

САМОТНІСТЬ ТА ПОТРЕБА У СПІЛКУВАННІ В ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ

У статті проаналізовано особливості суб'єктивного відчуття самотності та потреби в спілкуванні осіб похилого віку. Виявлено, що рівень потреби в спілкуванні осіб похилого віку є нижчим, ніж середній, а суб'єктивного відчуття самотності – середнім. На них впливають стать, місце та умови проживання, професійна зайнятість, рівень освіти, задоволеність станом здоров'я. Виявлена залежність між потребою в спілкуванні та суб'єктивним відчуттям самотності осіб похилого віку.

Ключові слова: спілкування, потреба у спілкуванні, суб'єктивне відчуття самотності, особи похилого віку.

Постановка проблеми дослідження. Особливою самостійною формою активності суб'єкта, у результаті чого формуються його відносини з навколишніми є спілкування (Б.Ф. Ломов). Воно дозволяє людині обмінюватися з іншими діяльністю, уявленнями, ідеями, почуттями. Саме спілкування є важливою потребою особи, у його процесі можна досягнути єдності з іншими та уникнути самотності. У похилому віці воно навіть, може уповільнити старіння, адже, як свідчать дослідження, в особи похилого віку з вираженим соціальним інтересом, яка включена до широких соціальних зв'язків, темпи старіння є нижчими, кращим є і фізичне здоров'я (О.В. Хухлаєва). Зважаючи на такі особливості, метою проведеного дослідження було встановити особливості потреби у спілкуванні та суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку [6; 9].

Виклад основного матеріалу дослідження. Спілкування є досить складним багаторівневим феноменом, який розглядають як активність, взаємодію і взаємовплив, контакт, пізнання та діяльність, взаємовідносини, потребу та умову життя людини. Це акт усвідомленого, раціонально зумовленого обміну інформацією, безпосередній емоційний контакт між людьми. Воно є основною базовою потребою особистості (Б.Ф. Ломов). Власне, спілкування і є умовою та засобом задоволення такої потреби (Б.Д. Паригін) [6; 7]. Якщо така потреба людини не задоволена, вона може почуватися самотньою, тобто має відповідні переживання, які найчастіше зумовлені деформацією зв'язків за різними аспектами дійсності, порівняно мало залежать від об'єктивних умов; такі переживання мають як позитивний, так і негативний потенціал. Постійне перебування з іншими людьми не гарантує відсутності такого суб'єктивного відчуття, особа похилого віку може проживати з рідними, але бути їм байдужою і почуватися самотньою.

Крім того, що спілкування в похилому віці є важливою потребою особистості, пов'язаною із почуттям самотності, воно дозволяє задовольнити низку життєво важливих потреб. Серед них можна виділити три групи: соціальні, екзистенціальні та емоційні. До соціальних належать прагнення людини до прихильності, встановлення близьких емоційних («тепліх») відносин з рідними та друзями, задоволення її потреби у належності (до певних груп, спільнот), прагнення уникати самотність. Екзистенціальні виявляються у смислоутворювальній потребі (збагаченні змістом наявного життя, пошуку вершинного смислу) та задоволенні потреби у свободі. Важливим показником задоволення потреби в пошуку смислу життя, яка виявляється у формі діалогічного ставлення до себе, є особистісна рефлексія. Це здатність індивіда осмислювати свої стосунки, прогнозувати наслідки власних дій та вчинків для себе самого та інших, здатність до узгодження цілей власної поведінки із засобами їх досягнення (І.Д. Бех) [2]. Емоційні потреби особи похилого віку зумовлюються її прагненням коригувати власні емоційні стани, а саме – активізувати позитивні (отримувати розраду, емоційний комфорт) та зменшувати негативні (тривожність, депресію, стурбованість).

У процесі спілкування з навколишніми старіюча особа переглядає власний життєвий досвід, будує нові життєві сценарії, втілення яких є умовою її розвитку та саморозвитку (М.Л. Смульсон) [8].

Відчуття самотності, пов'язане із недостатністю спілкування у похилому віці зумовлюється переживанням людиною своєї несхожості на інших, через що виникає певний психологічний бар'єр у спілкуванні, відчуття нерозуміння і неприйняття себе іншими особами. Відчуття самотності є усвідомленням людиною неможливості мати з іншою особою близькі інтимні відносини, які ґрунтуються на взаємному прийнятті, любові та взаєморозумінні [5].

Особливості переживання людиною самотності пов'язані з різноманітними психологічними властивостями особистості, зокрема вираженою афіліативною потребою, тривожністю тощо. Характеризуючи власні переживання в ситуації самотності, студенти, які прагнуть уникати такого стану, називають емоції страху, тривоги, поганого настрою, жалості та співчуття до себе, нудьги [10]. С.В. Бакалдин виявив, що з виникненням відчуття самотності в дорослих осіб пов'язані чотири групи емоцій: беззахисність і страх, зовнішнє відчуження, внутрішнє відчуження, туга за конкретною людиною [1]. Результати досліджень Є.М. Заворотних свідчать, що також є чотири чинники, пов'язані із самотністю як суб'єктивним переживанням – емоційна зрілість, суб'єктивний контроль, невротизація особистості, осмисленість життя [3].

Окремим важливим чинником, що зумовлює виникнення відчуття самотності в осіб похилого віку є їхня потреба у спілкуванні, яке також є провідним видом діяльності. Встановимо особливості потреби в

спілкуванні осіб похилого віку, особливості їхнього суб'єктивного відчуття самотності та виявимо залежність між цією потребою та відчуттям.

У дослідженні взяли участь 520 осіб віком від 57 до 75 років. Середній вік досліджуваних – 66 років. Серед них: чоловіків 170 осіб, жінок – 350 осіб. У містах проживають 324 досліджуваних, у селищах – 194, 2 осіб не вказали місце проживання. Частина досліджуваних є самотніми, живуть без родини (144 осіб), а 362 осіб, які брали участь у дослідженні живуть з рідними, 14 осіб не вказали на те, чи самотньо вони проживають. 142 досліджувані особи мають початкову, середню та неповну середню освіту, 203 осіб – освіту середню спеціальну, технічну, медичну, педагогічну тощо, 175 осіб мають вищу освіту. На теперішній час 134 осіб, які взяли участь у дослідженні, працюють, 186 – не працюють. Стан власного здоров'я 318 особи оцінюють як задовільний, гарний, 191 осіб – як поганий, незадовільний, 11 осіб не оцінили стан свого здоров'я.

Для дослідження використана методика визначення потреби в спілкуванні (Ю.М. Орлов, В.І. Шкуркін, Л.П. Орлова), призначена для вияву рівня потреби в спілкуванні та методика вияву суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела, М. Фергюсона, яка дозволяє виявити різні рівні самотності.

Виявимо середнє значення за показником потреби у спілкуванні досліджуваних. Він становить 22,867, що відповідає рівню нижче, ніж середній. Тобто потреба у спілкуванні осіб похилого віку переважно задовольняється. Такий рівень прояву даної потреби може бути зумовлений низкою причин, зокрема, власне достатнім рівнем соціальних контактів особи похилого віку, її схильністю до усамітнення, інтроверсією, задоволеністю інших потреб, пов'язаних зі спілкуванням тощо [4].

Встановили значення за цим показником в осіб похилого віку чоловічої та жіночої статі, жителів міст та селищ, проживають самотньо та з родиною, з різним рівнем освіти, зайнятістю, задоволеністю здоров'ям (Див. табл. 1.)

Таблиця 1

<i>Потреба у спілкуванні осіб похилого віку</i>		
Чинник		Потреба у спілкуванні
<i>Стать</i>	Чоловіки	22,34118
	Жінки	23,12286
<i>Місце проживання</i>	Містяни	22,63889
	Селяни	23,30928
<i>Особливості проживання</i>	Самотньо	23,81944
	З родиною	22,47790
<i>Рівень освіти</i>	Загальна середня	22,07801
	Середня спеціальна	23,58621
	Вища	22,6800
<i>Зайнятість</i>	Працюють	22,44030
	Не працюють	23,01554
<i>Задоволеність здоров'ям</i>	Задоволені	22,37107
	Незадоволені	23,69634

Порівняємо значення за показником потреби в спілкуванні в осіб різної статі, місця і особливостей проживання, рівня освіти, зайнятості та задоволеності здоров'ям у похилому віці. Більшу потребу в спілкуванні у похилому віці мають жінки, ніж чоловіки; жителі міст, ніж селищ; ті, хто проживає самотньо, ніж з родиною; непрацюючі особи, ніж ті, хто працює; ті, хто незадоволений станом свого здоров'я, ніж ті, хто ним задоволений; особи із середньою спеціальною освітою, менше потребують спілкування особи із вищою освітою і найменше – особи із загальною середньою освітою.

Середні бали за цим показником у чоловіків, тих, хто проживає з родиною, має загальну середню освіту, працює та задоволений станом здоров'я відображає низький рівень, а в жінок, жителів міст та селищ, тих, хто проживає самотньо, має середню спеціальну та вищу освіту, не працює та незадоволений станом свого здоров'я – нижче середнього.

Перевіримо достовірність відмінності вибірових середніх арифметичних розподілів потреби в спілкуванні осіб похилого віку різної статі, місця і особливостей проживання, рівня освіти, зайнятості та задоволеності здоров'ям за допомогою t-критерію Стьюдента.

Емпіричне значення t-критерію:

$$\text{Стать. } t = |23,123 - 22,341| / \sqrt{0,014 + 0,033} = 3,609$$

$$\text{Місце проживання. } t = |22,639 - 23,309| / \sqrt{0,015 + 0,028} = 3,210$$

$$\text{Особливості проживання. } t = |23,81944 - 22,4779| / \sqrt{0,040 + 0,014} = 5,787$$

Рівень освіти

$$\text{Заг. сер.} - \text{сер. спец. } t = |22,07042 - 23,58621| / \sqrt{0,03834 + 0,025426} = 5,973$$

$$\text{Заг. сер.} - \text{вища. } t = |22,07042 - 22,68| / \sqrt{0,03834 + 0,028095} = 2,365$$

$$\text{Сер. спец.} - \text{вища. } t = |23,58621 - 22,68| / \sqrt{0,025426 + 0,028095} = 3,917$$

$$\text{Зайнятість. } t = |22,440 - 23,015| / \sqrt{0,037 + 0,0148} = 2,555$$

$$\text{Задоволеність здоров'ям. } t = |22,371 - 23,696| / \sqrt{0,015 + 0,029} = 6,303$$

Критичне значення за таблицею – 1,97 (при рівні значимості $\alpha=0,05$).

При $t > t_{кр}$ нульова гіпотеза про відмінність рівнів потреби в спілкуванні осіб похилого віку різної статі, місця і особливостей проживання, рівня освіти, зайнятості та задоволеності здоров'ям підтверджується. Тобто всі ці події є незалежними. Рівень потреби в спілкуванні вищим є у жінок, ніж у чоловіків; жителів міст, ніж селищ; тих, хто проживає самотньо, ніж з родиною; у непрацюючих осіб, ніж у тих, хто працює; у тих, хто незадоволений станом свого здоров'я, ніж у тих, хто ним задоволений. Вищим рівень такої потреби є в осіб із середньою спеціальною освітою; менше потребують спілкування особи із вищою освітою і найменше – особи із загальною середньою освітою.

Виявимо середнє значення за показником суб'єктивного відчуття самотності (СВС) досліджуваних. Він становить 28,863, що відповідає середньому рівневі. Згідно з дослідженнями Є.М. Заворотних, такі особи мають риси, властиві інтровертам, відчувають оптимальну самотність і ставляться до цього явища позитивно; загальне самопочуття в них сприятливе [3].

Встановили значення за цим показником в осіб похилого віку чоловічої та жіночої статі, жителів міст та селищ, проживають самотньо та з родиною, з різним рівнем освіти, зайнятістю, задоволеністю здоров'ям (Див. табл. 2.)

Таблиця 2

Суб'єктивне відчуття самотності осіб похилого віку

Чинник		СВС
Стать	Чоловіки	28,7411
	Жінки	28,9228
Місце проживання	Містяни	27,9630
	Селяни	30,2990
Особливості проживання	Самотньо	35,0208
	З родиною	26,4917
Рівень освіти	Загальна середня	31,1901
	Середня спеціальна	27,8965
	Вища	28,0971
Зайнятість	Працюють	25,4701
	Не працюють	30,0414
Задоволеність здоров'ям	Задоволені	26,7012
	Незадоволені	32,4712

Порівняємо значення за показником суб'єктивного відчуття самотності в осіб різної статі, місця і особливостей проживання, рівня освіти, зайнятості та задоволеності здоров'ям у похилому віці. Вищим суб'єктивне відчуття самотності в похилому віці є в жінок, ніж у чоловіків; жителів селищ, ніж міст; у тих, хто проживає самотньо, ніж з родиною; не працює, ніж у тих, хто працює; незадоволений станом свого здоров'я, ніж у тих, хто ним задоволений; в осіб із загальною середньою освітою, нижчим це відчуття є в осіб із вищою освітою і найнижчим – осіб із середньою спеціальною освітою.

Перевіримо достовірність відмінності вибірових середніх арифметичних розподілів суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку різної статі, місця і особливостей проживання, рівня освіти, зайнятості та задоволеності здоров'ям за допомогою t-критерію Стьюдента.

Емпіричне значення t-критерію:

$$\text{Стать. } t = |28,9228 - 28,7411| / \sqrt{0,037 + 0,075} = 0,543$$

$$\text{Місце проживання. } t = |27,9630 - 30,2990| / \sqrt{0,037 + 0,072} = 7,073$$

$$\text{Особливості проживання. } t = |35,0208 - 26,4917| / \sqrt{0,084 + 0,034} = 24,801$$

Рівень освіти

$$\text{Заг. сер.} - \text{сер. спец. } t = |31,1901 - 27,8965| / \sqrt{0,093 + 0,063} = 8,322$$

$$\text{Заг. сер.} - \text{вища. } t = |31,1901 - 28,0971| / \sqrt{0,093 + 0,070} = 7,646$$

$$\text{Сер. спец.} - \text{вища. } t = |27,8965 - 28,0971| / \sqrt{0,063 + 0,0270} = 0,549$$

$$\text{Зайнятість. } t = |25,4701 - 30,0414| / \sqrt{0,087 + 0,034} = 13,159$$

$$\text{Задоволеність здоров'ям. } t = |26,7012 - 32,4712| / \sqrt{0,039 + 0,069} = 17,578$$

Критичне значення за таблицею – 1,97 (при рівневій значимості $\alpha=0,05$).

При $t < t_{кр}$ нульова гіпотеза про відмінність рівнів суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку чоловічої та жіночої статі, середньої спеціальної та вищої освіти не підтверджується. Тобто всі ці події є залежними. Чоловіки і жінки, особи із середньою спеціальною та вищою освітою у похилому віці мають однаковий рівень суб'єктивного відчуття самотності.

При $t > t_{кр}$ нульова гіпотеза про відмінність рівнів суб'єктивного відчуття самотності містян та селян, тих, хто живе з родиною та самотньо, має загальну середню та середню спеціальну освіту, загальну середню та вищу освіту, працює та не працює, задоволений та незадоволений станом свого здоров'я в похилому віці підтверджується. Встановлені відмінності не є дуже значними, бо середні бали за цим показником у всіх відображають середній рівень. Але, варто зазначити, що рівень суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку, які живуть з родиною хоча і є середнім, але ближчим до низького, а тих, хто живе самотньо – середнім, але ближчим до високого.

Перевіримо залежність між потребою у спілкуванні та суб'єктивним відчуттям самотності в осіб похилого віку. З цією метою порівняємо значення за показником суб'єктивного відчуття самотності в осіб похилого віку, які мають потребу у спілкуванні нижче середнього та тих, чия потреба у спілкуванні вище середнього. Середнє значення за показником суб'єктивного відчуття самотності в перших становить 18,82264, а в других – 39,29804. Це свідчить про те, що особи похилого віку, які мають нижчу потребу у спілкуванні почувуються менш самотньо, ніж ті, хто має вищу потребу у спілкуванні.

Перевіримо достовірність відмінності вибірових середніх арифметичних розподілів суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку, які мають потребу у спілкуванні нижче середнього та тих, чия потреба у спілкуванні вище середнього за допомогою t -критерію Ст'юдента. Перевірена нульова гіпотеза про випадковість схожості згаданої величини у досліджуваних осіб із нижчим та вищим рівнями потреби у спілкуванні, тобто виявлена ступінь залежності двох подій стосовно цієї величини. Альтернативна гіпотеза полягала в невідповідності схожості цієї величини.

Встановлений рівень значимості схожості між замірами за показником суб'єктивного відчуття самотності в досліджуваних осіб похилого віку із нижчим та вищим рівнями потреби у спілкуванні.

$$CVC. M_1=18,822, m^2_1=0,026, M_2=39,298, m^2_2=0,034$$

Емпіричне значення t -критерію:

$$CVC. t = |18,822 - 39,298| / \sqrt{0,026 + 0,034} = 83,911$$

Критичне значення за таблицею – 1,97 (при рівній значимості $\alpha=0,05$).

При $t > t_{кр}$ нульова гіпотеза про відмінність рівнів суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку із нижчим та вищим рівнями потреби у спілкуванні підтверджується. Тобто всі ці події є незалежними. Рівень суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку, які мають нижчу потребу в спілкуванні є нижчим, ніж у тих, хто має вищу потребу в спілкуванні. У перших він є низьким, ніж наближається до середнього рівня, у других – середнім, хоча і наближається до високого рівня.

Висновки. Результати проведеної діагностики свідчать, що рівень потреби осіб похилого віку є нижче, ніж середній, тобто потреба у спілкуванні ними переважно задовольняється. Це може бути зумовлене низькою причиною, зокрема, власне достатнім рівнем соціальних контактів особи похилого віку, її схильністю до усамітнення, інтроверсією, задоволеністю інших потреб, пов'язаних зі спілкуванням тощо.

Виявлено, що в похилому віці спілкування більше потребують жінки, жителі селищ, ті, хто проживає самотньо, має середню спеціальну освіту, не працює та незадоволений станом власного здоров'я. У них ця потреба рідше задоволена. Менше спілкування потребують чоловіки, жителі міст, ті, хто проживає з родиною, має загальну середню та вищу освіту, працює та задоволений станом власного здоров'я.

По-різному проявляється рівень потреби в спілкуванні окремих категорій осіб похилого віку. Так, потреба в спілкуванні чоловіків похилого віку є низькою, а жінок – нижче середнього. І у міщан, і в селян рівень потреби у спілкуванні є нижче середнього. Потреба у спілкуванні осіб похилого віку, які живуть з родиною є низькою, а тих, хто живе самотньо – нижче середнього. Середні бали за цим показником в осіб похилого віку із середньою спеціальною та вищою освітою відображають рівень нижче середнього, а в тих, хто має середню освіту – низький рівень. Потреба в спілкуванні працюючих і задоволених станом власного здоров'я осіб похилого віку є низькою, а непрацюючих та незадоволених станом власного здоров'я осіб похилого віку – нижче середнього.

Особі похилого віку мають середній рівень суб'єктивного відчуття самотності. Тобто це може свідчити про те, що вони мають риси, властиві інтровертам, відчувають оптимальну самотність і ставляться до цього явища позитивно; загальне самопочуття в них сприятливе. Не підтверджена статистична значимість між

рівнем відчуття самотності в чоловіків і жінок у похилому віці. Але підтверджено, що дане відчуття більше властиве селянам, ніж міщанам; непрацюючим, ніж працюючим; тим, хто проживає самотньо, ніж з родиною; незадоволений станом свого здоров'я, ніж задоволеним. Вищим рівень суб'єктивного відчуття самотності є в осіб похилого віку із загальною середньою освітою, ніж у тих, хто має середню спеціальну та вищу освіту. Статистично відмінність у рівнях суб'єктивного відчуття самотності є в осіб похилого віку зі спеціальною та вищою освітою не підтверджена. Але такі відмінності між особами похилого віку не є значними, бо середні бали за цим показником у них відображають середній рівень, хоча в окремих випадках є ближчими до високого або низького рівнів.

Виявлено, що на прояв суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку суттєво впливає рівень їхньої потреби в спілкуванні. Так, рівень суб'єктивного відчуття самотності осіб похилого віку, які мають нижчу потребу у спілкуванні є нижчим, ніж у тих, хто має вищу потребу в спілкуванні. У перших він є низьким, ніж наближається до середнього рівня, у других – середнім, хоча і наближається до високого рівня.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вияві феноменів, які пов'язані із потребою у спілкуванні, суб'єктивним відчуттям самотності осіб похилого віку (тривожністю, депресією, наявністю смислів у житті, комунікативними особливостями, самооцінкою тощо), порівнянні особливостей суб'єктивного відчуття самотності осіб різних вікових категорій тощо.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бакалдин С.В. Эмоциональные особенности переживания одиночества / С.В. Бакалдин // Вестник Адыгейского Государственного Университета. – Вып. 5. – Майкоп: изд-во АГУ, 2008. – С. 229-232.
2. Бех І.Д. Життя особистості у ціннісному осягненні / І.Д. Бех // Педагогічна газета. – 2011. – №7(204). – липень. – С. 5.
3. Заворотных Е.Н. Одиночество как психологический феномен / Е.Н. Заворотных // Материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения – 2006» / под ред. Л.А. Цветковой, А.А. Крылова. – СПб.: Издательство С.-Петербургского университета, 2006. – С. 81-82.
4. Краснова О.В. Стереотипы пожилых и отношение к ним / О.В. Краснова // Психология зрелости и старения: Ежеквартальный научно-практический журнал. – 1998. – № 1. – С. 10-18.
5. Корчагина С.Г. Генезис, виды и проявления одиночества: монография / С.Г. Корчагина. – М.: МПСИ, 2005. – 196 с.
6. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б.Ф. Ломов. – М.: Издательство «Наука», 1984. – 444 с.
7. Парыгин Б.Д. Основы социально-психологической теории / Б.Д. Парыгин. – М.: «Мысль», 1971. – 348 с.
8. Смутьсон М.Л. Готовність до саморозвитку як психологічна умова успішності / М.Л. Смутьсон // Успішність особистості: потенціал та обмеження [Текст]: тези доповідей Міжнар. наук.-практич. конференції (К., 18 березня 2010р.) / за ред.: М.Л. Смутьсон, Л.М. Зінченко. – К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. – С. 228-230.
9. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость: Учеб. пособие для студ. Высших учебных заведений / О.В. Хухлаева. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 208 с.
10. Шагивалеева Г.Р. Одиночество и особенности его переживания студентами: монография / Г.Р. Шагивалеева. – Елабуга: Изд. ОАО «Алмедиа», 2007. – 157 с.

Подано до редакції 05.09.12