

ВПЛИВ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ ТА АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ НА ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ

М. В. Коваленко

Херсонський державний університет

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор В. І. Шебанова

Актуальність дослідження цієї проблеми зумовлена тим, що темперамент й акцентуації характеру є одними з найбільш значущих властивостей особистості. Вони визначають наявність багатьох психічних відмінностей між людьми, в тому числі по інтенсивності і стійкості емоцій, емоційної вразливості, темпу і енергійності дій. Ці характеристики і визначають ступінь виразності та інтенсивність переживання почуття самотності.

Стан самотності – це переживання людиною втрати внутрішньої цілісності й зовнішньої гармонії зі світом. Він проявляється в порушенні гармонії між бажаною й досягнутою якістю соціального спілкування. Існує стан емоційної ізоляції та соціальної ізоляції, які Л. Ленг розглядає як самотність. Емоційна ізоляція проявляється у відсутності прихильності до конкретної людини. Соціальна ізоляція проявляється у відсутності доступного кола соціального спілкування й супроводжується почуттям відчуженості [2, с.7].

М. О. Кандиба виокремлює три типи самотності: хронічний, ситуативний і мінущий. Хронічна самотність виникає тоді, коли індивід упродовж тривалого періоду життя не може встановити задовільні стосунки зі значущими для нього людьми. Виникнення ситуативної самотності, пов'язують з результатом певних психотравмуючих подій у житті людини, таких, наприклад, як смерть близької людини або розрив інтимних відносин, наприклад шлюбних. Після деякого часу дистресу ситуативно-самотній індивід приймає свою втрату і частково або повністю долає виникле почуття самотності. Мінуща самотність проявляється в короткочасних появах почуття самотності, які повністю й безслідно проходять [1, с.434].

Темперамент – це індивідуально-своєрідні властивості психіки, що відображають динаміку психічної діяльності людини, і які виступають незалежно від його цілей, мотивів і змісту [4, с.32].

І. П. Павлов довів, що фізіологічною основою темпераменту є тип вищої нервової діяльності, що визначається співвідношенням основних властивостей нервової системи: сили, урівноваженості і рухливості процесів збудження і гальмування, що протікають у нервовій системі. Тип нервової системи є генотипом, тобто спадковим типом. І. П. Павлов виділив 4 чітко окреслених типів нервової системи, тобто певних комплексів основних властивостей нервових процесів:

1. слабкий тип характеризується слабкістю як збудливого, так і гальмівного процесів – меланхолік.

2. сильний неурівноважений тип характеризується сильним дратівливим процесом і відносно сильним процесом гальмування – холерик, «нестримний» тип.

3. сильний урівноважений рухливий тип – сангвінік, «живий» тип.

4. сильний урівноважений, але з інертними нервовими процесами – флегматик, «спокійний» тип [4].

Акцентуація характеру, на думку К. Леонгарда, – перебільшений розвиток окремих властивостей характеру на шкоду іншим, у результаті чого погіршується взаємодія з оточуючими людьми.

Концепція К. Леонгарда ґрунтується на уявленні, що існують основні та додаткові риси особистості. Основні риси утворюють ядро особистості, визначають її розвиток, адаптацію, психічне здоров'я. Якщо основні риси набувають розвитку, стають яскраво вираженими, вони визначають особистість у цілому, накладають свій відбиток на особистість та всі її прояви, а за певних обставин можуть зруйнувати всю структуру особистості. Виявлено такі основні типи акцентуацій: гіпертимний, дистимний, циклоїдний, збудливий, застрягаючий, педантичний, тривожний, емотивний, демонстративний, екзальтований [3].

Метою дослідження було теоретично проаналізувати та визначити психологічний зміст почуття самотності, типів темпераменту й акцентуацій характеру та емпірично з'ясувати вплив типу темпераменту та акцентуацій характеру на переживання почуття самотності у студентів.

Дослідження проводилось серед студентів соціально-психологічного факультету, Херсонського державного університету, які приймають активну участь у житті факультету, всього 30 осіб.

Для проведення дослідження було використано такі методики: модифікована методика «Незакінчені речення» (В. І. Шебанова) [5], методика суб'єктивного відчуття самотності (Д. Расел, М. Фергюсон), методика визначення типу темпераменту (Г. Айзенк), методика визначення типу акцентуації, рис характеру та темпераменту (К. Леонгард, Г. Шмішек) [4].

При проведенні дослідження ми отримали кількісний розподіл даних, які презентовано у табл.1.

Таблиця 1

Розподіл даних усереднених показників

Ступінь вираженості самотності за методикою (Д. Расел, М. Фергюсон)	Тип акцентуації характеру за методикою(К. Леонгард, Г. Шмішек)									
	Гіпертимні	Застраюючі	Емотивні	Педантичні	Тривожні	Циклотимічні	Демонстративні	Неврівноважені	Дистимічні	Екзальтовані
Низький рівень	41.1%	0%	11.8%	5.9%	11.8%	5.9%	17.6%	0%	0%	5.9%
Середній рівень	25%	0%	37.5%	12.5%	0%	0%	12.5%	0%	0%	12.5%

Встановлено, що у респондентів з низьким рівнем суб'єктивного відчуття самотності переважає гіпертимний тип акцентуації характеру (41.1%). Ми пов'язуємо це з тим, що люди гіпертимного типу відзначаються активністю, оптимізмом, енергійністю.

Виявлено, що у респондентів з середнім рівнем суб'єктивного відчуття самотності переважає емотивний тип акцентуації характеру (37.5%). Ми пов'язуємо це з тим, що особистості з емотивним типом акцентуації відзначаються високою емоційною чутливістю.

Відсутність респондентів з високими показниками, ми пояснюємо тим, що обрані респонденти активно задіяні у житті факультету, а отже мають велику кількість соціальних контактів і розширене коло друзів, з якими можна спілкуватись у скрутний момент. У свою чергу це зменшує суб'єктивне відчуття самотності.

Отримані результати за модифікованою методикою незакінчені речення (Шебанової В. І.) та методикою визначення типу темпераменту (Айзенка Г):

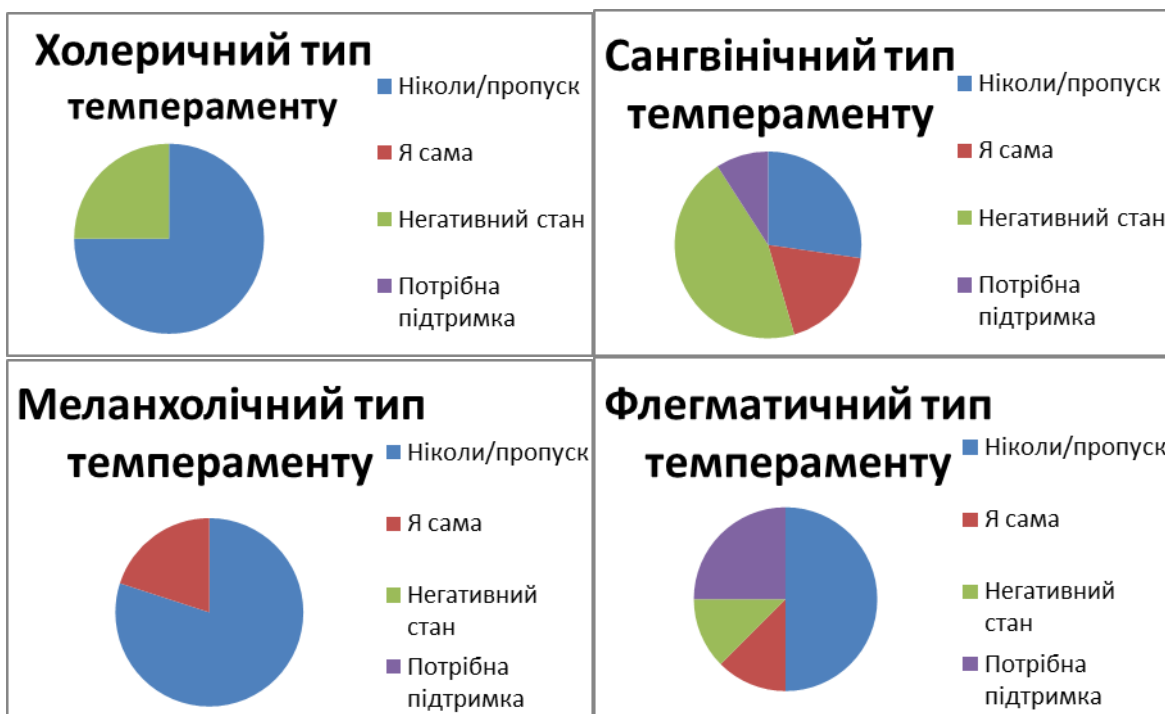


Рис. 1 Розподіл категорій у досліджуваній групі респондентів на речення «Самотність обтяжує мене в тих ситуаціях коли ...»

Встановлено, що у респондентів з холеричним та сангвінічним типом темпераменту переважає бачення самотності як негативного стану. Однак вони використовують його задля досягнення результату, наприклад, для прийняття рішення, виконання важливої справи. Ми пов'язуємо це з тим, що респонденти з цим типом темпераменту активні, здатні віддаватися справі з пристрастю, та екстравертовані (спрямовані ззовні).

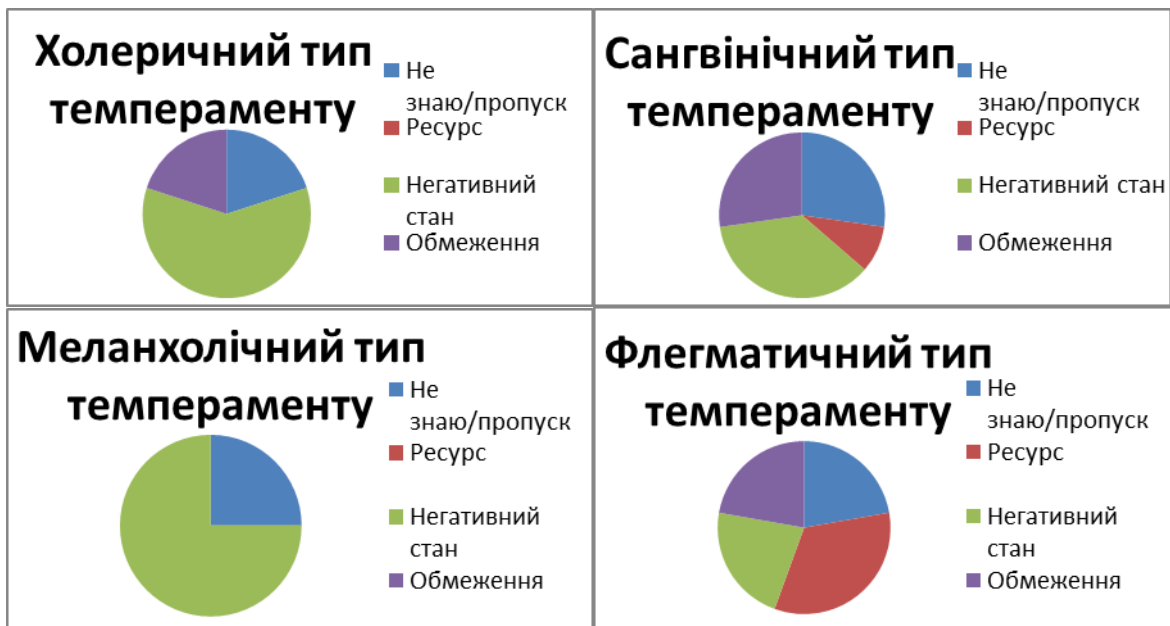


Рис. 2. Розподіл категорій у досліджуваній групі респондентів на речення «Самотність (Ваші асоціації) ...»

Встановлено, що у респондентів з флегматичним типом темпераменту переважає бачення самотності як ресурсу. Ми пов'язуємо це з тим, що ці респонденти вміють використовувати самотність задля досягнення гармонії з собою, для відпочинку, як можливість все обміркувати. Також, ми пов'язуємо це з тим, що респонденти з цим типом темпераменту інтровертовані (направлені на себе), їм властиві спокій, витримка, байдужість до оточуючих.



Рис. 3. Розподіл категорій у досліджуваній групі респондентів на речення «Щоб подолати своє почуття самотності, Я ...»

Узагальнено, що респонденти з меланхолічним типом темпераменту використовують неефективні копінг-стратегії задля подолання почуття самотності, а саме: нічого не робити та переключення уваги. Ми пов'язуємо це з такими характеристиками цього типу, як: замкненість, вразливість до невдач, мляві реакції на події у соціумі.

Узагальнено, що майже у 100% респондентів переважає категорія «Спілкування». Це ми пов'язуємо з бажанням розділити свої почуття з кимось задля їх зменшення. Також ми пов'язуємо це з тим, що у респондентів під час спілкування зменшується відчуття самотності за рахунок емоційного контакту зі значущою людиною, наприклад, з друзями або близькими.

Висновок. У респондентів з низьким рівнем суб'єктивного відчуття самотності переважає гіпертімний тип акцентуації характеру. У досліджуваних з середнім рівнем суб'єктивного відчуття самотності переважає емотивний тип акцентуації характеру. У респондентів з холеричним і сангвінічним типом темпераменту переважає бачення самотності як негативного стану, але вони використовують його для досягнення результату: прийняття рішень, виконання важливої справи. Досліджувані з меланхолійним типом темпераменту використовують не ефективні копінг-стратегії подолання почуття самотності: нічого не робити, перемикає уваги. У респондентів з флегматичним типом темпераменту переважає бачення самотності як ресурсу: досягнення гармонії з собою, відпочинок, можливість все обдумати.

Література:

1. Кандиба М. О. Психологічні аспекти відношення жінок до самотності та її вплив на особистість. *Актуальні проблеми практичної психології: збірник наук. праць*. Херсон, ПП Вишемирський В. С., 2012. С.225–228.
2. Лашук В. Г. Психологічні особливості переживання самотності в юнацькому віці: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07–педагогічна психологія. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. К, 2010. 22с.
3. Леонгард К. Акцентуовані особистості. Київ, 1981. 79с.
4. Обозов Н. Н. Типы личности, темперамент, и характер. СПб.: Речь, 2011. 205с.
5. Шебанова В. І. «Наративна психологія»: навчально-методичні рекомендації. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2017. 106 с.