

УДК 159.923+177

Бедан Вікторія Борисівна

аспірант кафедри загальної та диференціальної психології
Південноукраїнського національного педагогічного університету
імені К. Д. Ушинського
beviko@gmail.com
ORCID 0000–0003–0497–5473
[https://doi.org/10.18524/2304-1609.2018.1\(47\).145631](https://doi.org/10.18524/2304-1609.2018.1(47).145631)

**ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ОДИН ІЗ ЧИННИКІВ СХИЛЬНОСТІ
ОСОБИСТОСТІ ДО ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ**

Стаття присвячена вивченню особливостей переживання самотності особами з високим і низьким рівнем життєстійкості. Розглянуто погляди вчених на визначення понять «самотність» та «життєстійкість». Викладено результати емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення особливостей схильності до переживання самотності осіб з різною життєстійкістю — високими значеннями загального показника життєстійкості та низьким. Встановлено, що групи осіб з різним типом життєстійкості різняться специфікою переживання самотності. Для представників з *високим рівнем життєстійкості* характерно переконання у необхідності власної активності й вибору, прагнення до пошуку шляхів і здійснення дій, спрямованих на подолання переживання самотності, відсутність будь-яких негативно забарвлених переживань, спрямованість думок на формулювання чітких цілей, здатність до аналізу власної поведінки, негараздів та помилок попередніх вчинків і подій, що передували переживанню самотності. Осіб з низькою життєстійкістю характеризують протилежні переживання та прояви самотності: пасивність, безпорадність, вагання при прийнятті рішень, невіра в можливість контролювати і впливати на події власного життя.

Ключові слова: особистість, самотність, схильність до переживання самотності, життєстійкість, рівні життєстійкості.

Постановка проблеми. Сучасне суспільство переживає період різких політичних і економічних змін, природних та геополітичних катаклізмів, зростаючої міграції населення, у зв'язку з чим проблема самотності накладається на проблему розколотого суспільства і, як результат, порушуються соціальні зв'язки, втрачається довіра до людей, до держави, виникає почуття незахищеності. Наслідки вимушених змін способу життя відбиваються у зростанні негативних психологічних явищ, підвищенні рівня психоемоційної напруги, поширенні таких несприятливих для психологічного здоров'я психічних станів, як тривога, незадоволеність життям, невпевненість, страх перед майбутнім, агресивність, депресія, що провокують виникнення переживання самотності.

В історичній ретроспективі проблема переживання самотності розглядалася як *стан*, пов'язаний з втратою людських зв'язків з колективом, сім'єю, суспільством [2; 7, с. 552], що зазвичай супроводжується поганим настроєм і важкими емоційними переживаннями які можуть призвести до

розвитку психотичних станів [3, с. 4; 5, с. 8]; як *відчуття* печалі і туги, власної автономності, повної заглибленості в себе, відірваності, «порожнечі», що виникає в результаті неможливості побудови бажаних відносин з певними аспектами навколишнього світу [11, с. 10]; відчуття «що опановує особистістю в цілому — її почуттями, думками, вчинками» [7, с. 193]; як *переживання* втрати внутрішньої цілісності і зовнішньої гармонії зі світом, тотожності з іншими людьми, переживання стану відчуженості від суспільства [14, с. 16]; емоційне переживання, що пов'язане з руйнуванням глибинних очікувань особистості з приводу реалізації своїх можливостей, відсутності задовільного соціального оточення, що супроводжується проявами психологічного дистресу [12, с. 33].

І. М. Слободчиков [13, с. 22] зазначає, що до складу феномена самотності входить особливий онтологічний статус — реальний стан людини, і спосіб *про-живання* самотності, і форма *пере-живання* самотності та її наслідків. Ф. В. Бассін [4] наголошував на «значущих переживаннях», які відіграють провідну роль для інтеграції понять «сенса» і «переживання». Таким чином, самотність як «значуще» переживання пов'язане для людини тільки з тим, що наповнено для неї певним змістом.

В цьому дослідженні вивчається схильність до переживання самотності, котра розглядається як складна, цілісна багаторівнева риса особистості, що охоплює сукупність емоційних, когнітивних, поведінкових та вольових утворень, пов'язаних з усвідомленням відповідальності за власні вчинки і життя в цілому, що характеризується власним ставленням до самотності, суб'єктивним очікуванням «самотногенних» ситуацій, готовністю реагувати на будь-які емоціогенні ситуації перш за все переживанням самотності, що виявляється у власних емоційних, когнітивних та поведінкових репрезентаціях.

Аналіз літератури дозволив визначити, що представники різних наукових шкіл і напрямків указують на різні причини і особливості перебігу самотності. Проте можна виділити дві тенденції, що зумовлені її негативною і позитивною спрямованістю: з одного боку, самотність розуміється як деструктивний фактор для особистості, з іншого — вважається необхідним етапом самопізнання, самовизначення. Така думка висвітлена в наукових роботах сучасних дослідників Д. О. Леонтьєва, Є. М. Осіна [9], І. М. Слободчикова [13] та інших, в яких розглядається позитивний аспект феномену самотності, акцентується увага на необхідності зміни ставлення до самого феномену.

Сьогодні психологами приділяється більше уваги пошуку комплексу характерологічних рис або окремих властивостей особистості, яскрава виразність яких або спричиняє появу цього переживання, або створює умови опанування переживання самотності.

Однією з таких рис особистості є *життєстійкість*, яка трактується Д. О. Леонтьєвим як система переконань про себе, про світ, про відносини зі світом. Виразність життєстійкості та її компонентів перешкоджає виникненню внутрішньої напруги в емоціогенних ситуаціях за рахунок стійкого подолання стресів і прийняття їх як менш значимих [8].

Згідно S. Maddi, життєстійкість — це патерн установок, навичок, що забезпечують хоробрість, сміливість, відвагу людини, і стратегій, які мають перетворити стресогенні обставини в можливості зростання. Життєстійкість особливо значима в ситуаціях і системах відносин, насичених труднощами, та надає інформацію для розуміння того, як індивід може долати пагубні впливи середовища і відновлюватися після травматичних подій життя, пов'язаних з переживанням самотності. Більше того, акцент на внутрішніх захисних факторах, переосмислення самого розуміння травматизації і вивчення стилів інтерпретації несприятливих ситуацій дозволяють розглядати життєстійкість як набір умінь, які можна набути [17].

Деякі автори розглядають життєстійкість як особистісну рису, що підкреслює аттїтуди й мотивує людину до змін, які відбуваються з нею, і дозволяє скористатися наявними внутрішніми ресурсами; як загальну інтегральну характеристику особистості, що допомагає активно і творчо проживати своє життя, ефективно долати стресогенні події.

Саме ця інтегральна характеристика, на думку Т. В. Наливайко, перетворює стресогенні події в можливості для особистісного розвитку завдяки патерну смисложиттєвих орієнтацій, самоставлення, стильових характеристик поведінки, який спирається на природні властивості особистості [10, с. 6]. О. О. Климовим життєстійкість розглядається як риса особистості, що характеризує ступінь подолання особистістю себе, що визначає ефективність зусиль, докладених для опанування як себе, так і обставин свого життя [6, с. 607]. Т. М. Титоренко визначає життєстійкість як «вміння ефективно існувати всупереч життєвим перешкодам та труднощам», як «здатність людини зберігати баланс між пристосуванням до нових вимог та прагненням жити гармонійно, повноцінно» [15, с.4].

Отже, якщо життєстійкість — це риса особистості, котра виявляється у вмінні забезпечувати ефективність існування всупереч життєвим перешкодам, здатність долати труднощі, опанувувати себе та успішно долати стресогенні події, то можна припустити, що рівень життєстійкості може впливати і на переживання самотності, на її прояви та способи її подолання.

Метою статті є виклад результатів дослідження специфіки схильності до переживання самотності осіб з високим і низьким рівнем життєстійкості.

Результати дослідження. Емпіричне дослідження проводилося на базі Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Вибірку склали 328 осіб — студенти та слухачі денної та заочної форми навчання віком від 18 до 40 років. Діагностика показників схильності до переживання самотності здійснювалась за допомогою методики «Диференціальна діагностика схильності особистості до переживання самотності», що розроблена у співавторстві з науковим керівником О. П. Санніковою [1]. Для вивчення параметрів життєстійкості застосовувався «Тест життєстійкості» Д. О. Леонтьєва та О. І. Расказової [8]. Математико-статистична обробка даних здійснювалась за допомогою комп'ютерної програми SPSS 21.0 for Windows (ко-

реляційний аналіз, параметричний критерій t Ст'юдента); якісний аналіз (метод «асів» і «профілів»).

У табл. 1 надані значимі коефіцієнти кореляцій між показниками схильності до переживання самотності та життєстійкості.

Кореляційний аналіз між показниками схильності до переживання самотності та життєстійкості виявив переважно від'ємні значимі зв'язки. Встановлено, що показники схильності до переживання самотності СМ_о, СЕ, СК_г, ПрС та СЗП виявили від'ємні зв'язки на 1 % рівні з показниками життєстійкості: контролем (К), прийняттям ризику (ПрР) та загальним рівнем життєстійкості (ЗЖ). Показник схильності до переживання самотності СКР виявив додатні зв'язки на 1 % рівні з показниками життєстійкості контроль (К), загальною життєстійкістю (ЗЖ) та на 5 % рівні з показником прийняття ризику (ПрР). Від'ємний зв'язок виявлено між показником СРА та показником життєстійкості контроль (К) ($p \leq 0,05$).

Таблиця 1

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками схильності до переживання самотності та життєстійкості

Показники життєстійкості	Показники схильності до переживання самотності								
	СМ _о	СПф	СЕ	СК _г	СКР	СРА	САЗ	СПр	СЗП
З				-195			195		-304*
К	-215*	-129	-269*		208*	-128	-218	-154	-226*
ПрР	-128	-168	-265*	-195	147			-241*	-255*
ЗЖ		-119	-246*	-274*	214*			-171	-294*

Примітка. 1) Коми та нулі опущено; 2) позначення «*» — кореляція на 1 % рівні, без позначення — кореляція на 5 % рівні; 3) Умовні скорочення показників схильності до переживання самотності: СМ_о — мотиваційний компонент, СПф — психофізіологічний компонент, СЕ — емоційний компонент, СК_г — когнітивний компонент, СКР — констативно-регулятивний компонент, СРА — рефлексивно-аналітичний компонент, САЗ — адаптивно-захисний компонент, ПрС — прийняття самотності, СЗП — загальний показник. Показники життєстійкості: З — залученість, К — контроль, ПрР — прийняття ризику, ЗЖ — загальна життєстійкість.

Отже можна констатувати, що чим вище життєстійкість, тим імовірніше, що людина буде адекватно сприймати труднощі, що пов'язані з переживанням самотності, а не уникати їх та заперечувати.

За допомогою метода «асів», враховуючи результати процентильних оцінок, із загальної вибірки (n=328) виявлено 2 групи осіб: з високим значенням загального показника життєстійкості (ЖС_{max}, 18 осіб) та з низькими значеннями (ЖС_{min}, 22 особи). На рис. 1 зображені профілі схильності особистості до переживання самотності означених груп осіб з високим і низьким рівнем життєстійкості. На осі ОХ відмічені показники самотності як риси особистості, на осі ОУ — їх значення (у процентилях). Значення кожного показника є середнє арифметичне число конкретного показника усіх представників кожної групи окремо. Діапазон від 0 до 25 (перший квартиль розподілу Q1) вважається простором низьких значень показника; від 25 до 50 — простором слабо виразних значень (другий квартиль розподілу Q2); від 50 до 75 — діапазоном достатньо виразних значень

(третій квартиль розподілу Q3); від 75 до 100 — діапазоном яскраво виразних значень показника (четвертий квартиль розподілу Q4). Середня лінія ряду проходить через 50 процентилю.

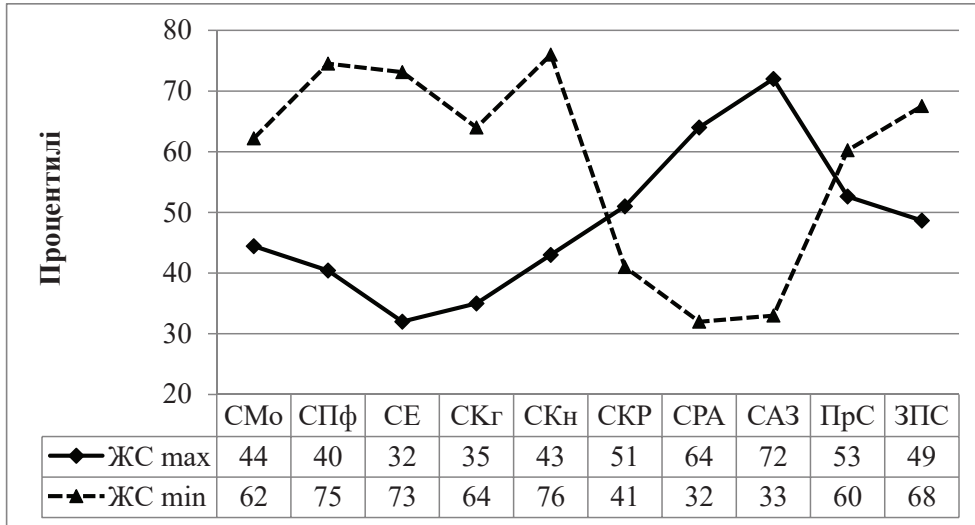


Рис. 1. Профілі схильності до переживання самотності осіб з різним рівнем життєстійкості

Спочатку проаналізуємо кожний профіль окремо задля пошуку специфіки схильності до переживання самотності, що властива представникам кожної групи окремо — з високим, або низьким рівнем життєстійкості, а потім порівнюємо їх між собою. Для вивчення характеристик схильності до самотності представників груп обстежених здійснено ранжування *абсолютних значень* показників самотності за ступенем відхилення від середньої лінії ряду (від більшого значення до меншого). При цьому значення показника, що розташовані в просторі вище середньої лінії ряду, характеризують тенденцію до додатного полюса, значення показників переживання самотності, що знаходяться нижче середньої лінії ряду, свідчать про тенденцію до від'ємного полюса, до слабкої виразності параметра, що аналізується (див. табл. 2).

Отже, представників групи з високим рівнем життєстійкості (ЖСmax) характеризує залученість у вирішення конкретних життєвих завдань, що пов'язані із самотністю; активне управління ситуацією і діями при переживанні самотності, переконання в необхідності власної активності й вибору, прагнення до пошуку шляхів і здійснення дій, спрямованих на подолання переживання самотності (САЗ+). Відсутність будь-яких негативно забарвлених переживань (СЕ-) відбиває ставлення осіб до «самотногенної» ситуації, що не є загрозливою для їх психічного та фізичного стану, ці особи здатні керувати власними емоціями; їх думки більше спрямовані на формулювання чітких цілей, на перспективу розвитку ситуації, мірку-

вання щодо прийняття рішення стосовно вибору шляхів подолання самотності, переконання у позитивному результаті власних дій (СКг–). Для осіб цієї групи характерна здатність до аналізу власної поведінки, негараздів та помилок попередніх вчинків і подій, що передували переживанню самотності (СРА+). Їм властиві завзятість і наполегливість, впевненість в ефективності власної позиції.

Таблиця 2

Ранжування показників схильності до переживання самотності осіб з високим і низьким рівнем життєстійкості

Ранг показників	Групи (типи) життєстійкості	
	ЖСmax	ЖСmin
1	САЗ+	СКн+
2	СЕ–	СПф+
3	СКг–	СРА–
4	СРА+	САЗ–

Примітка. 1) Показники зі знаком «+» розташовані у просторі додатних значень (вище 50 перцентиля); зі знаком «–» у просторі від’ємних значень (нижче 50 перцентиля); 2) показники надані у порядку зменшення величини відхилення від середньої лінії ряду.

Для осіб групи з низьким рівнем життєстійкості (ЖСmin) характерні: бурхливість поведінкових реакцій, що виявляється як в експресивних (виразних рухах, в міміці, жестах тощо), так і в імпульсивних діях (метушливість, занепокоєність, загальмованість, неухважність, відстороненість тощо), які відбиваються на професійній діяльності та міжособистісних стосунках (СКн+). Існує можливість фізіологічних, організмичних порушень, які виявляються в фізичній слабкості, порушенні сну, апетиту, погіршенні загального фізичного стану тощо (СПф+). Представники цієї групи не здатні до аналізу причин і наслідків самотності, проявляють пасивність і байдужість до результатів власних дій, через що виникає відчуття власної безпорадності, вагання при прийнятті рішень щодо подолання переживання самотності (СРА–). Невіра в можливість управління ситуацією і діями при переживанні самотності призводить до збільшення травмуючого ефекту, внаслідок чого обирається пасивний спосіб подолання переживання самотності — втеча, ізоляція, уникнення або прийняття самотності (САЗ–).

Таким чином, результати, що отримані в ході емпіричного дослідження, показали наявність виразних відмінностей схильності до переживання самотності осіб з різним рівнем життєстійкості, що підтверджує тісний зв’язок цих властивостей і дозволяє вважати життєстійкість особистісним ресурсом, що сприяє подоланню переживання самотності.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. 1. У статті розглянуто результати теоретико-емпіричного дослідження, що спрямоване на вивчення особливостей схильності до переживання самотності осіб з різним рівнем життєстійкості. Виявлено значущі від’ємні та додатні зв’язки показників схильності до переживання самотності з показниками життєстійкості.

2. Емпірично встановлено, що представники груп осіб з високим або низьким рівнем життєстійкості мають специфічні особливості переживання самотності.

3. Доведено, що представників групи з високим рівнем життєстійкості (ЖСmax) характеризує залученість у вирішення конкретних життєвих завдань, що пов'язані із самотністю; переконання в необхідності власної активності й вибору, прагнення до пошуку шляхів і здійснення дій, спрямованих на подолання переживання самотності; відсутність будь-яких негативно забарвлених переживань; здатність до аналізу власної поведінки, негараздів та помилок попередніх вчинків і подій, що передували переживанню самотності.

Для осіб групи з низьким рівнем життєстійкості (ЖСmin) характерні пасивність, безпорадність, нездатність до аналізу причин і наслідків самотності, вагання при прийнятті рішень, невіра в можливість контролювати і впливати на події власного життя, внаслідок чого обирається пасивний спосіб подолання переживання самотності

Загалом можна стверджувати, що результати емпіричного дослідження переконують у детермінуючому впливі життєстійкості на структуру схильності особистості до переживання самотності. Отже, життєстійкість можна розглядати як один із чинників переживання самотності.

Результати проведеного дослідження не вичерпують всіх аспектів проблеми переживання самотності. Перспективами подальшого дослідження є удосконалення методів психодіагностики, пошук способів психокорекції самотньої особистості.

Список використаних джерел і літератури

1. А. с. Тест-опитувальник «Диференціальна діагностика схильності особистості до переживання самотності (ДИСПС)» / О. П. Саннікова, В. Б. Бедан. — № 76765; опубл. 09.02.2018.
2. Бабанова И. В. Стратегии самоутверждения и ценностные предпочтения одинокого человека // И. В. Бабанова, Н. Е. Харламенкова // Психологический журнал. — 1999. — Т. 20, № 2. — С. 21–28.
3. Бакалдин С. В. Одиночество и его связь с функциями «Я»: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Сергей Витальевич Бакалдин. — Краснодар, 2008. — 170 с.
4. Бассин Ф. В. «Значащие» переживания и проблема собственно психологической закономерности / Филипп Вениаминович Бассин // Вопросы психологии. — 1972. — № 3. — С. 105–124.
5. Долгинова О. Б. Одиночество и отчуждённость в подростковом и юношеском возрасте: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Ольга Борисовна Долгинова. — СПб., 1996. — 156 с.
6. Климов А. А. Проблема ценностей в компетентностном подходе / А. А. Климов // Актуальные проблемы теоретической и прикладной психологии: традиции и перспективы: матер. Всерос. науч.-практ. конф., г. Ярославль, 19–21 мая 2011 г.: в 3 т. Т. 3. — Ярославль: ЯрГУим. П. Г. Демидова, 2011. — С. 606–608.
7. Лабиринты одиночества: [пер. с англ.; сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского]. — М.: Прогресс, 1989. — 698 с.
8. Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. — М.: Смысл, 2006.
9. Леонтьев Д. А. Переживание одиночества: негативные и позитивные аспекты / Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин, А. Ж. Салихова // Психология общения: Тренинг человечности: тезисы международной научно-практической конференции, посвященной 70-летию со дня рождения Л. А. Петровской / под ред. О. В. Соловьевой. — М.: Смысл, 2007. — С. 320–322.

10. Наливайко Т. В. Исследование жизнестойкости и ее связь со свойствами личности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Т. В. Наливайко. — Челябинск, 2006. — 175 с.
11. Покровский Н. Е. Универсум одиночества: социологические и психологические очерки / Никита Евгеньевич Покровский, Галина Владимировна Иванченко. — М.: Логос, 2008. — 408 с.
12. Сіляєва В. І. Жіноча самотність як психологічна проблема / Вікторія Іванівна Сіляєва // Практична психологія та соціальна робота. — 2000. — № 4. — С. 33–35.
13. Слободчиков И. М. Теоретико-экспериментальное исследование феномена одиночества личности (на материале подросткового возраста): дис. ... докт. психол. наук: 19.00.01 / Илья Михайлович Слободчиков. — М., 2006. — 330 с.
14. Старовойтова Л. И. Одиночество: социально-философский анализ / Л. И. Старовойтова; Моск. гос. социал. ун-т, Каф. философии. — М., 1995. — 396 с.
15. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека / Т. М. Титаренко, Т. О. Ларіна. — К.: Марич, 2009. — 76 с.
16. Яницкий М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система / М. С. Яницкий. — Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000. — 203 с.
17. Maddi S., Harvey R. Hardiness Considered Across Cultures // Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping / P. T. P. Wong, L. C. J. Wong (Eds.). — New York: Springer, 2005. — P. 403–420.

REFERENCES

1. A. s. Test-oprosnik «Diferentsial'na diagnostika skhil'nosti osobistosti do perezhivannya samotnosti (DISPS)» [The test-questionnaire «Differential diagnostics of the shilnost of individuality before the experience of self-discipline (DISPS)»] / O. P. Sannikova, V. B. Bedan. — № 76765; opubl. 09.02.2018. [in Ukraine].
2. Babanova, I. V., Kharlamenkova, N. Ye. (1999). Strategii samoutverzhdeniya i tsennostnyye predpochteniya odinokogo cheloveka [Self-affirmation strategies and value preferences of a lonely person]. *Psikhologicheskii zhurnal*. — Psychological journal. [in Russian].
3. Bakaldin, S. V. (2008). Odnochestvo i yego svyaz' s funktsiyami «YA» [Loneliness and its connection with the functions of «I»]: diss.... kand. psikhol. nauk: 19.00.01 / Krasnodar. [in Russian].
4. Bassin, F. V. (1972). «Znachashchiye» perezhivaniya i problema sobstvenno psikhologicheskoy zakonomernosti [«Significant» experiences and the problem of the proper psychological regularity]. *Voprosy psikhologii* — Questions of psychology. [in Russian].
5. Dolginova, O. B. (1996). Odnochestvo i otchuzhdonnost' v podrostkovom i yunosheskom vozraste [Loneliness and alienation in adolescence and adolescence]: dis. ... kand. psikhol. nauk: 19.00.07. — SPb [in Russian].
6. Klimov, A. A. (2011). Problema tsennostey v kompetentnostnom podkhode [The problem of values in the competence approach]. Yaroslavl': YarGUim. P. G. Demidova [in Russian].
7. Labirinty odinochestva (1989). [Labyrinths of loneliness]. M.: Progress [in Russian].
8. Leont'yev, D. A. & Rasskazova, Ye.I. (2006). Test zhiznестойкости [Test of resilience]. M.: Smysl [in Russian].
9. Leontev, D. A. & Osin, E. N. & Salihova, A. Zh (2007). Perezhivanie odinochestva: negativnyie i pozitivnyie aspekty // Psihologiya obscheniya: Trening chelovechnosti: Tezisy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvyaschennoy 70-letiyu so dnya rozhdeniya L. A. Petrovskoy / Pod red. O. V. Solovevoy. M.: Smyisl. S. 320–322 [in Russian].
10. Nalivayko, T. V. (2006). Issledovaniye zhiznестойкости i yeye svyaz' so svoystvami lichnosti [Investigation of vitality and its relationship with the properties of personality]: Dis.... kand. psikhol. nauk: 19.00.05. Chelyabinsk, 2006 175 s. [in Russian].
11. Pokrovskiy N. Ye. & Ivanchenko G. V. (2008). Universum odinochestva: sotsiologicheskkiye i psikhologicheskkiye ocherki [Universum of loneliness: sociological and psychological essays]. M.: Logos [in Russian]
12. Silyaeva, V. H. (2000). Zhinocha samotnist' yak psikhologichna problema [Female loneliness as a psychological problem] *Praktichna psikhologiya ta sotsial'na robota* — [Practical psychology and social work]. [in Ukrainian]

13. Slobodchikov, I. M. (2006). Teoretiko-eksperimental'noye issledovaniye fenomena odinochestva lichnosti (na materi ale podrostkovogo vozrasta) [Theoretical and experimental study of the phenomenon of individual loneliness (on mothers of teenagers)]. Moskow [in Russian].
14. Starovoytova, L. I. (1995). Odinochestvo: sotsial'no-filosofskiy analiz [Loneliness: socio-philosophical analysis] Moskow [in Russian]
15. Titarenko, T. M. (2009). Zhittkstykykist' osobistosti: sotsial'na neobkhidnist' ta bezpeka [Resilience of the person: social necessity and safety.] K.: Marich [in Ukrainian]
16. Yanitskiy, M. S. (2000). Tsennostnyye oriyentatsii lichnosti kak dinamicheskaya sistema [Value orientations of the individual as a dynamic system]. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat, [in Russian]
17. Maddi, S. & Harvey, R. (2005). Hardiness Considered Across Cultures // Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping / P. T. P. Wong, L. C. J. Wong (Eds.). New York: Springer, P. 403–420

Бедан Виктория Борисовна

аспирант кафедры общей и дифференциальной психологии
Южноукраинского национального педагогического университета
имени К. Д. Ушинского (Украина, Одесса)

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ СКЛОННОСТИ ЛИЧНОСТИ К ПЕРЕЖИВАНИЮ ОДИНОЧЕСТВА

Резюме

Статья посвящена изучению особенностей переживания одиночества лицами с высоким и низким уровнем жизнестойкости. Рассмотрены взгляды ученых на определение понятий «одиночество» и «жизнестойкость». Изложены результаты эмпирического исследования, направленного на изучение особенностей склонности к переживанию одиночества лиц с разной жизнестойкостью — высоким и низким значениями общего показателя жизнестойкости. Установлено, что группы лиц с различным типом жизнестойкости отличаются спецификой переживания одиночества. Для представителей с высоким уровнем жизнестойкости характерно убеждение в необходимости собственной активности и выбора, стремление к поиску путей и осуществлению действий, направленных на преодоление переживания одиночества, отсутствие негативно окрашенных переживаний, направленность мыслей на формулирование четких целей, способность к анализу поведения, проблем и ошибок предыдущих поступков и событий, предшествовавших переживанию одиночества. Лиц с низкой жизнестойкостью характеризуют противоположные переживания и проявления одиночества: пассивность, беспомощность, колебания при принятии решений, неверие в возможность контролировать и влиять на события собственной жизни.

Ключевые слова: личность, одиночество, склонность к переживанию одиночества, жизнестойкость, уровень жизнестойкости.

Bedan Victoriya

graduate student of the Department of General and Differential Psychology,
«South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushinsky»

**THE VIABILITY AS A FACTOR IN THE PROPENSITY
OF THE INDIVIDUAL TO EXPERIENCE OF LONELINESS**

Abstract

The article is devoted to the study of the peculiarities of experiencing the loneliness of persons with high and low level of vitality. The views of scientists on the definition of the concepts of «loneliness» and «vitality» are considered. The results of an empirical study aimed at studying the characteristics of the propensity to experience the loneliness of persons with different viability — high values of the general viability index and low. It is established that groups of persons with different types of viability are distinguished by the specificity of experiencing loneliness. For representatives with a high level of vitality is characterized by the belief in the need for their own activity and choice, the desire to find ways and actions to overcome the experience of loneliness, the absence of which negatively colored experiences, the focus of thoughts on the formulation of clear goals, the ability to analyze and behavior, problems and mistakes of previous actions and events that preceded the experience of loneliness. Persons with low viability characterize the opposite experiences and manifestations of loneliness: passivity, helplessness, fluctuations in decision-making, disbelief in the ability to control and influence the events of one's own life.

Key words: personality, loneliness, propensity to experience solitude, resilience, level of vitality.

Стаття надійшла до редакції 11.05.2018