

Хуснуллина Полина Романовна

бакалавр, студентка

Научный руководитель

Шахторина Екатерина Валентиновна

канд. пед. наук, доцент

ФГАОУ ВО «Балтийский федеральный университет им. И. Канта»

г. Калининград, Калининградская область

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА СТУДЕНТАМИ С РАЗЛИЧНЫМИ ЛИЧНОСТНЫМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ

***Аннотация:** исследование направлено на изучение особенностей переживания одиночества современными студентами. Гипотеза исследования включает предположение о том, что существует связь между особенностями переживания студентами одиночества и их личностными характеристиками. Результаты могут быть полезны при разработке дифференцированных программ профилактики одиночества среди студентов.*

***Ключевые слова:** одиночество, переживание одиночества, личностные особенности, личностные характеристики студентов.*

По данным ВЦИОМ 2021 года 23% россиян заявили, что чувствовали одиночество за последние полгода. Из них 37% опрошенных из группы 18–24 лет испытывали его время от времени, а 4% – постоянно [6]. Также в другом исследовании 2025 года отмечается, что тема одиночества в российском обществе не теряет фокуса внимания – россияне по большей части, а именно – 40%, продолжают отмечать вокруг себя рост числа одиноких людей [2]. Современная социальная реальность в России претерпевает изменения: все более активно развиваются цифровизация, рост дистанционного обучения и роли социальных сетей. Эти факторы усиливают тенденции одиночества.

Студенты и молодежь – ключевая группа для анализа характеристик одиночества в российском обществе. Тем не менее, большинство социологических опросов дают только общую статистику, не связывая этот феномен с психоло-

гическими характеристиками личности. Именно поэтому, на наш взгляд, необходимы эмпирические исследования, которые объединяют фокус внимания на личностных характеристиках и характеристиках одиночества у студентов.

Одиночество представляет собой сложное и многогранное явление. Этот феномен давно привлекает внимание учёных как в отечественной, так и в зарубежной науке. Различные исследования этого явления начали развиваться ещё в XX веке. При этом важно отметить, что, несмотря на большой интерес к этому психологическому феномену, до сих пор нет общепринятого определения его понятия [5].

Отсутствие единого определения объясняется разнообразием теоретико-методологических подходов, применяемых разными исследователями, а также вариативностью особенностей изучаемых выборок. На данный момент феномен одиночества нельзя однозначно описать одной формулой – он зависит от теоретического подхода исследователя и от характеристик исследуемой группы. При этом ученые сходятся на том, что одиночество часто не тождественно социальной изоляции, которая является объективным состоянием, тогда как одиночество – это субъективный опыт и эмоциональное переживание [9].

В психоаналитическом подходе одиночество зачастую рассматривают не просто как социальное явление, а как глубокое психическое качество. Это явление рассматривают как важную и неизбежную часть жизни человека, причем как в норме, так и в патологии [3].

Представители гуманистического направления в психологии представляли одиночество как феномен, связанный с внутренним состоянием личности. Для исследователей этого направления одиночество – это явление, появляющееся из-за общественно значимых идеалов, норм, образцов поведения [1].

В экзистенциальной психологии одиночество, в свою очередь, рассматривается как явление, связанное с экзистенциальными вопросами человека о его собственной уникальности, свободе и ответственности за свою жизнь. Одиночество возникает тогда, когда человек утрачивает смысл собственной жизни, а также вследствие потери значимых для него жизненных ценностей [1]. Приня-

тие одиночества как экзистенциального факта открывает возможность ценить уединение, находя в нем позитивный ресурс для развития собственной личности и установления новых, более глубоких и осмысленных связей с людьми [7, с. 59–60].

Одиночество является значительной проблемой в студенческой среде [4, с. 150]. Переход от школьного обучения к высшему образованию связан с изменением привычной среды и ростом самостоятельности, что делает студентов еще более уязвимой группой по отношению к переживанию одиночества [8, с. 165]. Таким образом, предпринятое исследование особенностей переживания одиночества современными студентами представляется объективно актуальным.

Объектом исследования выступило одиночество как психологический феномен, а *предметом* – переживание студентами чувства одиночества.

Основная гипотеза нашего исследования заключается в том, что существует связь между особенностями переживания студентами одиночества и их личностными характеристиками.

Для проверки выдвинутой гипотезы оказалось возможным и необходимым применить следующие *методики*.

1. Дифференциальный опросник переживания одиночества (авт. Леонтьев Д.А. и Осип Е.Н., 2013 г.), для изучения общего одиночества, зависимости от общения и позитивного одиночества.

2. Опросник переживания одиночества (авт. Манакова Е.А., 2018 г.) для изучения типов переживания одиночества.

3. Опросник большой пятёрки, или Big Five Inventory (авт. Джон. О, Сото К., адап. Калугин А.Ю., Щебетенко С.А. и др., 2022 г.), для изучения личности через пять личностных черт.

4. Индивидуально-типологический опросник (авт. Собчик Л.Н., 2003 г.), для изучения личностных характеристик с помощью ведущих тенденций.

Коротко остановимся на основных результатах исследования. Так, корреляционный анализ по результатам применения ранговой корреляции Спирмена

позволил выявить наличие ряда умеренных и слабых статистически значимых связей между шкалой «Общее одиночество» Дифференцированного опросника переживания одиночества и личностными характеристиками, измеренными с помощью опросника Большой пятёрки и Индивидуально-типологического опросника. Результаты представлены в таблице 1 и таблице 2.

Таблица 1

Коэффициенты корреляции между показателями «Общее одиночество»
и опросником Большой пятёрки

| | Общее одиночество | | |
|----------------------------|------------------------|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | -,397** | ,000 | 118 |
| Доброжелательность | -,304** | ,001 | 118 |
| Добросовестность | -,280** | ,002 | 118 |
| Негативная эмоциональность | ,383** | ,000 | 118 |
| Открытость опыту | ,088 | ,341 | 118 |
| Общительность | -,250** | ,006 | 118 |
| Настойчивость | -,172 | ,063 | 118 |
| Энергичность | -,539** | ,000 | 118 |
| Сочувствие | -,287** | ,002 | 118 |
| Уважительность | -,210* | ,022 | 118 |
| Доверие | -,158 | ,087 | 118 |
| Организованность | -,297** | ,001 | 118 |
| Продуктивность | -,212* | ,021 | 118 |
| Ответственность | -,185* | ,045 | 118 |
| Тревожность | ,205* | ,026 | 118 |
| Депрессивность | ,590** | ,000 | 118 |
| Эмоциональная изменчивость | ,186* | ,043 | 118 |
| Любознательность | ,168 | ,068 | 118 |
| Эстетичность | ,083 | ,370 | 118 |
| Творческое воображение | -,133 | ,152 | 118 |

** . Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).
* . Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя)

Таблица 2

Коэффициенты корреляции между показателями
«Общее одиночество» и опросником ИТО

| | Общее одиночество | | |
|---------------|------------------------|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | -,335** | ,000 | 118 |
| Спонтанность | -,138 | ,137 | 118 |
| Агрессия | -,015 | ,872 | 118 |
| Ригидность | -,147 | ,112 | 118 |
| Интроверсия | ,268** | ,003 | 118 |
| Сензитивность | -,001 | ,993 | 118 |

| | | | |
|--|-------|------|-----|
| Тревожность | ,124 | ,180 | 118 |
| Лабильность | -,175 | ,059 | 118 |
| **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). | | | |
| *. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя). | | | |

Общее одиночество демонстрирует умеренную положительную связь с шкалой «депрессивность» ($r = 0,590$, $p < 0,01$). Также анализ показал, что есть слабая положительная связь общего переживания одиночества с негативной эмоциональностью ($r = 0,383$, $p < 0,01$), тревожностью ($r = 0,205$, $p < 0,05$), интроверсией ($r = 0,268$, $p < 0,01$).

Существует умеренная отрицательная связь общего одиночества с энергичностью ($r = -0,539$, $p < 0,01$) и слабые отрицательные связи с экстраверсией по двум опросникам ($r = -0,397$ и $r = -0,335$, $p < 0,01$), доброжелательностью ($r = -0,304$, $p < 0,01$), добросовестностью ($r = -0,280$, $p < 0,01$), общительностью ($r = -0,250$, $p < 0,01$), сочувствием ($r = -0,287$, $p < 0,01$), уважительностью ($r = -0,210$, $p < 0,05$), организованностью ($r = -0,297$, $p < 0,01$) и продуктивностью ($r = -0,212$, $p < 0,05$).

В свою очередь, корреляционный анализ также выявил ряд значимых связей между шкалой «Позитивное одиночество» Дифференцированного опросника переживания одиночества Леонтьева Д.А. и Осипа Е.Н. и шкалами опросника «Большой пятёрки» (Big Five Inventory) и «Индивидуально-типологического опросника». Результаты анализа представлены в таблице 3 и таблице 4.

Таблица 3

Коэффициенты корреляции между показателями «Позитивного одиночества» и личностными характеристиками Большой пятёрки

| | Позитивное одиночество | | |
|----------------------------|------------------------|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | -,118 | ,205 | 118 |
| Доброжелательность | -,176 | ,057 | 118 |
| Добросовестность | -,028 | ,761 | 118 |
| Негативная эмоциональность | ,087 | ,349 | 118 |
| Открытость опыту | ,222* | ,016 | 118 |
| Общительность | -,174 | ,059 | 118 |
| Настойчивость | ,003 | ,976 | 118 |
| Энергичность | -,159 | ,085 | 118 |
| Сочувствие | -,257** | ,005 | 118 |
| Уважительность | -,166 | ,072 | 118 |

| | | | |
|----------------------------|--------|------|-----|
| Доверие | -,038 | ,680 | 118 |
| Организованность | -,019 | ,839 | 118 |
| Продуктивность | -,063 | ,499 | 118 |
| Ответственность | ,037 | ,691 | 118 |
| Тревожность | ,067 | ,469 | 118 |
| Депрессивность | ,139 | ,133 | 118 |
| Эмоциональная изменчивость | ,010 | ,912 | 118 |
| Любознательность | ,179 | ,053 | 118 |
| Эстетичность | ,306** | ,001 | 118 |
| Творческое воображение | -,036 | ,700 | 118 |

** . Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).
* . Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

Таблица 4

Коэффициенты корреляции между показателями «Позитивного одиночества»
и личностными характеристиками ИТО

| | Позитивное одиночество | | |
|---------------|------------------------|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | -,090 | ,333 | 118 |
| Спонтанность | ,055 | ,552 | 118 |
| Агрессия | ,137 | ,140 | 118 |
| Ригидность | ,046 | ,621 | 118 |
| Интроверсия | ,411** | ,000 | 118 |
| Сензитивность | -,027 | ,769 | 118 |
| Тревожность | ,152 | ,100 | 118 |
| Лабильность | -,037 | ,694 | 118 |

** . Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).
* . Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

Анализ показал наличие умеренной положительную корреляцию с интроверсией ($r = 0,411$, $p < 0,01$) и слабые связи с открытостью опыту ($r = 0,222$, $p < 0,05$), эстетичностью ($r = 0,306$, $p < 0,01$) и сочувствием ($r = -0,257$, $p < 0,01$).

Анализ шкалы «Отрицание переживания одиночества» с личностными характеристиками также показал ряд значимых связей (табл. 5, 6).

Таблица 5

Коэффициенты корреляции между показателями «Отрицание переживания одиночества» и Большой пятёрки

| | Отрицание переживания одиночества | | |
|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | -,316** | ,000 | 118 |
| Доброжелательность | -,128 | ,168 | 118 |
| Добросовестность | -,100 | ,281 | 118 |
| Негативная эмоциональность | ,158 | ,087 | 118 |
| Открытость опыту | ,012 | ,894 | 118 |

| | | | |
|--|---------|------|-----|
| Общительность | -,311** | ,001 | 118 |
| Настойчивость | -,134 | ,149 | 118 |
| Энергичность | -,334** | ,000 | 118 |
| Сочувствие | -,275** | ,003 | 118 |
| Уважительность | ,082 | ,378 | 118 |
| Доверие | -,069 | ,457 | 118 |
| Организованность | -,077 | ,407 | 118 |
| Продуктивность | -,181* | ,050 | 118 |
| Ответственность | -,003 | ,970 | 118 |
| Тревожность | ,188* | ,042 | 118 |
| Депрессивность | ,267** | ,003 | 118 |
| Эмоциональная изменчивость | -,009 | ,923 | 118 |
| Любознательность | ,164 | ,076 | 118 |
| Эстетичность | ,117 | ,206 | 118 |
| Творческое воображение | -,246** | ,007 | 118 |
| **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). | | | |
| *. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя). | | | |

Таблица 6

Коэффициенты корреляции между показателями «Отрицание переживания одиночества» и ИТО

| | Отрицание переживания одиночества | | |
|--|-----------------------------------|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | -,346** | ,000 | 118 |
| Спонтанность | -,119 | ,198 | 118 |
| Агрессия | -,026 | ,778 | 118 |
| Ригидность | -,020 | ,831 | 118 |
| Интроверсия | ,420** | ,000 | 118 |
| Сензитивность | ,016 | ,866 | 118 |
| Тревожность | ,143 | ,122 | 118 |
| Лабильность | -,273** | ,003 | 118 |
| **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). | | | |
| *. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя). | | | |

Данные анализа корреляций показали, что «отрицание переживания одиночества» имеет слабые отрицательные корреляции с экстраверсией ($r = -0,316$ и $r = -0,346$, $p < 0,01$), общительностью ($r = -0,311$, $p < 0,01$), энергичностью ($r = -0,334$, $p < 0,01$), сочувствием ($r = -0,275$, $p < 0,01$), творческим воображением ($r = -0,246$, $p < 0,01$), лабильностью ($r = -0,273$, $p < 0,01$), слабую положительную с депрессивностью ($r = 0,267$, $p < 0,01$) и умеренную положительную связь с интроверсией ($r = 0,420$, $p < 0,01$).

В свою очередь анализ корреляций шкалы «Переживание одиночества как временного вынужденного явления» с личностными характеристиками тоже показал наличие значимых связей. Результаты представлены в таблицах 7 и 8.

Коэффициенты корреляции между показателями «Переживание одиночества как временного вынужденного явления» и личностными характеристиками опросника Большой пятёрки

| | Переживание одиночества как временного вынужденного явления | | |
|---|---|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | -,010 | ,910 | 118 |
| Доброжелательность | -,050 | ,588 | 118 |
| Добросовестность | -,075 | ,420 | 118 |
| Негативная эмоциональность | ,169 | ,068 | 118 |
| Открытость опыту | ,385** | ,000 | 118 |
| Общительность | -,083 | ,374 | 118 |
| Настойчивость | ,084 | ,364 | 118 |
| Энергичность | -,102 | ,274 | 118 |
| Сочувствие | -,137 | ,139 | 118 |
| Уважительность | ,015 | ,874 | 118 |
| Доверие | -,010 | ,913 | 118 |
| Организованность | -,155 | ,093 | 118 |
| Продуктивность | -,044 | ,639 | 118 |
| Ответственность | ,103 | ,267 | 118 |
| Тревожность | ,091 | ,327 | 118 |
| Депрессивность | ,228* | ,013 | 118 |
| Эмоциональная изменчивость | ,092 | ,322 | 118 |
| Любознательность | ,296** | ,001 | 118 |
| Эстетичность | ,423** | ,000 | 118 |
| Творческое воображение | ,095 | ,307 | 118 |
| ** . Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). | | | |
| * . Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя) | | | |

Таблица 8

Коэффициенты корреляции между показателями «Переживание одиночества как временного вынужденного явления» и личностными характеристиками опросника ИТО

| | Переживание одиночества как временного вынужденного явления | | |
|---|---|-----------------------|-----|
| | Коэффициент корреляции | Знач. (двухсторонняя) | N |
| Экстраверсия | ,028 | ,766 | 118 |
| Спонтанность | ,080 | ,389 | 118 |
| Агрессия | ,163 | ,078 | 118 |
| Ригидность | ,137 | ,140 | 118 |
| Интроверсия | ,266** | ,004 | 118 |
| Сензитивность | -,015 | ,869 | 118 |
| Тревожность | ,128 | ,166 | 118 |
| Лабильность | ,023 | ,806 | 118 |
| ** . Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя). | | | |
| * . Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя) | | | |

Анализ корреляций демонстрирует, что у шкалы «переживание одиночества как временного вынужденного явления» существуют слабые положительные корреляции с открытостью опыту ($r = 0,385$, $p < 0,01$), любознательностью ($r = 0,296$, $p < 0,01$) и умеренные связи с эстетичностью ($r = 0,423$, $p < 0,01$).

Одновременно с этим анализ показал слабую положительную связь с интроверсией ($r = 0,266$, $p < 0,01$) и с депрессивностью ($r = 0,228$, $p < 0,05$).

Таким образом, результаты эмпирического исследования позволяют констатировать подтверждение основной гипотезы о том, что существует связь между особенностями переживания студентами одиночества и их личностными характеристиками. В ходе статистического анализа выявлено значительное число статистически значимых корреляционных связей, отражающих связь между типами переживания одиночества и индивидуально-психологическими характеристиками личности.

Полученные результаты могут быть использованы при разработке дифференцированных программ профилактики одиночества среди студентов. Перспективным направлением дальнейших исследований выступает расширение количества респондентов, а также разработка и апробация дифференцированных программ профилактики одиночества среди студентов.

Список литературы

1. Бякова Д.Ю. Переживание одиночества в современном мире / Д.Ю. Бякова // Актуальные тенденции социальных коммуникаций: история и современность: сборник научных статей. – 2023. – С. 291–297. EDN ZMCRZL
2. Жизнь в стиле соло. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/zhizn-v-stile-solo> (дата обращения: 16.11.2025).
3. Кадыров И.М. Одиночество психоаналитики / И.М. Кадыров // Консультативная психология и психотерапия. – 2012. – Т. 20, №4. – С. 186–207. EDN RBMVGR

4. Любякин А.А. Исследование одиночества у студентов / А.А. Любякин, Л.В. Оконечникова // Педагогическое образование в России. – 2016. – №2. – С. 149–156. DOI 10.26170/po16-02-22. EDN VTLDBVT

5. Малашенко Е.Е. Психология одиночества / Е.Е. Малашенко, Е.С. Азарова, И.М. Петрова // Смоленский медицинский альманах. – 2021. – №4. – С. 200–203. DOI 10.37963/SMA.2021.4.316. EDN ECKTOT

6. Одиночество и как с ним бороться. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/zhizn-v-stile-solo> (дата обращения: 16.11.2025).

7. Осин Е.Н. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства / Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10, №1. – С. 55–81. EDN QYZBYJ

8. Шахторина Е.В. К проблеме одиночества современных одаренных подростков / Е.В. Шахторина // Педагогика, психология, общество: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары: Среда, 2020. – С. 163–166. DOI 10.31483/r-85997. EDN ULHSXF

9. Czaja S.J. Social support, isolation, loneliness, and health among older adults in the PRISM randomized controlled trial / S.J. Czaja, J.H. Moxley, W.A. Rogers // *Frontiers in Psychology*. – 2021. – Vol. 12. – P. 728658. DOI 10.3389/fpsyg.2021.728658. EDN TQDDIB