

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки

Допущено до захисту

Завідувач кафедри
д. психол. н., доцент Ю. О. Асеева

_____ (підпис)

« _____ » _____ 2024 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Зі спеціальності _____ 053 Психологія _____
(шифр та найменування спеціальності)

За освітньою програмою _____ «Психологія» _____
(назва освітньої програми)

На тему: **«ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ У ОСІБ
З РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ»**

Виконавець:

студентка 4 курсу 12 групи
факультету ЦЗВФН

_____ Бутиріна Юлія Петрівна
/підпис/

Науковий керівник

Доцент кафедри МППП,
Кандидат психологічних наук

_____ Бабчук О.Г.
/підпис/

Одеса -2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ САМОТНОСТІ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ.....	6
1.1. Аналіз теоретичного осмислення феномену самотності.....	6
1.2. Основні психологічні уявлення про самотність.....	9
1.3. Основні підходи, методи та методики дослідження самотності.....	17
1.4. Тривожність особистості як психологічна проблема.....	21
1.5. Основні підходи, методи та методики вивчення тривожності.....	30
Висновки до першого розділу.....	35
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СПЕЦИФІКИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ.....	36
2.1. Загальна характеристика психодіагностичних методик для дослідження переживання самотності і рівня реактивної та особистісної тривожності.....	36
2.2. Організація та проведення емпіричного дослідження специфіки переживання самотності у осіб з різним рівнем тривожності.....	40
2.3. Результати емпіричного дослідження переживання самотності у осіб з різним рівнем тривожності.....	50
2.3.1. Співвідношення показників тривожності та видів переживання самотності.....	54
2.3.2. Специфіка видів переживання самотності у осіб, що розрізняються за рівнем тривожності.....	55
Висновки до другого розділу.....	62
ВИСНОВКИ.....	65
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	67

ВСТУП

Умови сучасного життя, гострота соціально-економічних проблем, різка майнова диференціація, що утворила «розрив» у системі минулих і нових соціальних цінностей і норм, духовна криза суспільства, об'єктивно стимулюють у жителів сучасних містей труднощі різного плану, зокрема: невизначенність із самореалізацією, зростання невпевненості в майбутньому, соціальну апатію та асоціальну поведінку, зростання агресивних проявів у поведінці людей різного віку, статі та соціального статусу. На цьому тлі різко виділяються зовнішні підбурення зі сторони напруженого соціального оточення, засобів масової інформації, що перетворилися на засоби масового негативного, суперечливого і досить напружено-агресивного впливу на свідомість людей викликають виражену стійку тривогу за власне життя, за життя близьких та рідних, співвітчизників; нервову збудженість, яку клієнти психологів описують як неможливість зосередитись, нормально плідно працювати, чи навіть просто відпочивати протягом ночей; масове соціальне запаморочення, при якому учорашні близькі друзі, знайомі чи приятелі, завдяки різниці у світогляді стають запеклими ворогами. Усі ці чинники, на жаль відомі багатьом сучасникам, формують умови для виникнення та переживання досить важких психологічних станів, таких як: невірноваженність, соціальна агресивність та тривога, туга, відчуття безвихіді, знецінення людського, а загалом і власного життя, відчуженість, самотність, тощо.

Саме вищеозначені соціальні події та умови складають **актуальність** дослідження особливостей переживання самотності у осіб з різним рівнем тривожності.

Проблему самотності вивчали О.В. Данчева, Т.Б. Джонсон, Л.Е. Орбан-Лембрик, М. Литвак, Б. Міюскович, Д. Перлман, Л.Е. Пепло, В.І. Пузьков, І.А. Садлер, А. Семенова, М.М. Наріцин, Л.У. Хараш, В. Франкл, Е. Фромм, Ю.М. Швалб та ін..

Методологічну основу дослідження склали системно-структурний підхід до вивчення тривоги, розкритий в роботах Н.А. Амінова, К.Е. Ізарда, Н.Д. Левітова, Г.Ш. Габдеевой. Спиралися на роботи Хоуліса, Кеттела, Шейера,

Цукермана, Спілбергера з виявлення критеріїв стану тривожності. Ми керувалися деякими теоретичними положеннями вітчизняної психології, а саме поглядами Н.Д. Левітова, Ю.Л. Ханіна, Л.А. Катаєв-Смика, А.М. Прихожан, У.М. Астапова та ін. при розгляді історичного аналізу тривожності.

Мета дослідження – теоретично проаналізувати та емпірично вивчити психологічні особливості переживання самотності у осіб з різним рівнем тривожності.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз сучасних досліджень переживання самотності, тривожності особистості.

2. На основі аналізу теоретичного матеріалу визначити основні напрями і підходи до емпіричного дослідження особливостей переживання самотності у осіб з різним рівнем тривожності та підібрати методичний інструментарій згідно з метою дослідження.

3. Провести емпіричне дослідження з виявлення специфіки переживання самотності у осіб з різним рівнем тривожності.

4. Розглянути співвідношення між показниками видів переживання самотності у осіб з різним рівнем реактивної та особистісної тривожності.

5. Описати специфіку переживання самотності у осіб з високим і низьким рівнем реактивної та особистісної тривожності.

Об'єкт дослідження – особливості тривожності особистості.

Предмет дослідження – показники переживання самотності у осіб, що розрізняються за рівнем тривожності.

Методи дослідження. Мета і задачі дослідження зумовили необхідність використання комплексу теоретичних і емпіричних методів, що відповідають змісту, проблемі та етапам дослідження, до якого входять:

- теоретичні (теоретико-методологічний аналіз проблематики сутності переживання самотності та тривожності);

- емпіричні методи дослідження (спостереження, тестування);
- статистичні методи обробки даних.

В психодіагностичний комплекс увійшли наступні методики: 1. Шкала переживання самотності UCLA. 2. Методика "Почуття самотності" (Russell, Cutrona, & Ferguson Loneliness Scale) 3. «Опитувальник для визначення виду самотності» С.Г. Корчагіної; 4. Шкала тривожності Голдберга (GAI).

Структура роботи. Дана робота складається з двох розділів, висновків та списку використаної літератури.

ВИСНОВКИ

Теоретичні та емпіричні дослідження дозволяють зробити такі висновки.

1. В результаті проведеного дослідження зв'язку відчуття самотності із самотавленням студентів під час дистанційного навчання, ми дійшли наступних висновків: Самотність являє собою багатовимірне за змістом, притаманне всім суспільним системам явище, яке володіє екзистенціальними, соціальними та особистісними детермінантами. Складність інтерпретації самотності обумовлена бінарної, суперечливою (індивідуальної та суспільної) сутністю людини, різноманіттям форм і рефлексії самотності. Розбіжності в поглядах полягають в тому, що в даний час феноменологія, Соціальні та психологічні механізми самотності вивчені недостатньо.

2. У трактуванні феномена самотності виділяються дві основні тенденції, обумовлені негативною і позитивною спрямованістю. Це дозволяє розглядати самотність в антиномічному: деструктивному і творчому сенсах. Самотність корелюється з поняттями «усамітнення» та «ізоляція», що мають етимологічну ідентичність, але розрізняються по семантиці і контексту. В різних психологічних напрямках сутність самотності трактується по-різному: в соціологічному підході, наприклад, провідними у становленні даного явища являються зовнішні чинники та тиск суспільства та його норм. В психодинаміці акцентують увагу на внутрішніх чинниках. Позиції добровільного або вимушеної самотності мають діаметральну соціальну спрямованість і антиномічні за змістом. Добровільна самотність, що несе позитивну спрямованість, співвідноситься з поняттям «усамітнення» і означає Вибір індивідом життєвої стратегії, обумовлений суб'єктивними причинами екзистенціального і когнітивного характеру.

3. Причинами соціально-психологічного самотності молодих людей є дефіцит емоційних зв'язків; відсутність ідентифікації – усвідомлення членами групи себе як «ми», а інших як «вони»; несформованість прийнятних для всіх

членів групи загальних норм і цінностей, правил поведінки; недолік наявності достатнього часу взаємного існування людей.

4. В результаті може підвищуватися тривожність, знижуватися спілкування та проявлення самотності, знижуватися соціальний статус серед студентів. Саме суспільство визначає, наскільки студент буде значущим серед однолітків, наскільки успішною буде його діяльність. Враховуючи існування такої залежності, психологи вивчають зв'язок між соціальним статусом індивіда та його тривожністю. Особистісні конструкції, такі як тривожність та самотність мають складний і динамічний зв'язок.

5. На емпіричному етапі дослідження вивчався зв'язок між тривожністю та самотністю студентів у групі однолітків. У дослідженні взяли участь 40 студентів 3 курсу (27 дівчат і 13 хлопців) Одеського національного економічного університету м. Одеса. Емпіричне дослідження проводилося з використанням наступних методів і діагностичних методик: Шкали переживання самотності UCLA, Шкали тривожності та депресії Гамільтона та Методика "Почуття самотності" (Russell, Cutrona, & Ferguson Loneliness Scale). Для діагностики особливостей самотності особистості було використано «Опитувальник для визначення виду самотності» С.Г. Корчагіної.

Емпірично існує сильна зворотна залежність між особистісною тривожністю та самотністю. Чим вищий рівень особистісної тривожності, тим вищий рівень самотності (і навпаки).

6. В експериментах брали участь люди з різним віком, різним соціальним статусом та з різних місць проживання. Виявилось, що люди із вираженою тривожністю відчують значно гостріше переживання самотності в повсякденному житті, ніж ті, хто має менш виражені прояви тривожності. Вони частіше й інтенсивніше страждають від самотності в порівнянні з менш тривожними особами. Тобто, високий рівень тривожності безпосередньо пов'язаний із глибшим відчуттям самотності та його більш регулярними проявами в житті людини.

7. Описано специфіку видів переживання самотності у осіб, що розрізняються за рівнем реактивної та особистісної тривожності.

Отримані результати показують, що досліджувані, з високим рівнем особистісної тривожності демонструють високий рівень переживання дифузної та дисоційованої самотності. Досліджувані з високим рівнем реактивної тривожності демонструють високий рівень переживання дисоційованої самотності. Досліджувані з низьким рівнем реактивної та особистісної тривожності здатні переживати високий рівень дисоційованого виду самотності.

Таким чином, глибоке переживання самотності взагалі, супроводжується високим рівнем особистісної та реактивної тривожності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Академія педагогічних наук — перше десятиліття // *Початкова школа*. К. 2002. № 12.
2. Закон України про внесення змін і доповнень до Закону Української РСР «Про освіту». К.: Генеза, 1996.
3. Божович Л.І., Морозова Н.Г., Славіна Л. С. Розвиток мотивів навчання у радянських школярів. 1952.
4. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В.Огороднійчук та ін. К.: Просвіта, 2001.
5. Ліфарєва Н.В. Психологія особистості: навчальний посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2003.
6. Максименко С. Д. Загальна психологія. К.: Форум, 2003.
7. Маценко В.Ф. Самосвідомість. Психологічні аспекти та основні напрями розвитку тривожності // *Стежинами психологічного вдосконалення*. 2004. №24.
8. Психологія: Навч. посіб. / О.В. Винославська, О.А. Бреусенко Кузнецов, В.А. Зливнов та ін./ За наук. ред. О.В. Винославської. К.: Фірма «ІНКОС», 2005.
9. Грубі Тамара Валеріївна. Основні методики діагностики перфекціонізму. Збірник тез міжнародної науково-практичної конференції : «Роль і місце психології та педагогіки у формуванні сучасної особистості» (м. Харків, Україна, 15–16 січня 2016 року). Харків: Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2016. С. 59–63.
10. Дворник Максим Сергійович. Соціально-психологічні практики відтермінування в конструюванні особистістю власного майбутнього : дис. канд. психол. наук : 19.00.05. Київ., 2014. 215 с.
11. Дворник Максим Сергійович. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 120с.
12. Карамушка Людмила Миколаївна. Діагностичний інструментарій визначення перфекціонізму особистості. Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2016. Том I :

Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. 45 С. 35–40.

13. Карамушка Людмила Миколаївна. Психологічні чинники професійного вигорання працівників державної фіскальної служби України : монографія. Київ.- Кам'янець-Подільський : Медобори-2006, 2015. 254 с.

14. Карамушка Людмила Миколаївна, Бондарчук Олена Іванівна., Грубі Тамара Валеріївна. Методики дослідження перфекціонізму, трудоголізму та прокрастинації особистості: методичний посібник. Кам'янець-Подільський : ПП «Аксіома», 2019. 80 с.

15. Кокун Олег Матвійович. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності. Київ.: Міленіум, 2004. 265 с.

16. Лоза О.О. Моделі перфекціонізму та методики його діагностики. Вісник Дніпропетровського університету економіки та права імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». 2011. № 1(1). С. 122–125.

17. Лоза О.О. Особливості перфекціонізму як особистісної риси державних службовців: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія; історія психології». Київ, 2015. 216 с.

18. Татенко Віталій Олександрович. Суб'єктно-вчинкова парадигма в сучасній психології. Соціальна психологія. 2006. № 1 (15). С. 3–13.

19. Титаренко Тетяна Михайлівна. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ. : Либідь, 2003. 376 с.

20. Титаренко Тетяна Михайлівна. Психологічні особливості буденного дискурсу. Актуальні проблеми психології. Т. 2. Психологічна герменевтика. Київ., 2001. Вип. 1. С. 76–85.

21. Титаренко Тетяна Михайлівна. Соціально-конструктивістська природа життєвих завдань особистості. Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / Акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Київ., 2008. Вип. 19 (22). С. 131–139.

22. Титаренко Тетяна Михайлівна. Сучасна психологія особистості. Київ. : Марич, 2009. 232 с.
23. Тищенко С. П. Феноменологічний досвід особистості у словесному вираженні: інтерпретація автобіографічних нарративів. Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України. Київ., 2010. Вип. 38. С. 306–335.
24. Цуканов Борис Йосипович. Час у психіці людини. Одеса: Астропринт, 2000. 218 с.
25. Черемних К. О. Наратив як категорія сучасного соціогуманітарного дослідження: епістемологія, методологія, інструмент. Наукові студії із соціальної та політичної психології. Київ., 2009. Вип. 22 (25). С. 189–195.
26. Ferrari J. R. Procrastination and task avoidance. New York : Plenum Press, 1995. 273 p.
27. Freeman E. K. Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the Kicks. *Current Psychology*. 2011. № 30. P. 375–382.
28. Frost R. The dimension of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*. 1990. № 14. P. 449–468.
29. Grubi T.V. A set of techniques to investigation a perfectionism of personality of scientific and pedagogical staff of the higher school. *Організаційна психологія. Економічна психологія. Науковий журнал за наук. ред. С.Д.Максименка та Л.М.Карамушки*. Київ. : Логос, 2016. № 4 (7). С. 25-31.
30. Помазова О.В. Самотність як психологічний феномен // Наукові записки. Серія “Психологія і педагогіка” 2013, С.206-214.
31. Блохіна І.О. Психологічні причини виникнення тривожності у студентів. // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія ПСИХОЛОГІЯ. Випуск 4, 2021. 82-86.
32. Яремко Р.Я., Гродська В.М., Дзюбак А.В., Ільків Х.В. Теоретичне дослідження проблеми тривожності особистості у психологічній літературі // «Молодий вчений» №5 (105), 2022 82-86

33. Tuckman B. W. Academic Procrastinators: Their Rationalizations and Web-Course Performance. Chicago : The Ohio State University. APA Symposium Paper, 2002. 25 p.
34. Spilberger, C. D. (1983). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Consulting Psychologists Press.
35. Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480.
36. Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227.
37. Mogg, K., & Bradley, B. P. (1998). A cognitive-motivational analysis of anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36(9), 809–848.
38. Spilberger, C. D. (1983). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Consulting Psychologists Press.
39. Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227.
40. Mogg, K., & Bradley, B. P. (1998). A cognitive-motivational analysis of anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36(9), 809–848.
41. Cacioppo, J. T., & Hawkley, L. C. (2009). Perceived social isolation and cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 13(10), 447–454.
42. Qualter, P., Brown, S. L., Munn, P., & Rotenberg, K. J. (2010). Childhood loneliness as a predictor of adolescent depressive symptoms: An 8-year longitudinal study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 19(6), 493–501.