

jealous person is characterized by a lack of confidence in his abilities and, at the same time, there is a tendency to desire to dominate. The article also provides the analysis of the correlation relations of the singled out areas of its manifestations with the help of a modified method of Dembo-Rubinstein.

Key words: child jealousy, professional jealousy, sexual jealousy, jealousy-doubt, jealousy-suspicion, jealousy-narcissism, masochistic jealousy, provocative jealousy.

Подано до редакції 10.08.2015

УДК: 159.922

Ірина Григорівна Кошлань,

кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та диференціальної психології,
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського,
вул. Фонтанська дорога, 4, м. Одеса, Україна

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження співвідношення між переживанням самотності та емоційним інтелектом особистості. Вивчено характер взаємозв'язків між показниками переживання самотності та показниками емоційного інтелекту. Емпірично виділено групи осіб з високим та низьким рівнем емоційного інтелекту. Проаналізовано специфіку переживання самотності у осіб з різним рівнем емоційного інтелекту. В групі осіб з низьким рівнем емоційного інтелекту виявлено високий показник актуального переживання самотності, високі показники ізоляції та відчуження та в цілому високий рівень актуального переживання самотності. У той же час, у представників такої групи відмічається прийняття самотності та усамітнення, здібність знаходити ресурс в усамітненні, творчо використовувати його для самопізнання та саморозвитку. В групі осіб з високим рівнем емоційного інтелекту діагностовано низький рівень переживання самотності, відсутність актуального хворобливого переживання самотності, середній рівень відчуження одночасно зі здібністю знаходити позитивний ресурс в усамітненні. Перебування на самоті для представників цієї групи не є проблемою, потреба у компанії та залежність від спілкування також в них не виражені, що свідчить про прийняття самотності та спроможність залишатися на одинці. Таким чином, встановлено, по-перше, що у осіб з різним рівнем емоційного інтелекту є як загальне, так і відмінне у особливостях переживання самотності. Так, у представників обох груп виявлено високі значення показника ресурсу усамітнення. У той же час, у осіб з високим рівнем емоційного інтелекту всі показники переживання самотності, крім показників, що вказують на позитивне ставлення до самотності, нижче середніх, у осіб з низьким рівнем емоційного інтелекту переважна більшість показників переживання самотності вище середніх. По-друге, певному рівню емоційного інтелекту відповідають певні особливості переживання самотності. Ці особливості проявляються у специфіці поєднання її показників, та рівнях, яких вони досягають.

Ключові слова: самотність, позитивна самотність, емоційний інтелект.

Постановка проблеми. Самотність є одним із складних та багатоаспектних феноменів, що знаходиться в центрі уваги багатьох психологів – представників різних теоретичних напрямків (Р. Вейс, Л. М. Галігузова, Т. Б. Джонсон і К. І. Кутрон, О. Б. Долгінова, І. С. Кон, С. Г. Корчагіна, С. В. Кривцова, Д. О. Леонтєв, А. Маслоу, О. В. Неумоева, Є. М. Осін, Л. Е. Пепло, К. Роджерс, У. А. Садлер, Х. С. Салліван, М. Е. Селігман, І. М. Слободчиков, О. Т. Соколова, З. Фрейд, Е. Фромм, К. Хорні, Г. Р. Шагівалеєва, Е. Еріксон, К. Г. Юнг та ін.). Проте до недавнього часу серед авторів переважав негативний погляд на самотність як проблему, й тільки в останні роки почав розповсюджуватися погляд на самотність як на позитивний ресурс, що потребує культивування.

На думку сучасних авторів, у найбільш загальному вигляді самотність можна визначити як переживання власної невключеності у зв'язки з іншими людьми. Це переживання може мати місце як у стані фізичної

ізоляції, так і в присутності інших людей, але без психологічного контакту з ними. В обох випадках самотність може бути або добровільною, вибраною, прийнятою (усамітнення), або вимушеною; у останньому випадку вона може слугувати джерелом серйозних психологічних проблем та порушень. Д. О. Леонтєв розрізняє хворобливе переживання самотності як віділеності, ізольованості від людей та переживання, пов'язані з усамітненням, які можуть бути позитивними та негативними [5].

Проте залишається відкритим питання про психологічні чинники, що впливають на своєрідність переживання самотності як багатоаспектного феномену. Аналіз літератури дозволив припустити, що одним із таких психологічних чинників може виступати емоційний інтелект [1; 4; та ін.].

В нашому дослідженні ми спирались на визначення емоційного інтелекту як здатності до розуміння та управління емоціями, як власними, так і чужими, запропоноване Д. В. Люсінім [4], та висновки авторів

про те, що індивіди з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту володіють вираженими здібностями до розуміння емоцій (власних та інших людей), вираження емоцій та до управління емоційною сферою, що сприяє адаптивності та ефективності у спілкуванні та діяльності [1; 4].

Метою дослідження було теоретичне обґрунтування та емпіричне вивчення особливостей переживання самотності особами з різним рівнем емоційного інтелекту.

Дослідження проводилося на базі Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К. Д. Ушинського». До вибіркової сукупності увійшли слухачі денної та заочної форм навчання відділення перепідготовки кадрів зі спеціальності «Психологія». У дослідженні взяли участь 63 особи у віці 23-45 років. Діагностичні процедури та первинна обробка даних були здійснені аспірантами кафедри загальної та диференціальної психології з нашою участю.

Методики дослідження. Для дослідження переживання самотності нами був використаний «Диференційний опитувальник переживання самотності» Є. М. Осіна і Д. О. Леонтьєва [5]. Методика створена на основі авторської моделі ставлення до самотності, згідно якої «прийняття самотності як екзистенціального факту відкриває людині можливість цінувати ситуації усамітнення та використовувати їх як ресурс для автокомунікації та особистісного росту. Неприйняття та страх самотності, навпаки, призводять до уникнення усамітнення, постійного пошуку соціальних контактів, що позбавляє людину від зустрічі з собою та стає перешкодою для особистісного росту» [3, 55-56]. Методика вимірює переживання самотності та два аспекти

ставлення до неї: позитивну самотність та залежність від спілкування.

Для діагностики емоційного інтелекту був застосований опитувальник «ЕМІн» Д. В. Люсіна [4], що, згідно теоретичної моделі емоційного інтелекту, запропонованої автором, дозволяє вивчати, з одного боку, внутрішньо-особистісний та міжособистісний емоційний інтелект, з іншого – здібності до розуміння та управління емоціями.

Результати та їх обговорення. Аналіз отриманих емпіричних даних проводився поетапно.

На першому етапі для вивчення характеру взаємозв'язків між показниками переживання самотності та показниками емоційного інтелекту був проведений кореляційний аналіз. Обробка даних проводилася за допомогою комп'ютерної програми SPSS 17.0 for Microsoft Windows. Кореляційному аналізу були піддані «сирі» бали за показниками переживання самотності та емоційного інтелекту. Перший ряд показників – показники емоційного інтелекту: розуміння чужих емоцій (МР), управління чужими емоціями (МУ), розуміння своїх емоцій (ВР), управління своїми емоціями (ВУ), контроль експресії (ВЕ), міжособистісний емоційний інтелект (МЕІ), внутрішньо-особистісний емоційний інтелект (ВЕІ), розуміння емоцій (РЕ), управління емоціями (УЕ), загальний рівень емоційного інтелекту (ЗЕІ). Другий ряд показників – показники переживання самотності: ізоляція (Із), самовідчуття самотності (Св), відчуження (Вдч), загальна самотність (ЗС), дисфорія самотності (Дсф), самотність як проблема (СПр), потреба в компанії (ПК), залежність від спілкування (ЗСп), радість усамітнення (РдУ), ресурс усамітнення (РсУ), позитивна самотність (ПС).

Результати кореляційного аналізу подані у табл. 1.

Таблиця 1.

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками переживання самотності та емоційного інтелекту

	МР	ВР	ВУ	ВЕ	МЕІ	ВЕІ	РЕ	УЕ	ЗЕІ
ДфС	287*		325**		275*	301*	342**	284*	337**
РдУ		-390**	-378**	-285*	-274*	-420**	-400**	-367**	-417**
РсУ		-314*					-264*		-249*
ЗСп			271*					274*	
ПС		-373**	-255*			-325**	-335**	-259*	-316*

Примітка: 1) У таблиці нулі й коми опущені; 2) $p \leq 0,01^{**}$; $p \leq 0,05^{*}$; 3) умовні скорочення шкал за методикою «Диференціальний опитувальник переживання самотності»: ДфС – дисфорія самотності, РдУ – радість усамітнення, РсУ – ресурс усамітнення, ЗСп – залежність від спілкування, ПС – позитивна самотність; 3) умовні скорочення шкал за методикою «ЕМІн»: МР – розуміння чужих емоцій, ВР – розуміння своїх емоцій, ВУ – управління своїми емоціями, ВЕ – контроль експресії, МЕІ – міжособистісний емоційний інтелект, ВЕІ – внутрішньо-особистісний емоційний інтелект, РЕ – розуміння емоцій, УЕ – управління емоціями, ЗЕІ – загальний рівень емоційного інтелекту.

Як бачимо з табл. 1, показник дисфорія самотності (ДфС) має додатні взаємозв'язки з показниками розуміння своїх емоцій (ВР) ($p \leq 0,05$), міжособистісний емоційний інтелект (МЕІ) ($p \leq 0,05$), внутрішньо-особистісний емоційний інтелект (ВЕІ) ($p \leq 0,05$), управління емоціями (УЕ) ($p \leq 0,05$) та показниками управління своїми емоціями (ВУ) ($p \leq 0,01$), розуміння емоцій (РЕ) ($p \leq 0,01$) і загальний рівень емоційно-

го інтелекту (ЗЕІ) ($p \leq 0,01$). Показник радість усамітнення (РдУ) виявляє від'ємні кореляційні зв'язки з показниками розуміння своїх емоцій (ВР) ($p \leq 0,01$), управління своїми емоціями (ВУ) ($p \leq 0,01$), внутрішньо-особистісний емоційний інтелект (ВЕІ) ($p \leq 0,01$), розуміння емоцій (РЕ) ($p \leq 0,01$), управління емоціями (УЕ) ($p \leq 0,01$), загальний рівень емоційного інтелекту (ЗЕІ) ($p \leq 0,01$). Показник ресурс усамітнення (РсУ)

має від'ємні взаємозв'язки з показниками розуміння своїх емоцій (BP) ($\rho \leq 0,05$), розуміння емоцій (PE) ($\rho \leq 0,05$) і загальний рівень емоційного інтелекту (ZEI) ($\rho \leq 0,05$). Показник залежність від спілкування має додатні кореляційні зв'язки з показниками управління своїми емоціями (BU) ($\rho \leq 0,05$) і внутрішньо-особистісний емоційний інтелект (BEI) ($\rho \leq 0,05$). Показник позитивна самотність (ПС) має від'ємні зв'язки з показниками управління своїми емоціями (BU) ($\rho \leq 0,05$), управління емоціями (UE) ($\rho \leq 0,05$), розуміння своїх емоцій (BP) ($\rho \leq 0,01$), розуміння емоцій (PE) ($\rho \leq 0,01$), внутрішньо-особистісний емоційний інтелект (BEI) ($\rho \leq 0,01$), загальний рівень емоційного інтелекту (ZEI) ($\rho \leq 0,01$).

Таким чином, в результаті кореляційного аналізу було встановлено, що між показниками переживання самотності та показниками емоційного інтелекту існують значимі додатні та від'ємні кореляційні зв'язки.

На наступному етапі емпіричного дослідження за

допомогою методу «асів» були виділені дві групи осіб: група осіб, які мають високі показники емоційного інтелекту (EI+), і група осіб, які мають низькі показники емоційного інтелекту (EI-).

Далі, за допомогою методу «профілів», було виявлено особливості переживання самотності особами з різним рівнем емоційного інтелекту.

На рисунку 1 зображені профілі переживання самотності груп осіб з різним рівнем емоційного інтелекту. Значення, що відображені на графіку, представляють собою середньоарифметичне значення конкретного показника, отриманого представниками досліджуваних груп. На осі OX відкладено значення показників переживання самотності, на осі OY – процентілі. Середня лінія проходить через відмітку 50 процентілів. Вище 75-го процентіля розташовані значення, що характеризують високий ступень виразності певного показника, значення, розташовані нижче 25-го процентіля, навпаки, характеризують слабку виразність ознаки.

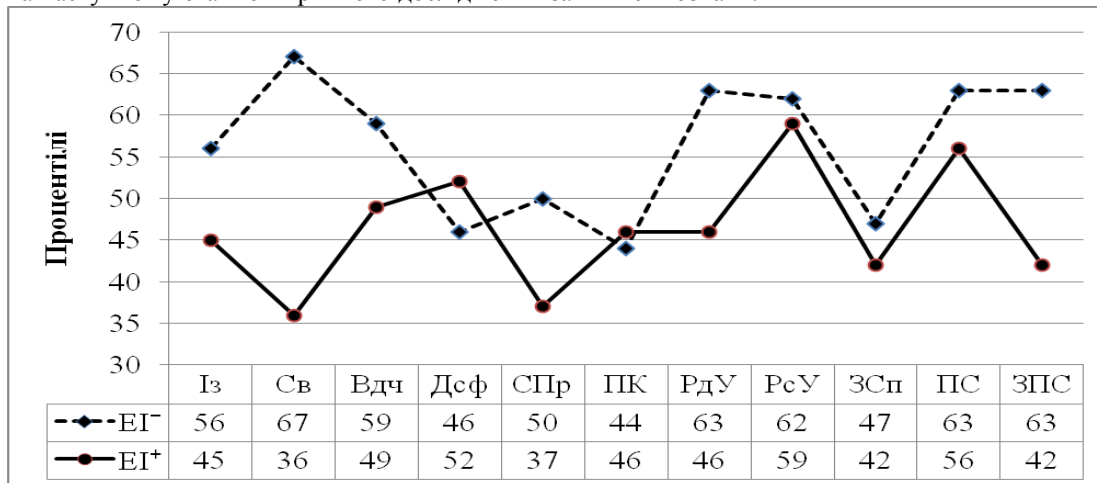


Рис. 1. Профілі переживання самотності груп осіб з різним рівнем емоційного інтелекту.

Аналіз отриманих профілів показав, що кожна досліджувана група осіб характеризується специфічною переживання самотності, що проявляється як в специфічному поєднанні параметрів, так і в рівнях, яких досягають показники. Це відбивається, перш за все, в особливостях конфігурації кожного профілю і його розташуванні відносно середньої лінії ряду, що наголошується візуально, а також в наявності статистично значимих відмінностей (за t-критерієм Ст'юдента) між однойменними показниками профілів. Комп'ютерна обробка даних відбувалась за допомогою статистичного пакету SPSS 17.0 for Microsoft Windows. Висновки про наявність відмінностей між порівнюваними групами робилися тільки у тому випадку, якщо статистична вірогідність відмінностей (Sig) була не менше 0,05.

Візуальний аналіз графічного зображення профілів осіб, що склали групу з низьким та групу з високим рівнем емоційного інтелекту демонструє їх розташування відносно середньої лінії ряду. Профіль переживання самотності групи осіб з низьким емоційним інтелектом розташований вище середньої лінії ряду, тоді як профіль переживання самотності групи осіб з високим емоційним інтелектом розташований переважно нижче середньої лінії ряду.

Для більш детального вивчення особливостей переживання самотності у осіб з різним рівнем емоційного інтелекту показники переживання самотності у кожному профілі були ранжовані за ступенем їх вираженості (від більших показників до менших). Результати ранжування подані у табл. 2.

Таблиця 2.

**Ранжування показників переживання самотності в групах
з високим та низьким рівнем емоційного інтелекту**

Ранг	Група осіб з високим рівнем емоційного інтелекту	Група осіб з низьким рівнем емоційного інтелекту
1	РсУ	Св
2	ПС	ЗПС, РдУ, ПС
3	Дсф	РсУ
4	Вдч	Вдч
5	ПК, РдУ	Із
6	Із	СПр
7	ЗСП, ЗПС	ЗСП
8	СПр	Дсф
9	Св	ПК

Аналіз таблиці, порівняння профілів, власні спостереження за досліджуваними, співбесіди з ними, а також зіставлення отриманих даних з даними літературних джерел [1–6, та ін.], дозволили нам описати специфіку переживання самотності особами, що розрізняються за рівнем емоційного інтелекту.

Група осіб з низьким рівнем емоційного інтелекту виявила високий показник актуального переживання самотності (Св), що відбивається у нестачі дружнього спілкування, відчутті покинутості. Високі показники ізоляції (Із) та відчуження (Вдч) у даних осіб також свідчать про відсутність людей, з якими в них можливий близький контакт, значущі зв'язки. В цілому, вони демонструють високий рівень актуального переживання самотності, брак спілкування (ЗПС). У той же час, у них виражені продуктивні аспекти усамітнення (РсУ), відмічається прийняття самотності та усамітнення (РдУ), а також здібність знаходити ресурс в усамітненні, творчо використовувати його для самопізнання та саморозвитку (ПС).

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. – Новополюцк : ПГУ, 2011. – 388 с.
2. Долгинова О. Б. Изучение одиночества как психологического феномена / О. Б. Долгинова // Практическая психология. – 2000. – № 4. – С. 28–36.
3. Корчагина С. Г. Психология одиночества: учебное пособие / С. Г. Корчагина. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2008. – 228 с.
4. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д. В.

REFERENCES

1. Andreeva, I. N. (2011). *Emotsionalnyi intellekt kak fenomen sovremennoi psikhologii* [Emotional intelligence as the phenomenon of modern psychology]. Novopolotck: PGU [in Russian].
2. Dolginova, O. B. (2000). *Izuchenie odinochestva kak psikhologicheskogo fenomena* [The study of loneliness as a psychological phenomenon]. *Prakticheskaiia psihologiiia – Practical psychology*, 4, 28-36 [in Russian].

Групу осіб з високим рівнем емоційного інтелекту характеризує низький рівень переживання самотності (ЗПС) одночасно зі здібністю знаходити позитивний ресурс в усамітненні (РсУ), відсутність актуального хворобливого переживання самотності (ЗПС), середній рівень відчуження (Вдч). Можна припустити, що в цю групу потрапили переважно особи, які прийняли самотність як екзистенціальний факт і впоралися з переживанням своєї самотності. Перебування на самоті для них не є проблемою (СПр), потреба у компанії (ПК) та залежність від спілкування (ЗСП) також в них не виражені, що свідчить про прийняття самотності та спроможність залишатися на одинці.

Висновки. Таким чином, в результаті якісного аналізу було встановлено, що особливості емоційного інтелекту певним чином співвідносяться з особливостями переживання самотності, що виражається як в специфіці поєднання показників переживання самотності, так і рівнях, яких вони досягають.

Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3–22.

5. 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.

6. Шагивалеева Г. Р. Одиночество и особенности его переживания студентами: Монография / Г. Р. Шагивалеева. – Елабуга: Изд-во ОАО «Алмедиа», 2007. – 157 с.

3. Korchagina, S. G. (2008). *Psikhologiiia odinochestva* [Psychology of loneliness]. Moscow: Moskovskii psikhologo-sotsialnyi institut [in Russian].

4. Lyusyn, D. V. (2006). *Novaia metodika dlia izmereniia ehmtsionalnogo intellekta: oprosnik EmIn* [A new technique for measuring emotional intelligence: questionnaire of emotional intelligence]. *Psikhologicheskaiia diagnostika*, 4, 3–22 [in Russian].

5. Osin, E. N. & Leontiev, D. A. (2013). Differentialnyi oprosnik perezhivaniia odinochestva: struktura i svoistva [Differential questionnaire on experiencing loneliness: the structure and properties]. *Psikhologiya. Zhurnal vysshei shkoly ekonomiki – Psychology, the Journal of Higher School of Psychology*, 1 (10), 55–81 [in Russian].

6. Shagivaleieva, G. R. (2007). *Odinochestvo i osobennosti ego perezhivaniia studentami [Loneliness and peculiarities of its experiencing by students]*. Elabuga: Izd-vo OAO «Almedia» [in Russian].

Ирина Григорьевна Кошлань,

*кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и дифференциальной психологии,
Южноукраинский национальный педагогический университет имени К. Д. Ушинского,
ул. Фонтанская дорога, 4, г. Одесса, Украина*

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА ЛИЦАМИ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования соотношения между переживанием одиночества и эмоциональным интеллектом личности. Изучен характер взаимосвязей между показателями переживания одиночества и показателями эмоционального интеллекта. Эмпирически выделены группы лиц с высоким и низким уровнем эмоционального интеллекта. Проанализирована специфика переживания одиночества у лиц с разным уровнем эмоционального интеллекта. В группе лиц с низким уровнем эмоционального интеллекта выявлен высокий показатель актуального переживания одиночества, высокие показатели изоляции и отчуждения и, в целом, высокий уровень актуального переживания одиночества. В то же время у представителей данной группы отмечается принятие одиночества и уединения, способность находить ресурс в уединении, творчески использовать его для самопознания и саморазвития. В группе лиц с высоким уровнем эмоционального интеллекта диагностирован низкий уровень переживания одиночества, отсутствие актуального болезненного переживания одиночества, средний уровень отчуждения одновременно со способностью находить положительный ресурс в уединении. Пребывание в одиночестве для представителей этой группы не является проблемой, потребность в компании и зависимость от общения также у них не выражены, что свидетельствует о принятии одиночества и о способности оставаться наедине с собой. Таким образом, установлено, во-первых, что у лиц с разным уровнем эмоционального интеллекта есть как общее, так и отличное в особенностях переживания одиночества. Так, у представителей обеих групп выявлены высокие значения показателя ресурса уединения. В то же время у лиц с высоким уровнем эмоционального интеллекта все показатели переживания одиночества, кроме показателей, указывающих на положительное отношение к одиночеству, ниже средних, тогда как у лиц с низким уровнем эмоционального интеллекта подавляющее большинство показателей переживания одиночества выше средних. Во-вторых, определенному уровню эмоционального интеллекта соответствуют определенные особенности переживания одиночества. Эти особенности проявляются в специфике сочетания его показателей, и уровнях, которых они достигают.

Ключевые слова: одиночество, позитивное одиночество, эмоциональный интеллект.

Iryna Koshlan,

*PhD (Candidate Degree in Psychology), Associate Professor of General and Differential Psychology Department,
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky,
4, Fontanska Doroha St., Odesa, Ukraine*

PECULIARITIES OF EXPERIENCE OF LONELINESS AMONG PERSONS WITH DIFFERENT LEVELS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE

The article presents the results of theoretical and empirical study of the relationship of experiencing loneliness to emotional intelligence of the individual. The character of this relationship of the indicators of loneliness experiencing and indicators of emotional intelligence is studied. Empirically two groups of individuals with high and low levels of emotional intelligence were distinguished. The specificity of loneliness experience of people with different levels of emotional intelligence was analyzed. The group of people with a low level of emotional intelligence revealed high levels of actual experiences of loneliness, isolation, and high levels of exclusion and, in general, a high level of current experience of loneliness. At the same time, members of this group accepted loneliness, they showed the ability to find resource in exclusion, creatively use it for self-cognition and self-development. The group of individuals with a high level of emotional intelligence demonstrated a low level of experiencing loneliness, lack of current painful experience of loneliness, alienation of the average level simultaneously with the ability to find a positive resource in seclusion. Staying alone for this group of people is not a problem, there is no need for the company and dependence on communication. Thus, it is found, firstly, that individuals with different levels of emotional intelligence reveal the distinctive features in experiencing loneliness as well. Thus, the representatives of both groups revealed high values of the index of the privacy resource. At the same time, people with a high level of emotional intelligence have lower indicators than the average, while those with a low level of emotional intelligence, the vast majority of indicators

of loneliness experience area above-average. Secondly, a certain level of emotional intelligence corresponds to certain features of experiencing loneliness. These features are shown in the specific combination of its performance, and the levels they reach.

Keywords: loneliness, positive loneliness, emotional intelligence.

Подано до редакції 13.08.2015
