

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

Кафедра педагогики и психологии

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ  
**ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОСПРИЯТИЯ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ И  
ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА В ПЕРИОД РАННЕЙ ЮНОСТИ**

студентки 5 курса 56 группы, обучающейся  
по направлению 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»  
профилю подготовки «Практическая психология образования»  
факультет естественно-научного и педагогического образования  
Ряст Татьяны Сергеевны

Научный руководитель  
доцент кафедры педагогики и психологии,  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_ О.В. Карина  
(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии,  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_ О.В. Карина  
(подпись, дата)

Балашов 2019

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Современная молодежь нацелена на активное социально-психологическое взаимодействие, продвижение потребностных интересов, устремлений и планов, полноценную реализацию индивидуального потенциала личности. Однако, в силу того, что общество динамично изменяется, эффекты трансформационных воздействий могут некритично усваиваться самой активной социальной группой - молодыми людьми, и способствовать формированию состояния отчуждения, эмоциональной дистанции, порождающих чувство одиночества. Данное состояние, вне всякого сомнения, сопряжено с усвоением негативного личностного опыта социального контактирования, субъективного восприятия узости индивидуальных ресурсов и негативизации собственного жизненного пространства личности.

Молодые люди в период ранней юности находятся в ситуации формирования базовых векторов движения по жизненному маршруту. Поэтому именно мониторинговые эффекты восприятия собственного Я у молодежи в позициях прошлого, настоящего и перспективного будущего, выступают фактором движения навстречу миру, открытости социальных контактов или свертыванию активности, актуализации отчужденности в социальном пространстве. В настоящее время в современной психологической практике существуют исследования, касающиеся изучения проблемы восприятия временной перспективы и феномена одиночества (К.А. Абульханова-Славская, Е.И. Головаха, С.Л. Рубинштейн, Д.Г. Эльконин, О.В. Данчева, С.Г. Корчагина, Г.Р. Шагивалеева, М.Ю. Швалб и др.). Однако, следует констатировать, что в научной практике по сей день необходимо углубленное изучение данной проблемы и разработка новых подходов и технологий, способствующих эффективному разрешению проблемы.

Данными обстоятельствами вызван интерес к заявленной проблеме.

**Цель исследования:** выявление взаимосвязи восприятия временной перспективы и чувства одиночества в период ранней юности.

**Объект исследования:** восприятие временной перспективы и чувства одиночества у молодежи.

**Предмет исследования:** особенности восприятия временной перспективы и чувства одиночества в период ранней юности.

**Гипотеза исследования:** существует взаимосвязь восприятия временной перспективы и чувства одиночества в период ранней юности.

**Задачи исследования:**

1. Анализ основных подходов к изучению феномена «временная перспектива» в научной литературе.

2. Выявить основные особенности переживания чувства одиночества в период ранней юности.

3. Эмпирически доказать существование взаимосвязи восприятия временной перспективы и чувства одиночества в период ранней юности.

**Методы и методики исследования:**

I. Метод анализа литературных источников.

II. Наблюдение.

III. Обобщение и интерпретация полученных результатов.

IV. Математические методы обработки данных (корреляционный анализ r-Спирмена).

V. Диагностические методики:

1. Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества (Д. Рассел, М. Фергюсон).

2. Дифференциальный опросник переживания одиночества (Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев) (ДОПО-3).

3. «Временная перспектива» Ф. Зимбардо (ZTPI), в адаптации А. Сырцовой.

**Методологической основой исследования являются:** научные идеи С.Л. Рубинштейна (концепция единства и деятельности), К.А. Абульхановой-

Славской (концепция одиночества как социально-психологического феномена), Ф. Зимбардо (концепция временной перспективы) и др.

**Теоретическая значимость** работы заключается в систематизации научных сведений, касающихся проблемы восприятия временной перспективы и чувства одиночества у молодежи.

**Практическая значимость:** полученные результаты могут быть использованы специалистами для нивелирования негативных эффектов субъективного восприятия чувства одиночества и некритичного восприятия собственной временной перспективы у молодых людей в период ранней юности.

**Экспериментальная база исследования:** Балашовский институт (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского». Выборка составила 30 человек (возраст 18-20 лет).

**Структура и объем бакалаврской работы:** бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В *первой главе* нашего исследования представлен психолого-педагогический анализ феноменов «временная перспектива», «одиночество» их виды, особенности, основные формы проявления в период юношеского возраста.

В современной научной практике феномен «временная перспектива» трактуется как фундаментальная единица измерения психологического времени, которая базируется на когнитивных процессах, распределяющих человеческий опыт на временные отрезки прошлого, настоящего и будущего, что помогает придать упорядоченность, последовательность и смысл жизненным событиям.

Научный термин «одиночество» характеризуется как острое

переживание несоответствия между наблюдаемой реальностью и желаемым состоянием, где степень выраженности погруженности во внутренний мир высока, однако сохраняется некоторая потребность во внешних социальных контактах.

Основные виды одиночества: эпизодическое, хроническое, вынужденное, добровольное, объективное и субъективное.

Феномен «одиночество» сопряжен с понятиями «изоляция» и «социальное отчуждение», однако они не являются взаимозаменяемыми.

Изоляция – это внешне обусловленное переживание одиночества, которое проявляется в физической невозможности контактировать с другими людьми.

Социальное отчуждение – это потеря личностью собственной субъектности.

Основные причины переживания одиночества в период ранней юности: завышенные требования к людям; нереалистичные представления о взаимоотношениях между людьми; внешние социальные факторы: смена места жительства, потеря друга, пример родительской семьи; отсутствие доверительных отношений с значимым социальным окружением.

*Во второй главе* нашего исследования была выявлена и проанализирована взаимосвязь восприятия временной перспективы и чувства одиночества в период ранней юности.

Экспериментальной базой исследования выступил Балашовский институт (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского». Выборка составила 30 человек (возраст 18-20 лет).

В ходе эмпирического исследования использовались следующие методики: методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества (Д. Рассел, М. Фергюсон); дифференциальный опросник

переживания одиночества (Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев) (ДОПО-3); методика «Временная перспектива» Ф. Зимбардо (ZTP1), в адаптации А. Сырцовой.

– *Результаты по методике «Диагностика уровня субъективного ощущения одиночества»* (Д. Рассел, М. Фергюсон) были получены следующие результаты:

- высокая степень субъективного ощущения одиночества присутствует в структуре личности у 6 (20%) испытуемых;
- средняя степень – у 7 (23%) испытуемых;
- низкая степень - у 17 (57%) испытуемых.

Таким образом, в основном у молодых людей не выражено чувство одиночества, но есть респонденты, которые испытывают чувство одиночества и находятся в замкнутом пространстве. Также часть респондентов находится на среднем уровне, что свидетельствует о неблагоприятном внутреннем состоянии.

По проведенной методике ДОПО-3 (Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев) можно отметить, что наиболее высокие баллы наблюдаются по шкалам:

- «одиночество как проблема» (12,9 баллов);
- «потребность в компании» (12,3 балла);
- «ресурс уединения» (16,3 балла);
- самые низкие по шкалам «изоляция» и «самоощущение».

В данной выборке преобладают шкалы, измеряющие позитивное одиночество (потребность в компании, ресурс уединения).

Анализ данных по этой методике показал:

По шкале «Общее переживание одиночества» (ОПО):

- высокие баллы преобладают у 4 респондентов (13%), это может быть свидетельством скудности эмоциональной близости, вынужденной изоляции.

– низкие баллы наблюдаются у пятерых респондентов (17%), т.е. их внутреннее благополучие не вызывает тревоги, болезненных переживаний нет или не выражены, им хватает общения и поддержки окружающих.

– средние баллы присвоены 21 респонденту (70%), что свидетельствует о противоречивом состоянии. В зависимости от ситуации и от круга общения, респонденты могут переживать чувство одиночества.

По шкале «Зависимость от общения» (ЗО):

– у 9 (30%) респондентов преобладают высокие баллы, что свидетельствует о стремлении к общению, к избеганию неприятных переживаний, связанных с одиночеством.

– у 1 (3%) респондента низкие баллы, свидетельствующие о спокойном состоянии, чувство одиночества не выражено.

– средние баллы выражены у 20 подростков (67%), т.е. в зависимости от круга общения будет проявляться чувство одиночества.

По шкале «Позитивное одиночество» (ПО):

– у 9 (30%) респондентов высокие баллы, что свидетельствует о положительных эмоциях в ситуациях уединения, не испытывают негативные эмоции при возникновении чувства одиночества.

– у 1 (3%) респондента низкие баллы, показывающие низкие ресурсы и отрицательные эмоции в ситуации одиночества.

– средние баллы преобладают у 20 (67%) респондентов.

По результатам исследования временной перспективы с помощью теста Ф. Зимбардо (ZPTI) была выявлена определенная временная ориентация, характеризующаяся высоким (3,6-5), средним (2,5-3,5) и низким (0-2,4) уровнями переживания времени.

По методике ZPTI результаты распределились следующим образом:

– по шкале «Негативное прошлое» у 37% (11 человек) преобладают высокие баллы, у 40% (12 человек) – среднее значение, и у 23% (7 человек) низкие баллы.

– по шкале «Гедонистическое настоящее» у 40% (12 человек) - высокие баллы, у 40% (12 человек) - средние баллы, у 20% (6 человек) - низкие баллы.

– по шкале «Будущее» высокие баллы присутствуют у 23% (7 человек), средний балл у 54% (16 человек), низкие баллы наблюдаются у 23% (7 человек).

– по шкале «Позитивное прошлое» высокие баллы набрали 50% (15 человек), средние баллы преобладают у 34% (10 человек), у 16% (5 человек) наблюдаются низкие баллы.

– по шкале «Фаталистическое настоящее» высокие баллы у 23% (7 человек), у 63% (19 человек) средние баллы, у 14% (4 человек) - низкие баллы.

По результатам методики можно отметить, что по всем шкалам преобладает у респондентов среднее значение, т.е. нет определенного «зависания» на времени у респондентов.

*Исходя из полученных данных мы с помощью корреляционного анализа с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена, установили следующие взаимосвязи:*

– чем выше проявляется уровень одиночества, тем выше уровень изоляции ( $r_s=0,526$ , при  $p \leq 0,01$ ). Ощущение одиночества провоцирует страх в общении, замкнутость. Такие респонденты избегают общения и тем самым усиливают эффект чувства одиночества.

– чем выше уровень одиночества, тем выше уровень отчуждения ( $r_s=0,361$ , при  $p \leq 0,05$ ). Респонденты стараются не включаться в социальный процесс, изолируются от социума и живут в своем придуманном, комфортном мире.

– чем выше уровень одиночества, тем менее выражена дисфория одиночества ( $r_s=-0,462$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чувство одиночества не вызывает отрицательных эмоций и поэтому человек себя комфортно чувствует среди

людей при минимальном общении с ними.

– чем выше уровень одиночества, тем ниже потребность в компании ( $r_s = -0,418$ , при  $p \leq 0,05$ ). При выраженном одиночестве человеку тяжело найти тему общения, поддержать разговор, нет потребности в компании.

– чем выше уровень одиночества, тем чаще воспоминания о позитивном прошлом ( $r_s = 0,382$ , при  $p \leq 0,05$ ). Чувство одиночества заставляет заикливаться на прошлом, когда в жизни были положительные периоды.

– чем выше уровень одиночества как проблема, тем реже преобладает негативное прошлое ( $r_s = -0,500$ , при  $p \leq 0,01$ ). Т.е. ощущение негативного настоящего позволяет вернуться в прошлое, в позитивное состояние.

– чем выше уровень одиночества как проблема, тем реже проявляется фаталистическое настоящее ( $r_s = -0,553$ , при  $p \leq 0,01$ ). Такие респонденты не верят в судьбу, считают, что все зависит от человека.

– чем выше уровень дисфории одиночества, тем реже преобладает фаталистическое настоящее ( $r_s = -0,401$ , при  $p \leq 0,05$ ). Одиночество вызывает апатию и человек замыкается в себе.

– чем чаще преобладает потребность в компании, тем реже проявляется негативное отношение к прошлому ( $r_s = -0,436$ , при  $p \leq 0,05$ ). Стремление к общению позволяет позитивно воспринимать жизнь в различные ее периоды.

– чем чаще преобладает потребность в компании, тем реже преобладает фаталистическое отношение к настоящему ( $r_s = -0,367$ , при  $p \leq 0,01$ ). Стремление к общению позволяет развивать оптимистичный взгляд на свою жизнь.

– чем чаще проявляется зависимость от общения, тем реже преобладает негативное отношение к прошлому ( $r_s = -0,526$ , при  $p \leq 0,01$ ). Желание общаться с людьми позволяет создать иллюзию, что одиночества нет в жизни респондента.

– чем чаще проявляется зависимость от общения, тем реже

преобладает фаталистическое отношение к настоящему ( $r_s = -0,539$ , при  $p \leq 0,01$ ). Те. Общение развивает чувство, что все можно изменить.

– чем чаще преобладает позитивное прошлое, тем чаще проявляется зависимость об общения ( $r_s = 0,382$ , при  $p \leq 0,05$ ). Положительные эмоции к прошлому, развивают общение, потребность поделиться позитивом.

– *В завершении анализа, полученных в ходе исследования результатов можно констатировать:*

1. У большинства молодых людей в период ранней юности нет высокой выраженности чувства одиночества, и лишь часть респондентов находится на среднем уровне выраженности данного состояния, что свидетельствует о переживании негативных реакций.

2. У большинства молодых людей чувство одиночества воспринимается как противоречивое состояние.

3. Большинство молодых людей испытывают чувство одиночества, включаясь в круг общения, который исключает их из «зоны комфорта».

4. Большинство молодых людей воспринимают одиночество как амбивалентное состояние, которое включает и позитивные моменты, и негативные переживания.

5. В отношении восприятия временной перспективы у большинства молодых людей нет фиксированного зависания на определенном временном отрезке (прошлого, настоящего и будущего).

6. Высокий уровень одиночества взаимосвязан с фиксацией сознания на позитивных моментах прошлого и нет фиксации на негативе прошлых событий; снижает потребность в общении; не вызывает дисфории; не проявляется восприятие фаталистичности настоящего;

7. Чем выше потребность в общении с окружающими людьми, тем ниже фиксация на негативе прошлых событий и выраженнее позитивизация прошлого; реже воспримется фаталистичность настоящего.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены, гипотеза подтверждена.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Период ранней юности является стабильным, в связи с чем, проявления чувства одиночества у молодых людей выступает индикатором неотрефлексированных проблем, актуализирующим кризисное сознание личности.

Основным эффектом переживания чувства одиночества у юношей и девушек выступает трансформация восприятия временной перспективы, фиксация на позитивных событиях прошлого, формируется фатальность в бытийном отрезке настоящего и страх перед будущим. Вне всякого сомнения, характер переживания чувства одиночества зависит от множества причин и степени погруженности в негативное поле социального дистанцирования.

Эмпирическое исследование показало, что большинство молодых людей, имеющих высокий уровень переживания одиночества, фиксированы на позитивизации прошлых событий, уход от деятельного настоящего.

Особенность переживания чувства одиночества в период ранней юности заключается во взаимозависимости проявления одиночества и характера социально-психологических взаимодействий молодежи. Они субъективно переживают социальное дистанцирование, как амбивалентное состояние. То есть могут, при определенных обстоятельствах, воспринимать одиночество, как паллиативную меру, дарующую покой, отдых, находя в уединении позитивные моменты. В то же время при сохранении потребности в общении и понимание значимого окружения, молодые люди испытывают отрицательные эмоции, переживая социальную отстраненность, как ухудшение своего жизненного статуса.

В ходе эмпирического исследования взаимосвязь восприятия временной перспективы и чувства одиночества у молодежи была доказана, цели и задачи выполнены.