассматривал направленность как «высший уровень личности, ее первую подструктуру» [24, с.232].

Отличительной особенностью подхода К.К. Платонова, однако, является включение высших проявлений личности, таких как убеждения и мировоззрение личности. Отличительной особенностью директивной структуры С.Л. Рубинштейна является компонент «отношение», который включен в директиву.

В.И. Мясищев различает: отношение к работе, людям, себе, в зависимости от объекта ориентации [18, с. 220].

А.Г. Ковалев изучал направленность личности с точки зрения доминантной направленности. Именно эти компоненты личности влияют на все мотивы и потребности человека. Ориентация имеет определенную структуру, состоящую из трехуровневой (желание, необходимость, установка) системы мотивации, в которой человек действует в каждой конкретной ситуации либо на основе своих желаний, либо на основе необходимости, либо на основе прошлого опыта (на основе установки). Среди основных элементов, которые могут быть описаны как качества направленности, – степень духовной зрелости, показатель развития психологической разносторонности, широта мировоззрения и моральная устойчивость личности [13, с. 35].

Необходимо рассмотреть подход зарубежных авторов к вопросу направленности личности.

В зарубежной литературе также уделяется значительное внимание направленности личности. В работах американских и европейских психологов, таких как К. Роджерс и А. Маслоу, акцент делается на самоактуализации и стремлении к личностному росту, что также можно рассматривать как специфические проявления направленности личности.

К. Ясперс, как представитель экзистенциализма, различает две ориентации в понимании сознания: на внутренний мир и на внешний мир [11, с. 77].

Э. Шпрангер рассматривает свою ориентацию с точки зрения понимания жизни и стремления к познанию. В соответствии с этим он выделяет следующие типы людей.

Теоретик – человек, который хочет понять окружающий мир, проанализировать его различные закономерности, понять природу Вселенной. Он также отдает приоритет анализу человеческих отношений.

Экономиста (также называемого экономическим типом) можно описать как человека, который пытается найти выгоду в постоянном познании мира.

Эстетик – эта «характеристика описывает человека, который стремится понять мир через различные переживания и использует для этого самовыражение. Все вокруг воспринимается эстетом через дихотомические отношения, на одном полюсе которых находится «гармония», а на другом – дисгармония» [11, с. 81].

Социальный человек – это «человек, который хочет найти себя в другом человеке» [11, с. 81].

Политик – это не человек, желающий приобрести административную власть, а лишь заинтересованный в поиске административного ресурса в устройстве мира.

Религиозный человек – «его ценностной ориентацией является поиск смысла жизни, доказательств существования некой высшей духовной силы – некоего божества. Этот тип пытается найти начало всех начал» [11, с. 81].

Эти ценностные ориентации не возникают ни из социально-общественных отношений, ни из условий жизни человека, они лишь создают его духовную личность, которая, как правило, и определяет его направленность.

Э. Нюттен выделяет два аспекта в структуре личностных ориентаций: интимность и социальность. Хотя они тесно связаны между собой, можно

выделить их различные компоненты, которые иногда могут противостоять друг другу. Гармония самости определяется процессом интеграции интимных и социальных структур направленности личности [4, с. 86].

По Б. Бассу выделяют три основные ориентации личности, описанные ниже.

Направленность личности на себя. Этот тип ориентации реализуется в человеке, который хочет любыми средствами удовлетворить собственные потребности, стремится к комфорту и власти, не считаясь с мнением других людей и их интересами.

Озабоченность человека общением. Этот тип проявляется в желании человека общаться и взаимодействовать, строить отношения. Однако в этом случае некоторые задачи могут быть поставлены под угрозу, поскольку человек слишком занят построением отношений.

Озабоченность человека задачами. Эта ориентация выражается в стремлении и желании человека решать проблемы, выполнять задания и достигать рабочих целей [25, с. 126].

Отношение – это «всегда онтология, сформированная в социальных условиях, в процессе воспитания и образования, как атрибут личности, выраженный в мировоззрении, профессиональной ориентации, в деятельности, связанной с личными увлечениями, занятием чем-либо в свободное время (например, изобразительное искусство, физические упражнения, рыбалка, спорт).

Во всех этих видах человеческой деятельности направленность человека проявляется в специфике его интересов: влечениях, склонностях, идеалах, мировоззрении, убеждениях, установках, определенных жизненных позициях и поставленных целях.

Диспозиция – это желание, которое не полностью осознается человеком и основа которого часто представлена жизненными потребностями человека» [25].



Как одно из проявлений потребностно-мотивационной сферы человека, диспозиции выражаются в эмоциональных предпочтениях к определенным видам деятельности или ценностям.

Идеал – это «образ воплощенного совершенства, эталон для самых важных целей своих устремлений. Для конкретного человека идеалами могут быть: мировоззрение или научные достижения конкретного ученого, взгляды и убеждения конкретного писателя, политика и т.д.

Мировоззрение – это структурированная система мыслей человека о мире и своем месте в нем, об общественном устройстве, отношении к природным ресурсам. Мировоззрение человека формируется под влиянием его общественной жизни, и в качестве критерия для сравнения можно использовать моральные и идеологические взгляды, принятые в данном обществе» [18].

Взаимодействие мысли и воли, выражающееся в совокупности каждого человеческого действия и поведения, способствует преобразованию структурных элементов мировоззрения в убеждения.

Убеждения – это «высшая форма ориентации человека, которая проявляется в осознаваемой необходимости действия на основе собственных ценностей, разворачиваясь на «поле» эмоциональных переживаний и волевых усилий.

Отношение можно описать как готовность человека к определенной деятельности, потребности которой связаны с объективно существующими потребностями и ситуациями. Отношение выражается как установленная тенденция к определенным познаниям и поведению. По установкам человека можно судить о его взглядах в отношении различных форм семейной, общественной или профессиональной жизни с точки зрения его ценностей. Нередко отношение к человеку бывает неосознанным. Отношение также можно классифицировать как позитивное, негативное и нейтральное. Позитивные установки позволяют человеку воспринимать свойства явлений, событий или предметов на основе доверия и доброжелательности. Негативное

отношение, с другой стороны, представляет эти качества в искаженном виде, как чуждые и не заслуживающие доверия. Нейтральное отношение может опосредовать внешние влияния, и личность может быть сбалансирована с окружающей средой. Понимание содержания установок позволяет с определенной точностью предсказать, как человек поведет себя в соответствующей ситуации» [4].

Отношение – это «устойчивая система установок личности по отношению к определенным аспектам действительности, которые находят свое выражение в соответствующем поведении.

Позиция человека сочетает в себе ряд мотивов, потребностей, мнений и установок, которые направляют его действия. Система факторов, определяющих конкретное положение человека, также включает его притязания на место в иерархии социальных и профессиональных ролей и степень его удовлетворенности в этой системе отношений» [22].

Цель человека – это «желаемый результат его деятельности или деятельности окружающих его людей. Существуют различные типы целей, среди которых выделяют следующие:

- близость, ситуативные/дистанционные цели;
- социально значимые/вредные для общества;
- альтруистический/эгоистический» [18].

В зарубежной психологии выделяются различные виды направленности: внутренние и внешние, социальные и индивидуальные, а также направленности на достижение успеха или избежание неудач. В то же время отечественная психология подчеркивает важность социальной направленности, коллективизма и общественно значимых целей, что отражает культурные и исторические особенности развития общества.

Направленность личности в психолого-педагогической литературе рассматривается как многогранное понятие, включающее в себя разнообразные аспекты мотивационной сферы и определяющее поведение и деятельность человека в разных культурных контекстах [22].

Таким образом, под понятием личностных ориентаций мы будем описывать целостную многокомпонентную систему, включающую в себя множество различных ориентаций человека, которые влияют на его мотивы и потребности. Исходя из этого, можно охарактеризовать ориентации как компонент личности, включающий мотивацию в свою структуру. Именно эти мотивы оказывают движущее влияние на выполнение человеком своей деятельности. Личность формируется в процессе обучения и воспитания в период онтогенетического развития, включая подготовку к жизни, профессиональной деятельности и общественно полезной деятельности в период получения высшего образования.

### **1.3 Исследования взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества**

Исследования взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества являются актуальными в области психологии. Одиночество может быть определено как состояние, при котором человек ощущает недостаток социальных связей и поддержки, несмотря на наличие фактических социальных контактов [34]. Направленность личности описывает особенности индивида, включая его склонности, интересы, и ценности.

Одиночество вызвано «различными факторами, обусловленными внешней ситуацией и внутри личностными аспектами. Некоторые из них приводят к тому, что одиночество становится долговременным и более постоянным, а некоторые из них вызывают только временное одиночество» [33].

Современные исследователи рассматривают чувство одиночества в связи с личностными чертами человека. Ученые утверждают, что «социальные отношения одиноких людей отличаются от социальных отношения людей,

которые не одиноки. Например, они не задают много вопросов, когда они общаются с людьми, и в тоже время они не дают много информации о себе.

Кроме того, интересно посмотреть на их социально-психологические характеристики личности, которые дополняются экстравертностью или интровертностью, самооценкой, а также чертами характера. Люди с такими личными характеристиками как застенчивость, низкая уверенность в себе и интроверсия могут не сблизиться с другими людьми из-за различных личностных проблем. Таким людям может не хватать социальных навыков, чтобы сблизиться с людьми и поддерживать отношения» [30]. Экстраверты могут испытывать одиночество менее часто, чем интроверты, так как они активно стремятся к социальным контактам.

В исследовании Л.В. Никифоровой было выявлено, что «среди людей, регулярно испытывающих состояние одиночества, только 28,7% амбивертов (промежуточные характеристики интроверсии и экстраверсии). Оставшееся большинство имеют именно интроверсированные черты» [20]. Разные типы личности могут применять разные стратегии для справления с одиночеством. Например, интроверты могут предпочитать более интроспективные методы, в то время как экстраверты могут предпочитать более активные стратегии, такие как поиск новых социальных контактов.

Исследования могут также исследовать влияние конкретных черт личности, таких как тревожность, депрессивность, или самооценка, «на уровень субъективного переживания одиночества. В других исследованиях показана взаимосвязь одиночества с тревожностью, замкнутостью, застенчивость, печалью, враждебностью, недоверием и низкой самооценкой» [20].

Например, Карл Роджерс утверждал, что «одиночество зависит от самооценки. Было установлено, что у многих людей, испытывающих чувство одиночества, имеется заниженная самооценка. Вытекающее ощущение одиночества приводит к появлению у человека чувства дезадаптивности и ненужности» [26]

Личные ценности могут влиять на уровень одиночества. «Люди, чьи ценности включают важность социальных отношений, могут испытывать большее одиночество, если они ощущают дефицит в этой области.

Таким образом, существует ряд эмоциональных факторов, способствующих ощущению одиночества. Все эти факторы существенно влияют на способность человека эффективно взаимодействовать. Можно предположить, что на склонность к переживанию одиночества также оказывают значительное влияние и другие индивидуально-психологические характеристики.

Переживание одиночества – это состояние психологического отчуждения от общества и сообщества, при котором существующие отношения воспринимаются как недостаточные и поверхностные. Оно возникает из-за осознания несоответствия между ожидаемым уровнем контакта и реальным уровнем социального взаимодействия. Эмоциональное одиночество возникает, когда человек чувствует нехватку условий для близких психологических связей в отношениях, включая психологическую поддержку, любовь и общность. Социальное одиночество проявляется, когда человек ощущает недостаток взаимоотношений в социальных кругах, включая общественную интеграцию и принадлежность. Факторами переживания одиночества могут выступать социальные (нарушение межличностных отношений, семейных связей, неприятие референтной группой, чрезмерные требования к другим) и личностные (заниженная самооценка, высокие требования к себе, слабые коммуникативные навыки).

Под понятием личностных ориентаций мы будем описывать целостную многокомпонентную систему, включающую в себя множество различных ориентаций человека, которые влияют на его мотивы и потребности. Исходя из этого, можно охарактеризовать ориентации как компонент личности, включающий мотивацию в свою структуру. Именно эти мотивы оказывают движущее влияние на выполнение человеком своей деятельности.

## **Глава 2 Эмпирическое исследование взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества**

### **2.1 Организация и методики исследования**

Проблема исследования была сформулирована следующим образом: какова взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества?

Цель исследования: изучить характер взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Объектом исследования является субъективное переживание одиночества.

Предметом исследования является взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Гипотеза исследования заключается в том, что существует взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества, а именно, направленность на общение и на себя положительно коррелирует с зависимостью от общения и позитивным одиночеством, а направленность на себя и на дело отрицательно коррелирует с общим переживанием одиночества и зависимостью от общения.

Задачи исследования:

- изучить особенности направленности личности;
- выявить уровень субъективного переживания одиночества;
- установить характер взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества.

Методы исследования:

- теоретический анализ научной и специальной литературы по теме исследования;
- психодиагностические;

– эмпирические (диагностика, сравнение, анализ, интерпретация, качественная и количественная обработка данных, методы математической статистики – критерий ранговой корреляции Ч. Спирмена).

Выборка исследования. В исследовании приняли участие 40 сотрудников ГКУ «Комплексная безопасность» (28 мужчин и 12 женщин).

Эмпирическая база исследования. ГКУ «Комплексная безопасность».

Для изучения взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества были использованы следующие психодиагностические методики.

«Определение направленности личности» Б. Басса.

Цель: определение личностной направленности.

Анкета состоит из 27 пунктов, и для каждого есть 3 возможных ответа, соответствующих 3 личностным ориентациям. Респонденты должны выбрать ответ, который наилучшим образом отражает их взгляды или наилучшим образом соответствует действительности, и наоборот, ответ, который наиболее далек от их взглядов или наиболее не соответствует действительности.

Дифференциальный опросник переживания одиночества (Е.Н. Осин и Д.А. Леонтьев). Опросник дифференциального переживания одиночества является психодиагностическим инструментом для изучения одиночества и был предметом научных исследований как многомерного феномена. Этот опросник включает в себя не только негативные, но и позитивные аспекты одиночества, но последний неясен и в основном сфокусирован. Тем не менее, положительная сторона играет важную роль в развитии зрелой и самоопределяющейся личности. «Методология представляет собой опросник об отношении людей к одиночеству, основанный на экзистенциальном мышлении, и принятие одиночества как экзистенциального факта создает возможности для людей оценить ситуацию одиночества и использовать ее как ресурс для самообщения и личностного роста. Неприятие или страх одиночества, с другой стороны, приводит к избеганию одиночества и

постоянному поиску социальных контактов, что является препятствием для личностного роста и знакомства с другими людьми» [20].

Эта методика была разработана в 2013 году Е.Н. Осиным и Д.А. Леонтьевым и апробирована.

Методы математической статистики: Метод Спирмена, критерий ранговой корреляции, представляет собой математический статистический метод «оценки силы и направления взаимосвязи между двумя переменными. Метод основан на сравнении ранговых позиций переменных и вычислении коэффициента корреляции между ними.

Коэффициент корреляции Спирмена принимает значения от -1 до +1. Значение -1 указывает на полную отрицательную взаимосвязь, а значение +1 указывает на полную положительную взаимосвязь. Значение 0 означает отсутствие взаимосвязи между переменными» [20].

Ход исследования: исследование проводилось в электронном виде. При заполнении формы участники следовали четким инструкциям и аккуратно вводили информацию. Ажиотажа не было, сотрудники работали спокойно и интересно. После сбора необходимого количества ответов данные были обработаны с использованием ключей каждой методики.

## **2.2 Результаты исследования направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества**

Результаты диагностики сотрудников ГКУ «Комплексная безопасность» по методике Б. Басс представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Количественное и процентное соотношение сотрудников с различными доминирующими видами направленности личности

Направленность на себя		Направленность на общение		Направленность на дело	
количество	Процент	Количество	Процент	Количество	Процент
6	20 %	11	36,7 %	13	43,3 %



Результаты исследования показали, что из общего числа исследованных сотрудников, составляющего 30 человек, у 13 из них (что равняется 43,3%) наблюдается выраженная направленность на себя. Это проявляется в их поведенческих и эмоциональных характеристиках. Конкретно, эти сотрудники ориентированы на прямое вознаграждение и проявляют агрессивность в достижении своего статуса. Они также демонстрируют склонность к властвованию и соперничеству с коллегами, а также выраженную раздражительность и тревожность. Кроме того, они склонны к интровертированности, что может означать предпочтение солидарности и уединения, а также более осторожный подход к социальным взаимодействиям. Эти характеристики образуют комплекс поведенческих и эмоциональных черт, характеризующих направленность на себя у данной группы сотрудников.

У значительной части сотрудников, а именно у 36,6% от общего числа исследуемых, наблюдается выраженная направленность на общение. Это выражается в их стремлении поддерживать отношения с людьми в любых условиях, даже если это отвлекает их от выполнения конкретных задач или предоставления реальной помощи. Такие сотрудники ориентированы на совместную деятельность, но иногда это может привести к ухудшению выполнения индивидуальных задач. Они также ориентированы на социальное одобрение и зависимы от группы, часто нуждаются в привязанности и эмоциональных отношениях с другими людьми. Эти характеристики формируют сложный портрет сотрудников, склонных к активному социальному взаимодействию и зависимости от межличностных отношений.

Наименьшее количество сотрудников, составляющее 20% от общего числа исследуемых, обладает ориентацией на дело. Это выражается в их ярко выраженной заинтересованности в решении деловых проблем и стремление к выполнению работы наилучшим образом. Такие сотрудники ориентированы на деловое сотрудничество и обладают способностью отстаивать свое мнение в интересах достижения общей цели. Их деятельность и решения всегда

направлены на то, чтобы быть полезными для достижения общей цели и успешного выполнения задач. Эти сотрудники часто являются двигателями команды и способствуют эффективной работе коллектива благодаря своей деловой ориентации и решительности.

Анализ полученных результатов показал, что у значительного количества сотрудников недостаточно выражена направленность личности на дело. А также наблюдается тенденция в выраженности явной односторонней направленности личности с недостаточным уровнем развития других видов направленности. Это может затруднять гармоничное личностное развитие.

Для выявления переживания одиночества у респондентов была проведена методика «Дифференцированный опросник переживания одиночества» (ДОПО-3) (краткая версия Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева). Результаты показаны на рисунке 1, а также в Приложении А, таблице А.1.

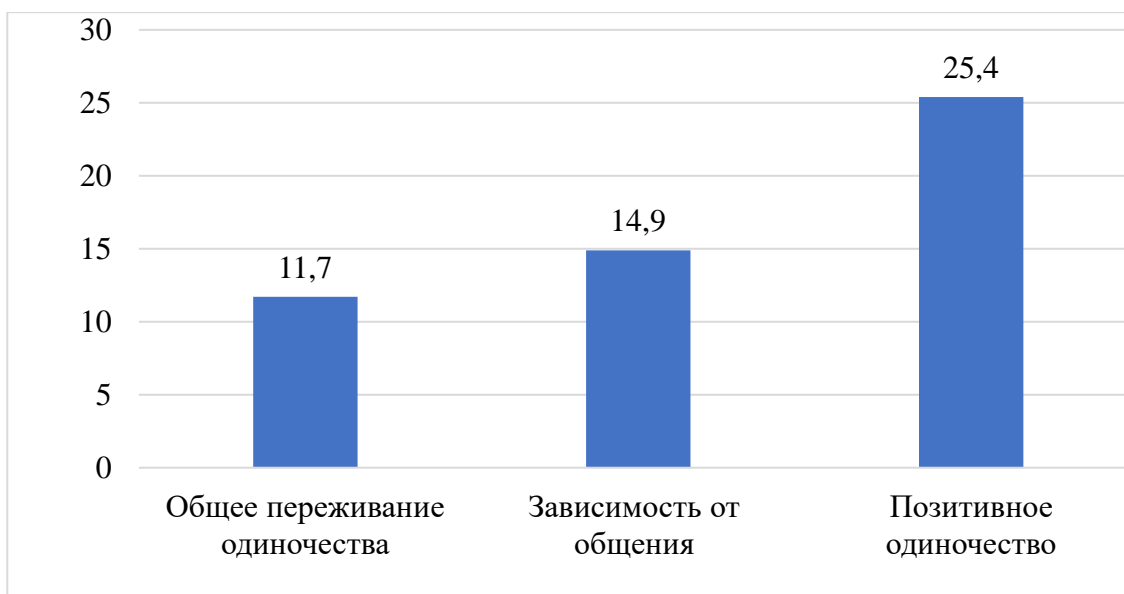


Рисунок 1 – Показатели субъективного переживания одиночества у респондентов (среднее значение)

В результате анализа данных было обнаружено, что у респондентов средние баллы на шкале «Позитивное одиночество» выше, составляя 25,4. Это указывает на то, что у них хорошо развита способность находить ресурсы в

уединении и творчески использовать его для самопознания и саморазвития. Они испытывают положительные эмоции в ситуациях уединения, умеют ценить их и стремятся осознанно уделять время наедине с самим собой в своей жизни. Эти результаты указывают на то, что у респондентов развита способность к самостоятельной рефлексии и внутреннему росту. Они видят в уединении возможность для личностного развития и находят в этом положительные стороны. Такие люди ценят время, проведенное наедине с собой, как ценный ресурс для собственного внутреннего укрепления и обогащения.

Следующий по степени выраженности показатель у респондентов относится к шкале "Зависимость от общения" и составляет 14,9. Этот результат свидетельствует о том, что у респондентов в некоторой степени наблюдаются переживания изоляции, нехватки эмоциональной близости или контактов с другими людьми, а также осознание себя как одинокого и изолированного человека. Это может означать, что данные респонденты чувствуют определенный дефицит социальных взаимодействий и эмоциональной поддержки со стороны окружающих. Возможно, они испытывают потребность в более тесных связях с другими людьми или страдают от недостатка эмоциональной поддержки в своей жизни. Эти переживания могут вносить определенный дисбаланс в их эмоциональное состояние и общее благополучие, и, возможно, требуют дополнительного внимания и поддержки для их преодоления.

Анализ данных также показал, что у респондентов наименее выражены показатели по шкале "Общее переживание одиночества", составляющие 11,7. Это указывает на невысокую степень актуального ощущения одиночества у данной группы исследуемых. Вероятно, у них отсутствует чувство болезненного одиночества и нехватки близкого общения с другими людьми, которое могло бы вызвать душевные страдания. Этот результат может означать, что респонденты не испытывают значительного душевного дискомфорта или страдания из-за отсутствия общения или близких

взаимоотношений. Возможно, они находят удовлетворение и смысл в других аспектах своей жизни, что помогает им чувствовать себя удовлетворенными и выполненными даже в условиях относительной одиночества. Таким образом, данный показатель указывает на относительно высокий уровень комфорта и удовлетворенности собой у респондентов в контексте отношений и социальной изоляции.

Таким образом, у сотрудников более всего выражено позитивное одиночество, что говорит об способности находить ресурс в уединении, творчески использовать его для самопознания и саморазвития. Для них в некоторой степени характерна зависимость от общения, а менее всего выражено общее переживание одиночества.

Рассмотрим более подробно результаты исследования переживания одиночества у респондентов по уровням, представленные на рисунке 2.

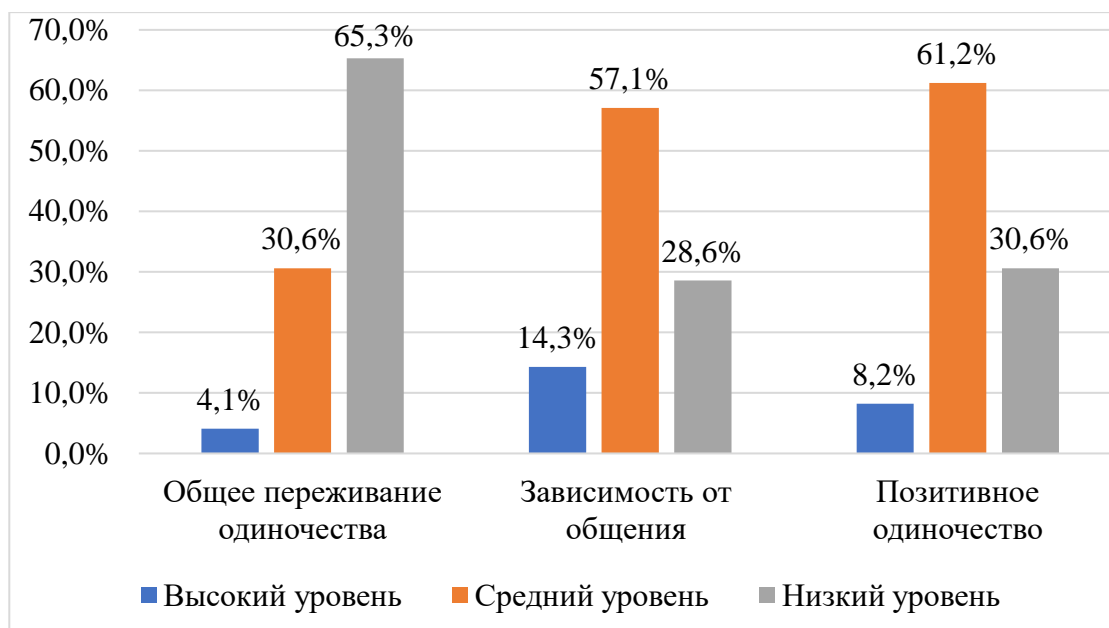


Рисунок 2 – Уровень субъективного переживания одиночества у респондентов (%)

В ходе исследования было выявлено, что высокий уровень общего переживания одиночества испытывают 4,1% респондентов. Это означает, что

лишь небольшая часть опрошенных сталкивается с серьёзными ощущениями одиночества в своей жизни. Средний уровень переживания одиночества был зафиксирован у 30,6% респондентов. Эти люди периодически чувствуют одиночество, но оно не является доминирующим чувством в их повседневной жизни. Низкий уровень переживания одиночества был отмечен у 65,3% опрошенных. Это означает, что большая часть респондентов редко испытывает одиночество и, вероятно, чувствует себя социально интегрированными и удовлетворёнными своим окружением.

Высокий уровень зависимости от общения наблюдается у 14,3% респондентов. Это указывает на то, что эта группа людей сильно нуждается в постоянном взаимодействии с другими и может испытывать дискомфорт при отсутствии общения. Средний уровень зависимости от общения был выявлен у 57,1% респондентов. Эти люди ощущают потребность в социальном взаимодействии, однако она не является для них доминирующей. Они могут комфортно существовать как в компании других, так и в одиночестве. Низкий уровень зависимости от общения зарегистрирован у 28,6% опрошенных. Эти респонденты, скорее всего, не испытывают сильной потребности в постоянном общении и могут спокойно обходиться без частых социальных контактов.

Высокий уровень позитивного одиночества наблюдается у 8,2% респондентов. Эти люди в значительной степени способны наслаждаться временем, проведённым в одиночестве, и получают от этого положительные эмоции. Большинство, а именно 61,2% респондентов, характеризуются средним уровнем позитивного одиночества. Это означает, что для этой группы людей одиночество в умеренной степени является положительным опытом, приносящим удовлетворение и возможность для личного роста. Низкий уровень позитивного одиночества был зафиксирован у 30,6% опрошенных. Эти респонденты, вероятно, не склонны получать удовольствие от одиночества и предпочитают проводить время в компании других людей.

Таким образом, большая часть респондентов обладает низким уровнем общего переживания одиночества, средним уровнем зависимости от общения и позитивного одиночества.

### **2.3 Анализ взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества**

Для выявления взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества сотрудников ГКУ «Комплексная безопасность» был использован критерий корреляции rs-Спирмена. Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели взаимосвязи направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества

<b>взаимосвязь переменных</b>	<b>rs-Спирмена</b>
Общее переживание одиночества и направленность на себя	-0,72
Зависимость от общения и направленность на общение	0,52
Зависимость от общения и направленность на дело	-0,42
Позитивное одиночество и направленность на себя	0,35

Примечание: выявленные корреляции значимы на уровне  $p \leq 0,05$

Результаты исследования показывают, что чувство одиночества тесно связано с уровнем самоконтроля ( $rs = -0,72$ ;  $p < 0,05$ ). Это свидетельствует о том, что чем сильнее ощущается одиночество, тем менее развит самоконтроль. Это может быть связано с тем, что чувство отчуждения усиливается в условиях отсутствия близких взаимоотношений и недостатка коммуникативных навыков, что, в свою очередь, усугубляет стремление к вознаграждению, агрессивность и желание подтверждения статуса. При этом, наблюдаются также проявления конкурентоспособности, нервозности и замкнутости.

Зависимость от общения положительно коррелирует с направленностью на общение ( $rs = 0,52$ ;  $p \leq 0,05$ ). Это связано с переживанием изолированности и недоступности эмоциональной близости, контакта с другими людьми,

характерным восприятием себя как уединенной и отдельной личности. Желание поддерживать отношения с другими в различных условиях, стремление к коллективной работе и общественной деятельности часто сопровождается решением конкретных проблем или оказанием помощи нуждающимся. Это также включает в себя стремление к общественному признанию, массовой коммуникации, любви и привязанности. Данные результаты указывают на важность психологических взаимоотношений для людей.

Зависимость от общения отрицательно коррелирует с направленностью на дело ( $r_s = -0,42$ ;  $p \leq 0,05$ ). Это показывает, что переживания изоляции и отсутствия эмоциональной близости, контакта с людьми и осознания себя как одинокой и изолированной личности встречаются чаще. Тем не менее, желание поддерживать отношения с людьми в любой ситуации немалое, есть стремление к совместной деятельности. Однако это показывает, что выполнение определенных задач или оказание реальной поддержки людям, стремление к социальному признанию, зависимость от групп, потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми важны.

Позитивное одиночество положительно коррелирует с направленностью на себя ( $r_s = 0,35$ ;  $p \leq 0,05$ ). В ситуациях одиночества более развита способность находить ресурсы, подчеркивается способность творчески использовать их для самопонимания и саморазвития, ориентация на прямое вознаграждение, агрессивность для достижения статуса, дух соперничества, раздражительность, тревожность и интроверсия.

Таким образом, корреляционный анализ показал, что существует взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества сотрудников ГКУ Комплексная безопасность. Гипотеза исследования доказана.

Анализ полученных результатов показал, что у значительного количества сотрудников недостаточно выражена направленность личности на дело. А также наблюдается тенденция в выраженности явной односторонней

направленности личности с недостаточным уровнем развития других видов направленности. Это может затруднять гармоничное личностное развитие. У сотрудников более всего выражено позитивное одиночество, что говорит об способности находить ресурс в уединении, творчески использовать его для самопознания и саморазвития. Для них в некоторой степени характерна зависимость от общения, а менее всего выражено общее переживание одиночества. Большая часть респондентов обладает низким уровнем общего переживания одиночества, средним уровнем зависимости от общения и позитивного одиночества.

Корреляционный анализ показал, что существует взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества, а именно, направленность на общение и на себя положительно коррелирует с зависимостью от общения и позитивным одиночеством, а направленность на себя и на дело отрицательно коррелирует с общим переживанием одиночества и зависимостью от общения. Гипотеза исследования доказана.



## Заключение

Переживание одиночества – это состояние психологического отчуждения от общества и сообщества, при котором существующие отношения воспринимаются как недостаточные и поверхностные. Оно возникает из-за осознания несоответствия между ожидаемым уровнем контакта и реальным уровнем социального взаимодействия. Эмоциональное одиночество возникает, когда человек чувствует нехватку условий для близких психологических связей в отношениях, включая психологическую поддержку, любовь и общность. Социальное одиночество проявляется, когда человек ощущает недостаток взаимоотношений в социальных кругах, включая общественную интеграцию и принадлежность. Факторами переживания одиночества могут выступать социальные (нарушение межличностных отношений, семейных связей, неприятие референтной группой, чрезмерные требования к другим) и личностные (заниженная самооценка, высокие требования к себе, слабые коммуникативные навыки).

Под понятием личностных ориентаций мы будем описывать целостную многокомпонентную систему, включающую в себя множество различных ориентаций человека, которые влияют на его мотивы и потребности. Исходя из этого, можно охарактеризовать ориентации как компонент личности, включающий мотивацию в свою структуру. Именно эти мотивы оказывают движущее влияние на выполнение человеком своей деятельности. Личность формируется в процессе обучения и воспитания в период онтогенетического развития, включая подготовку к жизни, профессиональной деятельности и общественно полезной деятельности в период получения высшего образования.

Существует ряд факторов, способствующих ощущению одиночества. Все эти факторы существенно влияют на способность человека эффективно взаимодействовать. Можно предположить, что на склонность к переживанию

одиночества также оказывают значительное влияние и другие индивидуально-психологические характеристики.

Анализ полученных результатов показал, что у значительного количества сотрудников недостаточно выражена направленность личности на дело. А также наблюдается тенденция в выраженности явной односторонней направленности личности с недостаточным уровнем развития других видов направленности. Это может затруднять гармоничное личностное развитие.

У сотрудников более всего выражено позитивное одиночество, что говорит об способности находить ресурс в уединении, творчески использовать его для самопознания и саморазвития. Для них в некоторой степени характерна зависимость от общения, а менее всего выражено общее переживание одиночества.

Большая часть респондентов обладает низким уровнем общего переживания одиночества, средним уровнем зависимости от общения и позитивного одиночества.

Таким образом, корреляционный анализ показал, что существует взаимосвязь направленности личности и уровня субъективного переживания одиночества, а именно, направленность на общение и на себя положительно коррелирует с зависимостью от общения и позитивным одиночеством, а направленность на себя и на дело отрицательно коррелирует с общим переживанием одиночества и зависимостью от общения. Гипотеза исследования доказана.

## Список используемой литературы и используемых источников

1. Бакулин М. А. Проблема одиночества в современном обществе // Мавлютовские чтения. Уфа : Уфимский государственный авиационный технический университет, 2021. С. 113–118.
2. Батищева Л. Н. Проблемы общества - одиночество и социальная изоляция // Поколение будущего: Взгляд молодых ученых 2022. Курск : Юго-Западный государственный университет, 2022. С. 21–23.
3. Белова М. В. Влияние одиночества на психологическое здоровье человека // Актуальные проблемы современной России: психология, педагогика, экономика, управление и право. М. : Московский психолого-социальный университет, 2023. С. 41–47.
4. Валиуллина Е. В. Волевой потенциал личности и реализация потребностей в саморазвитии // Научнометодический журнал Концепт. 2020. № 3. С. 86–91.
5. Верчинская Е. А. Переживание одиночества на разных возрастных этапах человека // Аллея науки. 2018. Т. 4, № 10(26). С. 207–210.
6. Войтешонок А. В. Межличностный и экзистенциальный аспекты переживания одиночества и его позитивный потенциал // Молодое поколение XXI века. М., 2013. С. 11–14.
7. Волкова Е. Н. Субъектность как деятельное отношение к самому себе, к другим людям и к миру // Мир психологии. 2015. № 3. С.33–39.
8. Вязникова Л. Ф. Феномен одиночества как объект научных исследований // Приоритетные направления развития науки и образования. 2016. № 4-1. С. 271–275.
9. Гасанова П. Г. Психология одиночества. Киев : «Финансовая Рада Украины», 2017. 76 с.
10. Даниелян Э. С. Социальный аспект проблемы одиночества: субъективная и объективная оценки // Актуальные проблемы психологии.

Ростов-на-Дону : Ростовский государственный медицинский университет, 2020. С. 8–9.

11. Кавун Л. В. Психология личности. Теории зарубежных психологов. Учебное пособие для вузов . М. : Издательство Юрайт, 2019. 109 с.

12. Козырева П. М. Особенности возрастной структуры одиночества // Социологические исследования. 2020. № 9. С. 56–69.

13. Колесов Д. В. Направленность личности // Развитие личности. 2008. № 4. С. 8–21.

14. Корчагина С. Г. Генезис. Виды и проявления одиночества. М. : МПСИ, 2008. 228 с.

15. Кудинова В. В. Переживание одиночества: современные психологические исследования // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2020. № 1. С. 241–247.

16. Манахов С. В. Экзистенциальное одиночество в контексте переживания ситуативного одиночества // Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований. М. : Московский государственный областной университет, 2020. С. 270–275.

17. Моисеева Т. А. Особенности субъективного чувства одиночества в подростковом возрасте // Молодой ученый. 2019. № 4 (242). С. 158–161.

18. Мясищев В. Н. Психология отношений. М.; Воронеж : НПО МОДЭК, 1995. 356 с.

19. Неклюдова В. В. Одиночество как ресурс развития личности студенческой молодежи // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 59-2. С. 460–463.

20. Никифорова Л. В. Характеристики одиночества в зависимости от пола // Глобальные проблемы научной цивилизации, пути совершенствования. Ставрополь : Параграф, 2022. С. 69–77.

21. Питько О. А. Психология одиночества: теоретические аспекты изучения // Психологическое благополучие современного человека.

Екатеринбург : Уральский государственный педагогический университет, 2018. С. 115–121.

22. Плотникова Е. Ю. Проблема одиночества в современном мире // Современные научные исследования и инновации. 2020. № 3(107). С. 21–26.

23. Пржиборо В. В. Одиночество как психологическая проблема в подростковом возрасте // Актуальные проблемы педагогики, психологии и переводоведения. СПб. : Астерион, 2022. С. 129–135.

24. Психология личности в трудах отечественных психологов / Сост. и общая редакция Л. В. Куликова. СПб. : Питер, 2002. 480 с.

25. Психология личности: учебник / П. С. Гуревич. 2-е изд. М. : ИНФРА-М, 2018. 479 с.

26. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человек. М. : Смысл, 2008. 463 с.

27. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб. : Питер, 2004. 720 с.

28. Салливан Г. Недоброжелательность, ненависть и техники изоляции // Психоаналитические концепции агрессивности. Антология. В 2 книгах. М., 2004. Кн. 2. С. 170–187.

29. Сосновский Б. А. Мотивационно-смысловые образования в структуре личности: автореф. дис... д-ра психол. наук. М., 1992. 30 с.

30. Тихонов Г. М. Внешние и внутренние факторы формирования состояния одиночества у студентов // Технические университеты: интеграция с европейскими и мировыми системами образования. Ижевск : Ижевский государственный технический университет имени М.Т. Калашникова, 2019. С. 598–605.

31. Франкл В. Человек в поисках смысла. М. : Прогресс, 1990. 368 с.

32. Фромм Э. Бегство от свободы. Мн. : ООО «Попурри», 2004. 672 с.

33. Чевакина М. А. Взаимосвязь особенностей переживания человеком чувства одиночества с его индивидуально-психологическими характеристиками // Скиф. 2021. №5 С.57–65.

34. Шикина А. А. Теоретические подходы к проблеме одиночества: от патологии к ресурсу // Мир педагогики и психологии. 2019. № 8(37). С. 72–80.

35. Шубина М. М. Одиночество как социальная проблема // Символ науки. 2017. № 3. С. 223–225.

36. Южанов С. А. Феномен чувства одиночества в психологии и особенности его переживания // Тенденции развития науки и образования. 2020. № 62-21. С. 18–21.

**Приложение А**  
**Результаты исследования**

Таблица А.1 – Результаты исследования

№	На себя	На общение	На дело	Общее переживание одиночества	Зависимость от общения	Позитивное одиночество
1	29	28	24	8	26	20
2	28	32	21	10	10	24
3	25	22	34	12	7	34
4	25	35	21	11	19	27
5	32	25	24	14	22	28
6	19	24	38	18	12	12
7	28	32	21	12	20	24
8	21	25	35	8	11	27
9	29	28	24	18	13	31
10	29	15	37	10	15	26
11	28	32	21	8	13	27
12	31	24	26	13	21	30
13	25	22	34	22	17	32
14	27	25	30	9	17	22
15	19	24	38	10	14	33
16	29	28	24	8	13	23
17	24	26	31	8	20	24
18	22	35	18	9	7	31
19	28	32	21	8	19	30
20	21	25	35	10	17	10
21	25	35	21	16	14	34
22	27	23	31	24	18	30
23	17	27	37	12	11	27
24	31	24	26	8	15	25
25	29	15	37	8	15	25
26	28	32	21	11	11	29
27	17	25	39	10	20	26
28	22	35	18	11	22	11
29	17	37	27	8	19	24
30	27	28	26	11	17	21
31	24	35	21	12	17	17
32	28	23	31	9	11	23
33	16	27	37	8	9	29
34	30	24	26	8	11	23
35	28	15	37	8	10	25
36	29	32	21	12	17	21
37	17	25	39	23	14	28
38	23	35	18	8	22	20
39	19	37	27	10	8	31
40	25	28	26	8	7	16

Приложение Б  
**Результаты статистического анализа**

Таблица Б.1 – Результаты статистического анализа

Variable	Spearman Rank Order Correlations (Spreadsheet1) MD pairwise deleted Marked correlations are significant at $p < ,05000$		
	общее переживание одиночества	зависимость от общения	<b>позитивное одиночество</b>
на себя	<b>-0,728603</b>	0,158130	<b>0,352601</b>
на общение	-0,062165	<b>0,527781</b>	-0,115221
на дело	0,036003	<b>-0,424389</b>	0,124250
общее переживание одиночества	1,000000	0,127208	0,302351
зависимость от общения	0,127208	1,000000	-0,255780
<b>позитивное одиночество</b>	0,302351	-0,255780	<b>1,000000</b>