

СПЕЦИФІКА ЗВ'ЯЗКУ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ Й ЗАДОВОЛЕНІСТІ ЖИТТЯМ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

SPECIFICITY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS EXPERIENCE AND LIFE SATISFACTION OF THE ADOLESCENTS

У статті представлено результати теоретичного аналізу й емпіричного дослідження специфіки зв'язку переживання самотності з показниками задоволеності життям осіб юнацького віку. Перевірку висушеного припущення про можливе існування певного зв'язку між переживанням юнаками і дівчатами самотності та їхньою задоволеністю життям проведено на вибірці, до складу якої залучено 90 осіб юнацького віку, із застосуванням методики «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассела й М. Фергюсона, Опитувальника для визначення виду самотності (С. Корчагіна), Диференціального опитувальника переживання самотності Є. Осіна й Д. Леонтєва, Шкали задоволеності життям Є. Дінера (SWSL), методики «Експрес-діагностика рівня психоемоційного напруження» (ПЕН) (О. Копіна, Е. Сусліва, Е. Заїкін), тесту «Індекс життєвої задоволеності» в адаптації Н. Паніної. Статистичний аналіз здійснювався із застосуванням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. У результаті емпіричного дослідження виявлено, що гострота суб'єктивного відчуття самотності, відчуження, загальне переживання самотності, ізоляція, переживання всіх видів самотності негативно корелюють із показниками задоволеності життям осіб юнацького віку, на відміну від показників проблемної самотності й ресурсу усамітнення, які позитивно пов'язані з показниками задоволеності життям юнаків і дівчат. З'ясовано, що існує негативний зв'язок загального переживання самотності, відчуження й самовідчуття осіб юнацького віку із задоволеністю основних життєвих потреб і психосоціальною стресом, показники якого водночас зворотно корелюють із переживанням відчужувальної, дисоційованої та загальної самотності, з дисфорією й радістю усамітнення досліджуваних. Показано, що чим нижчими є показники відчужувальної, дисоційованої й загальної самотності, тим більше юнаки і дівчата задоволені умовами життя й більш задоволеними є їхні основні життєві потреби. При цьому переживання досліджуваними дифузної, відчужувальної, дисоційованої й загальної самотності негативно пов'язано з показниками індексу життєвої задоволеності осіб юнацького віку.

Ключові слова: самотність, суб'єктивне відчуття самотності, переживання самотності, види самотності, задоволеність життям.

The article represents the results of theoretical analysis and empirical study of the specificity of the relationship of loneliness experience and life satisfaction indicators of the adolescents. Verification of the assumption about the possible existence of the relation between the loneliness experience of young people and their life satisfaction level was conducted on the sample that included 90 adolescents, using the method of "Developing a Measure of Loneliness" by D. Russell and M. Ferguson, "The Questionnaire to Determine the Type of Loneliness" by S. Korchagina, "Loneliness Differential Questionnaire" by E. Osin and D. Leontiev, "Satisfaction with Life Scale" (SWLS) by E. Diener, method of "Rapid Diagnosis of Emotional Stress" by O. Kopin, E. Suslov, E. Zaikin, and "Life Satisfaction Index" in the adaptation of N. Panina. Statistic analysis was conducted using the Rank Correlation Coefficient by Spearman. As a result of the empiric study it has been found that the severity of the subjective loneliness feeling, alienation, general loneliness experience, isolation, any kind of loneliness experiences have a negative correlation with the indicators of life satisfaction of adolescents unlike the indicators of problem loneliness and solitude resource, that are positively related to the life satisfaction indicators of young people. It has been found out that there is a negative correlation of the general experience of loneliness, alienation and self-awareness of young people with satisfaction of basic life needs and psychosocial stress, the indicators of which at the same time inversely correlate with the experience of alienating, dissociation and general loneliness, with dysphoria and the joy of solitude of the subjects. It has been shown that the lower the alienating, dissociated general loneliness indicators are, the more the adolescents are satisfied with their life conditions and the more covered are their basic life needs. Meanwhile the experiencing of diffuse, alienating, dissociated, and general loneliness is negatively associated with indicators of life satisfaction index of young people.

Key words: loneliness, subjective loneliness feeling, loneliness experience, types of loneliness, life satisfaction.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.12-2.17>

Гулевська Н.В.

магістр психології

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Кубриченко Т.В.

к.психол.н., доцент кафедри соціальної психології і психології управління

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Постановка проблеми. В умовах глобалізації на тлі широкої й розгалуженої мережі соціальних зв'язків сучасного світу проблеми самотності особистості визнаються все актуальнішими, при цьому автори висловлюють занепокоєння з приводу складності переживання самотності як жінками, так і чоловіками різного віку, звертають увагу на спричинені

цим особистісні й поведінкові зміни, певне зростання кількості самотніх осіб. З іншого боку, у сучасному інформаційному суспільстві одним із нагальних питань залишається прагнення людини до благополуччя і щастя, когнітивним компонентом якого визнається задоволеність життям, що позначається на поведінці, психічному стані, міжособистісних

стосунках особистості, тому, попри численність наукових розвідок, присвячених задоволеності життям, інтерес дослідників до цієї проблематики нині не згасає. З огляду на зазначене, важливим убачається подальше вивчення феноменів переживання самотності й задоволеності життям, з'ясування наявності та специфіки зв'язку між ними в осіб юнацького віку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Звертає на себе увагу строкатість представлених у літературі визначень змісту поняття самотності, що, вочевидь, зумовлюється не лише співвіднесенням його з відомими категоріями соціально-психологічних явищ, переживання, почуття, процесу, стану, відчуття, ставлення, потреби (Р. Вейс, С. Корчагіна та ін.) та з визнанням неоднозначності впливу самотності на особистість, який може бути як деструктивним, так і конструктивним, а, безумовно, і тими теоретичними підходами, у контексті яких вивчається феномен самотності, що також відрізняються своєю різноманітністю (соціологічний, феноменологічний, екзистенціальний, психодинамічний, когнітивний, інтеракціоністський, загальносистемний, біологічний). При цьому самотність може інтерпретуватися і як рушійна сила потреби в людській близькості [9], і як відсутність потреби в міжособистісних стосунках (С. Корчагіна). Останнє стає зрозумілим у контексті висновків авторів, що певні особи можуть не лише легко переносити самотність, а й навіть уважати відчуженість і відстороненість важливими та зручними для успішності діяльності.

Цікавими видаються запропоновані вітчизняними дослідниками в контексті континуально-ієрархічного підходу розгляд схильності до переживання самотності як складної багаторівневої властивості особистості та розроблення нового психодіагностичного інструментарю диференціальної діагностики схильності особистості до переживання самотності (ДИСПС) [12].

У літературі представлено різне бачення авторами типів і видів самотності, що позначається на їх кількості й підґрунті типологій і класифікацій. Не менш різноманітними виглядають підходи до визначення видів самотності особистості. Аналізуючи причини самотності, дослідники зазвичай називають соціально-психологічні, індивідуально-психологічні та ситуаційні чинники. При цьому перелік індивідуально-психологічних чинників виглядає більш розлогим, адже до нього включають прагнення до самопізнання, розвитку своєї особистості, самовдосконалення [10], низький рівень самооцінки [7], деструктивну й дефіцитну агресію, внутрішні й зовнішні Я-обмеження, невротичність, депресивність, роздратованість, емоційну

лабільність, сором'язливість [4] та багато інших характеристик.

При цьому видається переконливим зауваження авторів, що в детермінації переживання самотності індивідуально-психологічні, особистісні чинники можуть поєднуватися як із соціально-психологічними [1], так і з ситуативними факторами [9]. Водночас відзначено можливий вплив переживання самотності на ставлення особистості до себе, зокрема описано особливості самоставлення самотніх жінок [5].

Не відрізняється однотайністю уявлення авторів про зміст категорії задоволеності життям, що визначається кризь призму феномена щастя як одного з його когнітивних компонентів, описується як оцінка, що застосовується людиною для характеристики власної поточної ситуації [2], як складне постійно мінливе соціально-психологічне утворення, що характеризується суб'єктивним емоційно-оцінним ставленням і має рушійну силу, що спонукає до дії, пошуку, управління внутрішніми й зовнішніми об'єктами (Р. Шамінов) тощо. Відомо, що обговорюваний термін пов'язаний із поняттями благополуччя, суб'єктивного та психологічного благополуччя, якості життя, хоча й відрізняється від них за змістом. У літературі представлено результати сучасних досліджень ресурсів і чинників психологічного благополуччя особистості [8]. Показано, що суб'єктивне благополуччя позитивно пов'язане з позитивними полюсами індивідуально-психологічних факторів Великої п'ятірки, самооцінкою та має закономірний негативний зв'язок із показниками Темної Тріади Рис [3].

Аналізуючи чинники задоволеності життям, автори визнають значущість як особистісних якостей людини, так і соціальних факторів (Є. Балацький, Е. Diener, R. Veenvhoven та інші). Відомі висновки, що факторами задоволеності життям є наявність цікавої роботи, вільного часу й низка особистісних характеристик, а також відзначено взаємозв'язок між задоволеністю життям і перебуванням у шлюбі [2]. Водночас наведені авторами емпіричні дані дають змогу припустити, що як чинники, які впливають на якість життя і, як наслідок, задоволеність життям, мають братися до уваги й диспозиційні фактори емоційного інтелекту, мотиви, індивідуально бажані стратегії (Е. Носенко, Д. Носенко). Досліджено специфіку зв'язку психологічного благополуччя осіб зрілого віку з їхнім оптимізмом [11, с. 146], а також встановлено характер зв'язку задоволеністю життям із часовою перспективою в осіб молодого віку [6, с. 57].

Під час проведення дослідження важливими також виявилися висновки, що переживання самотності пов'язане з властивостями особистості, до яких зараховано такі прояви, як деструктивна й дефіцитна агресія, тривога,

нарцисизм, внутрішні й зовнішні Я-обмеження, невротичність, депресивність, роздратованість, емоційна лабільність, сором'язливість, що впливають одна на одну [4]. При цьому відомо, що соціальні контакти та довірливі взаємини, постійне проведення часу в компанії друзів щільно пов'язані із задоволеністю життям (Г. Воронін), тим більше на тлі висновків авторів про потребу в довірливих стосунках, у поглибленні інтимності та спілкуванні тощо в осіб юнацького віку (А. Реан). Зважаючи на низку виокремлених теоретичних положень, ми припустили, що існує певний зв'язок переживання самотності й задоволеності життям в осіб юнацького віку.

Постановка завдання. Метою статті є емпіричне дослідження специфіки зв'язку переживання самотності й задоволеності життям в осіб юнацького віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для перевірки висунутого пропущення обрано комплекс психодіагностичних засобів, до якого ввійшли методика «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассела й М. Фергюсона, Опитувальник для визначення виду самотності (С. Корчагіна), Диференціальний опитувальник переживання самотності Є. Осіна і Д. Леонтєва, Шкала задоволеності життям Є. Дінера (SWSL), методика «Експрес-діагностика рівня психоемоційного напруження» (ПЕН) (О. Копіна, Е. Суслова, Є. Заїкін), тест «Індекс життєвої задоволеності» в адаптації Н. Паніної. Статистичний аналіз даних проведено із застосуванням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Дослідження проводилося на вибірці, до складу якої ввійшло 90 осіб юнацького віку (39 хлопців і 51 дівчина).

Насамперед дослідження показало існування негативного статистично значущого зв'язку між показниками задоволеності життям і показниками суб'єктивного відчуття самотності (таблиця 1).

Таблиця 1

Значення коефіцієнта кореляції р-Спірмена між показниками задоволеності життям і показниками рівня суб'єктивного відчуття самотності (за методиками «Шкала задоволеності життям» Є. Дінера (SWSL) і «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассела й М. Фергюсона)

Показники	Рівень суб'єктивного відчуття самотності
Задоволеність життям	-,497**

Примітка: ** – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,01$.

Отже, чим більш гострим для юнаків і дівчат є переживання самотності, тим менше вони

задоволені життям. Подібного характеру статистично значущий зв'язок виявлено й між показниками рівня суб'єктивного відчуття самотності та показниками задоволеності умовами життя за відсутності значущих зв'язків між показниками рівня суб'єктивного переживання самотності та показниками психосоціального стресу, задоволеності життям, задоволеності основних життєвих потреб (таблиця 2).

З'ясувалося, чим нижчий рівень суб'єктивного відчуття самотності, тим більше досліджувані задоволені умовами свого життя. При цьому перевірка характеру зв'язку між показниками рівня суб'єктивного відчуття самотності осіб юнацького віку та показниками їхнього інтересу до життя, послідовності в досягненні цілей, узгодженості між поставленими й досягнутими цілями, позитивної оцінки себе та власних вчинків, загального фону настрою, індексу життєвої задоволеності (за методиками «Індекс життєвої задоволеності» в адаптації Н. Паніної та «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассела й М. Фергюсона) не виявила наявності статистично значущих кореляційних зв'язків.

Таблиця 2

Значення коефіцієнта кореляції р-Спірмена між показниками психоемоційного напруження й показниками рівня суб'єктивного переживання самотності (за методиками «Експрес-діагностика рівня психоемоційного напруження» О. Копіної та «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассела й М. Фергюсона)

Показники	Показники критерію Спірмена
	Рівень суб'єктивного відчуття самотності
Психосоціальний стрес	-,198
Задоволеність життям	-,073
Задоволеність умовами життя	-,210*
Задоволеність основних життєвих потреб	-,112

Примітка: * – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,05$; ** – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,01$.

Подальше дослідження показало, що з низки показників переживання самотності статистично значуще пов'язані із задоволеністю життям осіб юнацького віку показники відчуження й позитивної самотності, при цьому цей зв'язок є негативним (таблиця 3).

Отримані дані засвідчують, що чим більше досліджувані задоволені життям, тим легше

вони переживають відсутність значущих зв'язків з оточуючими людьми, але водночас мають і меншу здатність знаходити ресурс у самотності, творчо використовувати її для самопізнання й позитивно реагувати в ситуації усамітнення.

Таблиця 3

Значення коефіцієнта кореляції р-Спірмена між показниками задоволеності життям і показниками переживання самотності (за методиками «Шкала задоволеності життям» Є. Діннера (SWSL) і «Диференціальний опитувальник переживання самотності» Є. Осіна й Д. Леонтьєва)

Показники	Показники критерію Спірмена
	задоволеність життям
Ізоляція	-,022
Самовідчуття	-,013
Відчуження	-,242*
Дисфорія	-,069
Проблемна самотність	,032
Потреба в компанії	,201
Радість усамітнення	-,203
Ресурс усамітнення	-,152
Загальне переживання самотності	-,120
Залежність від спілкування	,112
Позитивна самотність	-,233*

Примітка: * – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,05$; ** – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,01$.

Різноманітними й цікавими виявилися зв'язки між показниками рівня психоемоційного напруження та показниками переживання самотності (таблиця 4).

Як бачимо, усі встановлені статистично значущі зв'язки між показниками психосоціального стресу та низкою показників переживання самотності (відчуження, загальне переживання самотності, самовідчуття, дисфорія, радість усамітнення) є негативними. При цьому показники психосоціального стресу виявилися не пов'язаними з показниками ізоляції, проблемної самотності, потреби в компанії, ресурсу усамітнення, залежності від спілкування й позитивної самотності. З'ясувалося, що чим більше досліджувані задоволені життям, тим менше вони конструюють власний образ Я як образ самотньої людини, тим слабше їхнє загальне переживання самотності, меншою є дія механізмів відокремлення в психологічній структурі їхньої особистості й нижчою ізоляція, що, як відомо, характеризується відсутністю людей, із якими близький контакт можливий.

Таблиця 4

Значення коефіцієнта кореляції р-Спірмена між показниками рівня психоемоційного напруження й показниками переживання самотності (за методиками «Експрес-діагностика рівня психоемоційного напруження» О. Копіної та «Диференціальний опитувальник переживання самотності» Є. Осіна й Д. Леонтьєва)

Шкала	Психосоціальний стрес	Задоволеність життям	Задоволеність умовами життям	Задоволеність основних життєвих потреб
Ізоляція	-,159	-,363**	-,061	-,173
Самовідчуття	-,240*	-,291**	-,013	-,219*
Відчуження	-,275**	-,312**	-,167	-,314**
Дисфорія	-,239*	-,093	,126	,065
Проблемна самотність	,025	,260*	,056	,100
Потреба в компанії	,013	,039	,245*	,084
Радість усамітнення	-,228*	-,003	-,161	-,158
Ресурс усамітнення	-,041	,258*	-,233*	-,145
Загальне переживання самотності	-,252*	-,440**	-,089	-,303**
Залежність від спілкування	,037	,087	,183	,134
Позитивна самотність	-,086	,106	-,279**	-,190

Примітка: * – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,05$; ** – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,01$.

Зовсім іншого характеру зв'язок встановлено між показниками задоволеності життям і показниками проблемної самотності й ресурсу усамітнення: виявилось, що чим більшою задоволеністю життям характеризуються юнаки і дівчата, тим більш позитивним може бути сприйняття самотності й більш виразними – продуктивні аспекти усамітнення, але водночас самотність більше сприймається досліджуваними як проблема.

Натомість статистично значущого зв'язку між показниками задоволеності життям і показниками дисфорії, потреби в компанії, радості усамітнення, залежності від спілкування й позитивної самотності не знайдено.

Різні за характером зв'язки виявлено між деякими показниками переживання самотності й задоволеністю умовами життя: якщо

зв'язок останньої з позитивною самотністю та ресурсом усамітнення є негативним, то з потребою в компанії – позитивним. Тобто, чим більше особи юнацького віку задоволені умовами життя, тим менше вони шукають у самотності ресурс, демонструють менш позитивні реакції на усамітнення, яке є для них менш продуктивним, але водночас тим нагальнішою виявляється для них потреба в спілкуванні. Натомість задоволеність умовами життя виявилася не пов'язаною з показниками ізоляції, самовідчуття, відчуження, дисфорії проблемної самотності, радості усамітнення, загального переживання самотності й залежності від спілкування.

З'ясувалося також, що негативними є зв'язки між показниками задоволеності основних життєвих потреб досліджуваних і показниками відчуження, загального переживання самотності й самовідчуття. Відповідно, чим менш комфортно почуваються особи юнацького віку в зовнішньому середовищі та власному внутрішньому світі, чим гіршою визнають якість свого життя, тим більше вони прагнуть відокремлюватися від інших людей, тим більше характеризуються неготовністю до спільної праці, тривожністю, збудливістю, низькою емпатійністю, обирають стратегію протиборства в конфліктах і тим більше їхній Я-образ складається як образ самотньої людини.

Пошуки відповіді на питання, чи може існувати певний зв'язок між показниками задоволеності життям і показниками видів самотності осіб юнацького віку, засвідчило, що задоволеність життям зворотно корелює з показниками дисоційованої й відчужувальної самотності досліджуваних, проте не пов'язана з показниками дифузної й загальної самотності (таблиця 5).

Таблиця 5

Значення коефіцієнта кореляції р-Спірмена між показниками задоволеності життям і показниками видів самотності (за методиками «Шкала задоволеності життям» Є. Діннера (SWSL) та «Опитувальник для визначення виду самотності» С. Корчагіної)

Шкали	Показники критерію Спірмена			
	Дифузна самотність	Відчужувальна самотність	Дисоціювана самотність	Загальна самотність
Задоволеність життям	,144	-,262*	-,321**	-,093

Примітка: * – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,05$; ** – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,01$.

Тому можна припустити, що чим менш різко відбувається зміна процесів ідентифікації й відчуження, властива дисоційованій самотності, і чим менше для юнаків і дівчат характерні тривожність, нездатність до співпраці, низька емпатійність і звернення до стратегії протиборства в конфліктах, типові для відчужувальної самотності, тим більше вони задоволені життям.

Окрім того, з'ясувалося, що показники всіх видів самотності негативно корелюють із низкою показників задоволеності життям (таблиця 6).

Таблиця 6

Значення коефіцієнта кореляції р-Спірмена між показниками психосоціального стресу, задоволеності життям, задоволеності умовами життям, задоволеності основних життєвих потреб і показниками видів самотності (за методиками «Експрес-діагностика рівня психоемоційного напруження» О. Копіної та «Опитувальник для визначення виду самотності» С. Корчагіної)

Показники	Дифузна самотність	Відчужувальна самотність	Дисоціювана самотність	Загальна самотність
Психосоціальний стрес	-,109	-,234*	-,251*	-,405**
Задоволеність життям	-,241*	-,292**	-,208*	-,426**
Задоволеність умовами життя	,087	-,246*	-,289**	-,225**
Задоволеність основних життєвих потреб	,092	-,349**	-,263*	-,353**

Примітка: * – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,05$; ** – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,01$.

Якщо дифузна самотність зворотно пов'язана тільки з показниками задоволеності життям, то показники відчужувальної, дисоційованої й загальної самотності з різною силою, але так само негативно корелюють із показниками психосоціального стресу, задоволеності життям, задоволеності умовами життя й задоволеності основних життєвих потреб досліджуваних.

Подібного характеру зв'язки встановлені між показниками життєвої задоволеності та показниками видів самотності (таблиця 7).

Насамперед звертає на себе увагу те, що всі статистично значущі зв'язки між названими показниками є негативними. Як бачимо, показники дифузної самотності негативно статистично значуще пов'язані з показниками

індексу життєвої задоволеності, послідовності в досягненні цілей і позитивної оцінки себе та власних вчинків. При цьому показники відчужувальної самотності негативно корелюють із загальним фоном настрою, послідовністю в досягненні цілей, узгодженням між поставленими й досягнутими цілями та індексом життєвої задоволеності. Деяко подібними один до одного виглядають установлені зв'язки між показниками життєвої задоволеності та показниками дисоційованої й загальної самотності: по-перше, обидва види самотності зворотно корелюють із показниками індексу життєвої задоволеності, узгодження між поставленими та досягнутими цілями, послідовності в досягненні цілей та інтересу до життя; по-друге, як дисоційована, так і загальна самотність виявилися не пов'язаними з показником позитивної оцінки себе та власних вчинків. Натомість якщо загальний фон настрою статистично значуще негативно корелює із загальною самотністю, то показники дисоційованої самотності з ним не пов'язані. Тобто чим більш сильно досліджувані переживають загальну самотність, тим нижчі показники фону їхнього настрою, чого не можна стверджувати щодо характеру зв'язку із цим показником дисоційованої самотності.

Відповідно, можна припускати, що чим більше досліджувані відчужуються від себе, ототожнюючись з іншими людьми, тим вищі їхня тривожність та емоційне напруження, тим менше вони задоволені ситуацією та власною роллю в ній, тим меншу наполегливість, рішучість і стійкість вони виявляють, досягаючи поставлених цілей, і тим нижчу самооцінку демонструють.

Специфіка встановлених зв'язків показників відчужувальної самотності із загальним фоном настрою, послідовністю в досягненні цілей, узгодженням між поставленими й досягнутими цілями та індексом життєвої задоволеності може свідчити про те, що чим більше в психологічній структурі особистості хлопців і дівчат переважає дія механізмів відокремлення, чим більше вони відчужуються від оточуючих їх людей, від референтних осіб, суспільних норм і цінностей, тим гіршим може бути їхній настрій, тим менш наполегливо вони готові досягати своєї мети, тим менше вони переконані у власній спроможності досягати значущих цілей і тим нижча їхня соціально-психологічна адаптованість і психологічний комфорт.

Виявлені зв'язки дисоційованої й загальної самотності з низкою показників життєвої задоволеності дають змогу, напевне, очікувати, що чим яскравіше вираженими та більш помітно змінюваними в досліджуваних є процеси ідентифікації й відчуження, чим помітніше відбувається зміна прийняття якостей власної особистості їх відкиданням і чим гостріше переживається самотність, тим менше хлопці

і дівчата є емоційно стійкими, нижчий їхній психологічний комфорт і соціально-психологічна адаптованість й вищі емоційна напруженість і тривожність, тим менше вони стійкі й наполегливі в досягненні цілей і тим менш упевнені в такій можливості.

Таблиця 7
Значення коефіцієнта кореляції р-Спірмена між показниками індексу життєвої задоволеності й показниками видів самотності (за методиками «Індекс життєвої задоволеності» в адаптації Н. Паніної та «Опитувальник для визначення виду самотності» С. Корчагіної)

Показники	Дифузна самотність	Відчужувальна самотність	Дисоційована самотність	Загальна самотність
Інтерес до життя	-,203	-,102	-,286**	-,227*
Послідовність у досягненні цілей	-,273**	-,311**	-,297**	-,357**
Узгодження між поставленими й досягнутими цілями	,125	-,244*	-,344**	-,284**
Позитивна оцінка себе та власних вчинків	-,231*	-,086	-,033	-,174
Загальний фон настрою	-,151	-,315**	-,180	-,391**
Індекс життєвої задоволеності	-,322**	-,241*	-,305**	-,373**

Примітка: * – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,05$; ** – статистично значущий кореляційний зв'язок за $p < 0,01$.

Висновки з проведеного дослідження.
 Проведене дослідження дозволяє зробити деякі висновки:

1. Переживання самотності особами юнацького віку пов'язане з їхньою задоволеністю життям: чим більш гострим є суб'єктивне відчуття самотності, чим сильнішими є відчуження, загальне переживання самотності, ізоляція, чим більш сильно досліджувані переживають усі види самотності, тим менше вони задоволені життям. Натомість проблемна самотність і ресурс усамітнення позитивно корелюють із показниками задоволеності життям юнаків і дівчат.

2. Загальне переживання самотності, відчуження й самовідчуття зворотно пов'язані із задоволеністю основних життєвих потреб

і психосоціальним стресом осіб юнацького віку, при цьому останній має такий самий за своєю специфікою зв'язок із дисфорією, радістю усамітнення досліджуваних і їхнім переживанням відчужувальної, дисоційованої та загальної самотності.

3. Відчужувальна, дисоційована та загальна самотність виявилися негативно пов'язаними із задоволеністю умовами життя й задоволеністю основних життєвих потреб досліджуваних. Чим сильніше вони переживають дифузну, відчужувальну, дисоційовану й загальну самотність, тим нижчі показники їхнього індексу життєвої задоволеності.

Не претендуючи на вичерпність, дослідження дає змогу окреслити перспективи подальших наукових розвідок, які вбачаються в проведенні лонгітюдного дослідження переживання самотності й задоволеності життям особистості, а також у з'ясуванні особливостей переживання самотності особами різних вікових груп в умовах самоізоляції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Айвазян Л. Онтологічна модель самотності. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ : НУОУ, 2013. Вип. 2 (39). С. 147–151.
2. Аргайл М. Психологія щасття. Москва : Прогресс, 1990. 268 с.
3. Аршава І., Носенко Д. Суб'єктивне благополуччя і його індивідуально-психологічні та особистісні кореляти. *Вісник ДНУ. Серія «Педагогіка і психологія»*. Дніпропетровськ : Вид-во ДНУ, 2012. Вип. 18. Т. 20. № 9/1. С. 3–10.
4. Бедан В. Індивідуально-типологічні особливості схильності особистості до переживання самотності : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Одеса : Держ. закл. «Південноукраїнський національний університет ім. К.Д. Ушинського», 2018. 20 с.
5. Бондаренко Я., Кубриченко Т. Самоставлення самотніх жінок. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ : Фенікс, 2015. Т. XII : Психологія творчості. Вип. 21. С. 49–61.
6. Грисенко Н. Характер зв'язку часової перспективи та задоволеності життям у молоді. *Journal of psychology research*. Дніпропетровськ : Ліра, 2018. Вип. 24 (7). С. 45–59.
7. Довбій Т. Проблема самотності в західній психологічній науці *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Харків : НУЦЗУ, 2011. Вип. 9. С. 80–89.
8. Каргіна Н. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Одеса : Держ. закл. «Південноукраїнський національний університет ім. К.Д. Ушинського», 2018. 20 с.
9. Лабиринты одиночества. Москва : Прогресс, 1989. 301 с.
10. Олейник Н. Переживання самотності як чинник самоактуалізації особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Херсон, 2016. 20 с.
11. Salyuk M., Ikol K. Manifestation of optimism among middle-aged people in the context of psychological well-being. *Journal of psychology research*. Дніпропетровськ : Ліра, 2018. Вип. 24 (7). С. 139–148.
12. Саннікова О., Бедан В., Гусак Л. Презентація інструменту оцінки схильності особистості до переживання самотності. *Science and Education*. 2018. Issue 5–6. С. 5–11.