

# **АДАПТАЦИЯ БОЛГАРСКОЙ ВЕРСИИ ШКАЛЫ СОЦИАЛЬНОГО И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ОДИНОЧЕСТВА (SELSA-S) ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ И ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ**

**О.Ю. СТРИЖИЦКАЯ**

Санкт-Петербургский государственный университет  
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>,  
e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

**М.Д. ПЕТРАШ**

Санкт-Петербургский государственный университет  
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4542-7289>,  
e-mail: m.petrash@spbu.ru

**И.Р. МУРТАЗИНА**

Санкт-Петербургский государственный университет  
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>,  
e-mail: i.r.myrtazina@spbu.ru

**Г.А. ВАРТАНЯН**

Санкт-Петербургский государственный университет  
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6266-4713>,  
e-mail: g.vartanyan@spbu.ru

**Ф.С. МАНЕВСКИЙ**

Санкт-Петербургский государственный университет  
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2688-169X>,  
e-mail: fedor.manevskiy@teamsteam.eu

## Н.Х. АЛЕКСАНДРОВА

Международная высшая бизнес школа, г. София, Болгария

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9077-2247>,

e-mail: alexandrovan@yahoo.com

## Л.В. БАБАКОВА

Академия музыкальных, танцевальных и изобразительных искусств,  
г. Пловдив, Болгария

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8666-4323>,

e-mail: babakova\_lilia@abv.bg

Работа посвящена адаптации и валидизации болгарской версии шкалы социального и эмоционального одиночества на взрослой и пожилой выборках. Представлены материалы психометрической проверки опросника, полученные на выборке взрослых людей от 35 до 75 лет ( $N=332$ ;  $M_{\text{возр}}=49,45$ ;  $SD=11,17$ ; 28% — мужчины). Эксплораторный факторный анализ выявил четыре фактора, два из которых совпадали с первыми двумя шкалами оригинальной методики, а третий и четвертый представляли собой расщепленную третью шкалу оригинальной методики. Для проверки согласованности шкалы использовался коэффициент Кронбаха, продемонстрировавший высокую согласованность как общей шкалы ( $\alpha=0,875$ ), так и субшкал ( $\alpha=0,843-0,873$ ). Конфирматорный факторный анализ подтвердил четырехфакторную структуру полученной адаптации. Конвергентная валидность шкалы была установлена с помощью ее корреляционного анализа с дифференциальным опросником одиночества. Анализ психометрических свойств шкалы социального и эмоционального одиночества подтвердил пригодность ее использования на взрослых и пожилых людях. В дальнейших исследованиях предполагается увеличение объема выборки для определения нормативных показателей.

**Ключевые слова:** одиночество, адаптация методики, SELSA-S, взрослые, пожилые люди.

**Финансирование.** Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ) в рамках научного проекта № 19-513-18015.

**Для цитаты:** Стрижницкая О.Ю., Петраш М.Д., Муртазина И.Р., Вартанян Г.А., Маневский Ф.С., Александрова Н.Х., Бабакова Л.В. Адаптация болгарской версии шкалы социального и эмоционального одиночества (SELSA-S) для взрослых и пожилых людей // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 4. С. 79—97. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280405>

# **ADAPTATION OF THE BULGARIAN VERSION OF THE SOCIAL AND EMOTIONAL LONELINESS SCALE (SHORT FORM) FOR ADULTS AND OLDER ADULTS**

**OLGA YU. STRIZHITSKAYA**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>,  
e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

**MARINA D. PETRASH**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4542-7289>,  
e-mail: m.petrash@spbu.ru

**INNA R. MURTAZINA**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>,  
e-mail: i.r.myrtazina@spbu.ru

**GAYANE A. VARTANYAN**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6266-4713>,  
e-mail: g.vartanyan@spbu.ru

**FEDOR S. MANEVSKY**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2688-169X>,  
e-mail: fedor.manevskiy@teamsteam.eu

**NATALIA CH. ALEXANDROVA**

International Business High School, Sofia, Bulgaria  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9077-2247>,  
e-mail: alexandrovan@yahoo.com

**LILIA V. BABAKOVA**

Academy of Music, Dance and Fine Arts, Plovdiv, Bulgaria  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8666-4323>,  
e-mail: babakova\_lilia@abv.bg

This study aims to adapt and validate the Bulgarian version of the Social and Emotional Loneliness Scale on adults and older adults. We present the results of the

psychometric assessment of the questionnaire on a sample of adults aged 35–75 (N=332;  $M_{age}=49.45$ ;  $SD=11.17$ ). Exploratory factor analysis revealed four factors: two factors were identical to the first two sub-scales, the third sub-scale split into two separate factors. Reliability of the new sub-scales was assessed with Cronbach's  $\alpha$  coefficient that showed high levels of reliability for the general scale ( $\alpha=0.875$ ) and for all four sub-scales ( $\alpha$  ranged from 0.843 to 0.873). Confirmatory factor analysis proved the four-factor structure of the adapted scale. The convergent validity of the Social and Emotional Loneliness Scale was proved by correlation analysis with the Differential Questionnaire of Loneliness Experience. Our study yielded the adequate psychometric characteristics of the Social and Emotional Loneliness Scale for adults and older adults in Russia. In future research, we plan to increase the sample to standardize the scores for the scales.

**Keywords:** loneliness, scale adaptation, SELSA-S, adults, older adults.

**Funding.** The reported study was funded by Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project no. 19-513-18015.

**For citation:** Strizhitskaya O.Yu., Petrash M.D., Murtazina I.R., Vartanyan G.A., Manevsky F.S., Alexandrova N.Ch., Babakova L.V. Adaptation of the Bulgarian Version of the Social and Emotional Loneliness Scale (Short Form) for Adults and Older Adults. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2020. Vol. 28, no. 4, pp. 79–97. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280405> (In Russ., abstr. in Engl.)

Одиночество является одним из наиболее распространенных феноменов в мире [15]. Исследованию одиночества в различных популяциях посвящены тысячи статей (по данным базы *Academic Search Ultimate* — 7587 с 1945 г. по сегодняшний день).

Но несмотря на внимание, уделяемое учеными данной теме, понимание одиночества остается неоднозначным [13]. В самом общем виде можно сказать, что одиночество может нести позитивный [9] и негативный [16] смысл. Человек может ощущать одиночество в разных средах — семейной, дружеской, профессиональной. Таким образом, одиночество представляется не просто сложным, но многомерным конструктом, для изучения которого необходимы адекватные инструменты.

Среди инструментария для изучения одиночества, существующего на сегодняшний день, наиболее распространенными являются Шкала одиночества Д. Рассела и М. Фергюсон (*UCLA Loneliness Scale*) [3] и шкала социального и эмоционального одиночества (SELSA-S); последняя недавно была адаптирована на русский язык для молодежной выборки Т.Л. Крюковой с коллегами [4]. Также в отечественной психологии широко применяется дифференциальный опросник переживания одиночества, позволяющий оценить не только негативные аспекты одиночества,

но и его ресурсный потенциал [5]. Важной особенностью этих и других методик, направленных на изучение одиночества, является то, что они разработаны и валидизированы на молодежных выборках.

Существенным в данном случае является то, что одиночество тесно связано с мироощущением человека, которое трансформируется в процессе развития, а к периоду старения достигает наиболее существенных отличий от молодого возраста [6]. В докторской диссертации О.Ю. Стрижицкой было показано, что многие методики, валидизированные и стандартизованные на так называемых «взрослых выборках», не сохраняют своих структурных свойств на пожилых и старых людях и, таким образом, значительная часть отечественных методов неприменима для работы со старшим поколением [6]. В то же время необходимы методики, которые были бы применимы не только для молодежи или только для старшего поколения, но которые позволяли бы проводить сравнительный анализ взрослых разных возрастов.

Оригинальная краткая версия шкалы социального и эмоционального одиночества для взрослых Э. ДиТоммасо (*E. DiTommaso*) и коллег (*Social and Emotional Loneliness Scale for Adults — Short Form, SELSA-S*) включала 15 утверждений, объединенных в три фактора, которые образовывали общий фактор [11]. Методика называется «Шкала социального и эмоционального одиночества для взрослых», при этом в процедуре валидации участвовали в основном молодые люди ( $M_{\text{возр}}=23,81$ ;  $SD=7,91$ ). В исследовании по валидации также участвовала выборка жен американских военнослужащих, однако их средний возраст составил 32 года. Последующие адаптации придерживались примерно той же возрастной схемы валидации. В 2007 г. турецкая версия прошла адаптацию на студентах ( $M_{\text{возр}}=22,64$ ;  $SD=2,15$ ) [10]. Франко-канадская адаптация валидизирована на молодых и взрослых людях ( $M_{\text{возр}}=27,9$ ;  $SD=12$ ) [12]. Польская версия шкалы адаптирована на студентах ( $M_{\text{возр}}=21,14$ ;  $SD=2,05$ ) [7].

Первая и единственная на данный момент версия шкалы социального и эмоционального одиночества для взрослых, адаптированная на старшей возрастной группе (60—75 лет), была разработана для болгарской выборки [1]. Эта версия была выбрана нами как исходная. Во всех адаптациях шкала сохранила исходную структуру: три субшкалы, объединенные в один общий фактор.

Россия и Болгария имеют исторические и культурные общие корни, а также, что было немаловажно для адаптации, близкую семантику языков. Самый значимый период для установления языковых связей между Болгарией и Россией начинается в период после освобождения Болгарии от османского ига. Тогда начинается процесс проникновения и заимствования множества слов, терминов и фразеологизмов из русского языка [2]. Таким образом, мы ожидали, что смысловые потери при переводе текста методики будут минимальны.

Основная цель, которую мы ставили перед собой, начиная адаптацию данной методики, — создать инструмент, который был бы пригоден для применения на взрослой (не студенческой) выборке, включая старшее поколение.

## Метод

**Выборка.** В исследовании приняли участие 332 человека в возрасте от 35 до 75 лет ( $M_{\text{возр}}=49,45$ ;  $SD=11,17$ ), из них 92 мужчины ( $M_{\text{возр}}=43,37$ ;  $SD=8,18$ ) и 240 женщин ( $M_{\text{возр}}=51,77$ ;  $SD=11,29$ ), проживающих в Санкт-Петербурге, Москве, Нижнем Новгороде, не имеющих хронических заболеваний. 67% респондентов имели высшее образование, 30% — среднее специальное, 2% — незаконченное высшее, 1% — среднее общее образование. 85% респондентов были наемными работниками, 10% имели собственный бизнес, 5% — в данный момент не работали. Выборка была разделена на три возрастные группы. Во всех трех группах были представители разных профессиональных сред: врачи, педагоги, юристы, экономисты, IT-специалисты и др. Половозрастной состав выборки представлен в табл. 1.

Таблица 1

Половозрастной состав выборки (N=332)

Группы	Возраст	Количество человек		
		Выборка	Мужчины	Женщины
1	35—44 года	129	62	67
2	45—54 лет	102	16	86
3	55—75 лет	101	14	87

**Методики.** В основу нашего исследования была положена болгарская версия шкалы социального и эмоционального одиночества для взрослых и пожилых людей [1].

Опросник включал 15 пунктов, формирующих 3 шкалы.

1. Шкала эмоционального одиночества оценивала переживание одиночества в кругу своей семьи, отсутствие понимания и поддержки.

2. Шкала социального одиночества описывала состояние, при котором человек чувствовал себя одиноким в социальной группе.

3. Шкала интимно-личностного одиночества рассматривала переживание чувства одиночества в романтических и интимно-личностных отношениях, здесь утверждения касались исключительно отношений с романтическим партнером.

Респонденты оценивали каждое утверждение по шкале от 1 до 5, где 1 — «не согласен», 2 — «скорее не согласен», 3 — «не уверен», 4 — «скорее согласен», 5 — «согласен».

Перевод текста опросника с болгарского на русский был выполнен профессиональным переводчиком в Болгарии и скорректирован нашими болгарскими коллегами, свободно владеющими русским языком. Далее полученный перевод прошел процедуру обратного перевода и экспертизу в фокус-группе. В результате к исходному опроснику, состоящему из 15 пунктов, было добавлено еще 4 пункта, по смыслу схожих с исходными вариантами, но использующих незначительно отличающиеся выражения.

*Методики, использованные для определения внешней валидности.* Мы остановились на методике «Дифференциальный опросник переживания одиночества» [5], включающей три шкалы: общее одиночество, зависимость от общения и позитивное одиночество. Несмотря на то, что она была валидизирована на молодой выборке ( $M_{\text{возр}}=23,8$ ;  $SD=8,85$ ), это одна из наиболее современных и адекватных поставленной задаче методик.

*Анализ данных.* Обработка данных проводилась с помощью программ статистической обработки данных SPSS 20 и AMOS 20.

## Результаты

*Репрезентативность* выборки обеспечивалась наличием в выборке испытуемых разного возраста, образования, представителей различных профессий, с различным семейным статусом, достаточным для валидации количеством респондентов.

*Факторная структура.* На первом этапе анализа мы провели эксплораторный факторный анализ (метод главных компонент; вращение Варимакс с нормализацией Кайзера), чтобы проверить структуру опросника. Мера выборочной адекватности Кайзера—Мейера—Олкина (0,855) показала пригодность выборки для проведения эксплораторного факторного анализа. Было выделено четыре фактора (табл. 2), суммарно объяснявшие 65,17% дисперсии (21,9%, 18,93%, 13,02% и 12,12% соответственно).

Анализ выделенных факторов показал, что в первый фактор вошли пункты, в оригинальной методике относившиеся к шкале эмоционального одиночества. В этот же фактор вошел дополнительный пункт 18, который был сформулирован для шкалы эмоционального одиночества.

Второй фактор включил в себя пункты, относившиеся к шкале социального одиночества в оригинальной методике, и дополнительный пункт 17.

Таблица 2

**Факторная структура опросника (N=332)**

№	Формулировка пункта	Факторы			
		1	2	3	4
1	Я чувствую себя одиноким в своей семье	0,742			
4	В моей семье нет никого, на кого я мог бы рассчитывать, когда мне нужна помощь и поддержка, но я бы хотел, чтобы такие люди были	0,576			
8	Я чувствую, что члены моей семьи близки мне	0,788			
11	Я чувствую себя частью своей семьи	0,778			
12	Моя семья действительно заботится (беспокоится) обо мне	0,788			
16	В своей семье я чувствую, что я один	0,742			
18	Я привязан к своей семье	0,603			
2	Я чувствую себя частью группы друзей		0,636		
5	Мои друзья понимают мои мотивы и образ мыслей		0,659		
7	У меня нет друзей, которые разделяют мои взгляды, но я бы хотел, чтобы они у меня были		0,779		
9	Я могу обратиться за помощью к моим друзьям		0,753		
13	У меня нет друзей, которые понимают меня, но я хотел(а) бы их иметь		0,850		
17	Я могу положиться на друзей, когда мне нужна помощь		0,777		
3	У меня есть романтический партнер, с которым я делюсь своими самыми сокровенными мыслями и чувствами			0,809	
6	У меня есть романтический или брачный партнер, который оказывает мне необходимую поддержку и помощь			0,887	
14	У меня есть близкий партнер, которого я делаю счастливым			0,867	
10	Хотелось бы, чтобы у меня были более приятные интимные отношения				0,861
15	У меня есть неудовлетворенное желание теплых, романтических отношений				0,807
19	У меня есть нереализованная потребность в близких романтических отношениях				0,838



Анализ пунктов третьего и четвертого факторов выявил, что при эксплораторном анализе оригинальная шкала интимно-личностного одиночества разделилась на два фактора: «одиночество в романтических отношениях» (третий фактор) и «романтическое эмоциональное одиночество» (четвертый фактор).

Поскольку в оригинальной методике пункты третьего и четвертого факторов входили в одну шкалу, мы решили проверить с помощью конфирматорного факторного анализа (КФА), какая из двух моделей соответствует нашим данным.

В однофакторную модель вошли пункты 3, 6, 14, 10, 15, 19. В двухфакторной модели первый фактор включал пункты 3, 6, 14; второй фактор — пункты 10, 15, 19. Результаты представлены в табл. 3.

Таблица 3

**Данные о пригодности шкалы интимно-личностного одиночества (N=332)**

Модели	Характеристики модели							
	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	p	CFI	GFI	RMSEA	Pclose
Однофакторная модель	84,070	6	14,01	0,000	0,854	0,956	0,198	0,000
Двухфакторная модель	9,869	6	1,64	0,130	0,993	0,995	0,044	0,516

*Примечание:*  $\chi^2$  — критерий хи-квадрат; df — количество степеней свободы; RMSEA — среднеквадратичная ошибка приближения; CFI — сравнительный индекс согласия; GFI — критерий согласия; Pclose — индекс близости модели исходным данным.

Результаты КФА свидетельствуют, что однофакторная модель эмпирически не подтверждается, а двухфакторная хорошо соответствует нашим эмпирическим данным. Таким образом, третий и четвертый факторы представляют собой связанные, но самостоятельные шкалы.

Отталкиваясь от содержания пунктов, входящих в каждую шкалу, мы уточнили названия оригинальных шкал. Несмотря на общее название методики — «Шкала эмоционального и социального одиночества», — по сути, все шкалы направлены на определенные аспекты социального одиночества (в противовес, к примеру, методике изучения одиночества М. Монтеро Лопес, где рассматривается как социальное, так и внутриличностное одиночество) [14].

Шкала эмоционального одиночества была переформулирована в шкалу *семейного эмоционального одиночества*, поскольку все утверждения направлены на ощущение одиночества в кругу семьи.

Шкала социального одиночества была переформулирована в шкалу *несемейного эмоционального одиночества*. Она рассматривает переживание одиночества в отношениях с друзьями.

Шкала интимно-личностного одиночества была расщеплена на две независимые шкалы: шкалу *одиночества в романтических отношениях*, направленную на оценку наличия романтической среды, в которой человек мог бы чувствовать себя не одиноким; и шкалу *романтического эмоционального одиночества*, пункты которой раскрывают ощущение одиночества и нереализованности в тех романтических отношениях, которые у человека есть.

**Согласованность шкал.** На следующем этапе мы проверили согласованность пунктов внутри выделенных шкал. В табл. 4 представлены результаты согласованности шкал в группах по полу и возрасту.

Таблица 4

**Согласованность шкал в выборке и в половозрастных группах (N=332)**

Шкала	Коэффициент пригодности $\alpha$ Кронбаха					
	Общая выборка	Пол		Возрастные группы		
		М	Ж	1	2	3
Шкала семейного эмоционального одиночества	0,853	0,914	0,850	0,898	0,866	0,836
Шкала несемейного эмоционального одиночества	0,869	0,863	0,850	0,890	0,879	0,752
Шкала одиночества в романтических отношениях	0,873	0,842	0,882	0,865	0,858	0,870
Шкала романтического эмоционального одиночества	0,843	0,860	0,841	0,905	0,858	0,725
Общая шкала	0,875	0,892	0,872	0,905	0,899	0,785

*Примечание:* возрастные группы: 1 — 35—44 года; 2 — 45—54 года; 3 — 55—75 лет.

Во всех рассмотренных группах коэффициент альфа Кронбаха был достаточно высоким. Исключение любого пункта снижало согласованность, как отдельных шкал, так и общего показателя.

Для проверки устойчивости шкал был проведен анализ коэффициента альфа Кронбаха в случайных подвыборках. Результаты представлены в табл. 5.

Полученные результаты подтверждают устойчивость выделенных шкал при изменении состава и объема выборки.

Внутренняя согласованность опросника подтверждается результатами корреляционного анализа (табл. 6). Тесные связи всех шкал показали высокую интегрированность системы.

*Дискриминативность пунктов* вычислялась с помощью коэффициента корреляции пунктов с итоговым баллом. Все коэффициенты были достаточно высокими, от 0,43 до 0,66 ( $p < 0,001$ ).

Таблица 5

**Согласованность шкал в случайных подвыборках**

Шкала	Коэффициент $\alpha$ Кронбаха	
	n=111	n=225
	$M_{\text{возр}}=50,15$	$M_{\text{возр}}=49,59$
Шкала семейного эмоционального одиночества	0,843	0,866
Шкала несемейного эмоционального одиночества	0,848	0,861
Шкала одиночества в романтических отношениях	0,908	0,879
Шкала романтического эмоционального одиночества	0,849	0,839
Общая шкала	0,868	0,867

Таблица 6

**Корреляции Пирсона между шкалами (N=332)**

Факторы	1	2	3	4
1. Шкала семейного эмоционального одиночества	1			
2. Шкала несемейного эмоционального одиночества	,434**	1		
3. Шкала одиночества в романтических отношениях	,196**	,363**	1	
4. Шкала романтического эмоционального одиночества	,211**	,335**	,356**	1
5. Общая шкала	,695**	,797**	,656**	,634**

*Примечание:* «\*\*» —  $p < 0,01$ ; 1 — шкала семейного эмоционального одиночества; 2 — шкала несемейного эмоционального одиночества; 3 — шкала одиночества в романтических отношениях; 4 — шкала романтического эмоционального одиночества.

**Конфирматорный факторный анализ.** Следующим этапом проверки структуры методики стал конфирматорный факторный анализ, используемый нами для проверки двух моделей. Первая основывалась на трехфакторной структуре оригинальной методики (модель 1). Вторая опиралась на результаты эксплораторного факторного анализа и конфирматорного анализа для третьей и четвертой шкал и включала четыре независимых фактора, объединенных в единую латентную переменную второго порядка (модель 2). Результаты представлены в табл. 7.

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что первая модель не соответствует эмпирическим данным. Показатели второй модели демонстрируют, что она наиболее близка к исходным эмпирическим данным.

Таблица 7

**Данные о пригодности моделей (N=332)**

Модель	Характеристики модели							
	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	p	CFI	GFI	RMSEA	Pclose
Модель 1	316,107	140	2,26	0,000	,908	,956	0,062	,018
Модель 2	228,976	134	1,71	0,000	,950	,968	0,046	,720

*Примечание:*  $\chi^2$  — критерий хи-квадрат; df — количество степеней свободы; RMSEA — среднеквадратичная ошибка приближения; CFI — сравнительный индекс согласия; GFI — критерий согласия; Pclose — индекс близости модели исходным данным.

Таким образом, с помощью КФА мы подтвердили, что российская адаптация болгарской версии шкалы социального и эмоционального одиночества для взрослых и пожилых людей состоит из четырех шкал.

**Конвергентная валидность.** Конвергентная валидность проверялась с помощью корреляционного анализа связей суммарных показателей по шкалам социального и эмоционального одиночества и показателей дифференциального опросника переживания одиночества (ДОПО). Результаты представлены в табл. 8.

Таблица 8

**Корреляции Пирсона между шкалами опросника переживания одиночества и ДОПО (N=332)**

Шкалы	ОО	ЗО	ПО
Шкала семейного эмоционального одиночества	0,597**	0,014	0,039
Шкала несемейного эмоционального одиночества	0,630**	0,014	0,151**
Шкала одиночества в романтических отношениях	0,353**	-0,070	0,189**
Шкала романтического эмоционального одиночества	0,408**	0,074	0,130*
Общая шкала	0,724**	0,018	0,169**

*Примечание:* «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$ ; ОО — общее одиночество (ДОПО); ЗО — зависимость от одиночества (ДОПО); ПО — позитивное одиночество (ДОПО).

Анализ показал, что все проверяемые шкалы положительно коррелируют с показателем «общее одиночество», что подтверждает, что все наши шкалы описывают конструкт «одиночество». Были также получены положительные связи со шкалой позитивного одиночества. Шкалы нашей методики направлены на оценку одиночества в различных социальных средах — семейной, несемейной, романтической, не оценивают ни принятие/непринятие этих состояний, ни ресурсный потенциал состояния одиночества. Таким образом, связи с «позитивным одиночеством» мож-

но интерпретировать лишь как специфические для нашей конкретной выборки. В нашей выборке несемейное эмоциональное одиночество, одиночество в романтических отношениях, а также романтическое эмоциональное одиночество положительно связаны с ресурсным потенциалом одиночества для взрослого и пожилого человека.

### **Обсуждение результатов**

Данное исследование было направлено на адаптацию болгарской версии шкалы социального и эмоционального одиночества для взрослых для российской взрослой и пожилой выборки. Мы взяли за основу болгарскую версию, поскольку ее адаптация была сделана на пожилых людях, и мы предполагали, что этот фактор в сочетании с культурно-языковой близостью позволит получить наилучшие результаты.

В процессе адаптации методики мы увеличили количество утверждений с 15 до 19, ожидая, что в процессе проверки согласованности пунктов некоторые пункты будут удалены. Однако психометрические проверки показали, что шкала, состоящая из 19 пунктов более устойчива, этот результат мы наблюдали во всех рассматриваемых подгруппах: как в половозрастных, так и в случайных выборках. Проверка на согласованность шкал также подтвердила, что полученную шкалу одиночества можно применять на взрослых от 35 лет и старше. Максимальный возраст участников нашего исследования составлял 75 лет, но мы допускаем, что в старших группах методика также будет сохранять свои психометрические свойства.

Факторный анализ показал, что, в целом, полученная нами структура схожа со структурой оригинальной методики (болгарской версии). Все пункты остались в пределах своих шкал, а добавленные пункты попали в те шкалы, для которых они были сформулированы. Несмотря на то, что наш анализ выявил четыре фактора вместо трех, структуры можно считать близкими, поскольку одна из шкал просто расщепилась на два фактора. Этот результат можно объяснить с позиций культурной специфичности. Для нашей выборки было обнаружено, что одиночество, вызванное отсутствием романтического партнера, и одиночество, связанное с тем, что партнер не оказывает необходимой поддержки и понимания, являются связанными, но не идентичными характеристиками.

Мы предполагали, что у респондентов старшей возрастной группы могут возникнуть некоторые сложности с вопросами, касающимися романтического партнера. Для российского общества традиционным является представление о том, что у пожилых и старых людей нет ни романтических отношений, ни заинтересованности в них. Однако западные исследования показывают, что такие представления уже не от-

вечают современным реалиям [8]. В нашем исследовании лишь двое пожилых респондентов отметили, что не знают, как отвечать на эти вопросы. В большинстве случаев, и это подтверждалось в личных беседах, значимость таких отношений сохраняется.

Следует обратить внимание на некоторые ограничения нашего исследования. Хотя выборка, которую мы использовали, была достаточной для психометрической проверки методики, тем не менее, она не дает возможности определить нормы для каждой возрастной группы. С позиций психологии развития, формировать единые нормы для возрастного промежутка в сорок лет было бы некорректно. В связи с этим данные о средних и разбросе данных (Приложение) являются, скорее, ориентиром для дальнейшей работы по стандартизации этой шкалы. Также в нашей выборке наблюдается половой перекос: лишь 28% выборки составляют мужчины. Отчасти это связано с демографической ситуацией (в старшей возрастной группе), отчасти с тем, что женщины традиционно чаще откликаются на приглашения принять участие в исследованиях, а также процент полностью корректно заполненных ими анкет всегда выше. Половое соотношение выборки является существенным ограничением исследования, и мы не могли провести анализ согласованности шкал в возрастных группах для мужчин, что требует дальнейшего дифференцированного изучения. Таким образом, в будущих исследованиях требуется увеличить объем мужской выборки, а также выборки в целом для определения норм выраженности одиночества в разных половозрастных группах взрослых и пожилых людей.

## **Выводы**

1. Российская адаптации болгарской версии шкалы социального и эмоционального одиночества для взрослых была дополнена до 19 утверждений, которые увеличили внутреннюю согласованность и надежность методики.

2. Факторный анализ выявил четыре субшкалы, две из которых повторяли исходные шкалы опросника, а две возникли в результате расщепления исходной третьей шкалы. Конфирматорный анализ подтвердил, что четырехфакторная структура хорошо соответствует эмпирическим данным, на которых построена модель, и является более надежной, чем трехфакторная структура.

3. Психометрические показатели шкалы социального и эмоционального одиночества для взрослых людей подтвердили хорошую согласованность и конвергентную валидность методики.

4. По результатам психометрического анализа методики можно говорить о том, что она пригодна для изучения социальных аспектов одиночества у взрослых людей старше 35 лет.

5. На данном этапе можно говорить о том, что методика имеет устойчивую структуру и высокую согласованность, ее содержание соответствует заявленному конструкту, однако требуются дальнейшие исследования для определения норм в половозрастных группах.

## Приложение

Ключ к опроснику

Название шкалы	Пункты
Шкала семейного эмоционального одиночества	1, 4, 8*, 11*, 12*, 16, 18*
Шкала несемейного эмоционального одиночества	2*, 5*, 7, 9*, 13, 17*
Шкала одиночества в романтических отношениях	3*, 6*, 14*
Шкала романтического эмоционального одиночества	10, 15, 19
Общая шкала	1, 2*, 3*, 4, 5*, 6*, 7*, 8*, 9*, 10*, 11*, 12, 13, 14*, 15, 16, 17*, 18, 19

*Примечание:* «\*» — обратные вопросы; кодируются следующим образом: 1 — 5 баллов, 2 — 4 балла, 3 — 3 балла, 4 — 2 балла, 5 — 1 балл.

При подсчете высокие оценки говорят о наличии переживания одиночества в соответствующей сфере или в целом.

### Средние показатели и разброс данных, полученных на нашей выборке (N=332)

Группы	M	SD	Размах	
			25%	75%
<i>Шкала семейного эмоционального одиночества</i>				
35—44 года	1,62	0,74	1,11	2,00
45—54 года	1,72	0,82	1,14	2,14
55—75 лет	1,62	0,65	1,05	2,00
<i>Шкала несемейного эмоционального одиночества</i>				
35—44 года	1,89	0,93	1,17	2,33
45—54 года	1,89	0,90	1,17	2,21
55—75 лет	1,86	0,88	1,17	2,46
<i>Шкала одиночества в романтических отношениях</i>				
35—44 года	2,47	1,36	1,33	4,00
45—54 года	2,67	1,38	1,33	2,33
55—75 лет	3,33	1,43	2,00	4,86

Группы	М	SD	Размах	
			25%	75%
<i>Шкала романтического эмоционального одиночества</i>				
35—44 года	2,08	1,06	1,25	3,00
45—54 года	2,09	0,97	1,25	2,25
55—75 лет	2,05	0,91	1,25	2,75
<i>Общая шкала</i>				
35—44 года	2,02	0,74	1,58	2,49
45—54 года	2,09	0,75	1,47	2,59
55—75 лет	2,14	0,57	1,70	2,42

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Александрова Н.* Малка книжка за голямата самота. София, България: Проф. Петко Венедиков, 2015. 129 с.
2. *Андрейчин Л.* Из историята на нашето езиково строителство. София, България: Народна просвета, 1977. 255 с.
3. *Водопьянова Н.Е.* Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 329 с.
4. *Крюкова Т.Л., Екимчик О.А., Опекина Т.П.* Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях. Кострома: Изд-во КГУ, 2019. 340 с.
5. *Осин Е.Н., Леонтьев Д.А.* Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 1. С. 55—81.
6. *Стрижицкая О.Ю.* Позитивная психология старения: условия, факторы и социальные эффекты геротрансцендентности: дисс. ... д-ра психол. наук. СПб., 2018. 260 с.
7. *Adamczyk K., DiTommaso E.* Psychometric properties of the Polish version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S) // Psihologijske Teme. 2014. Vol. 23 (3). P. 327—341. DOI:10.1037/t55306-000
8. *Bildtgård T., Öberg P.* Intimacy and Ageing: New Relationships in Later Life. Bristol, UK: Policy Press, 2017. 212 p.
9. *Cacioppo J.T., Cacioppo S., Boomsma D.I.* Evolutionary mechanisms for loneliness // Cognition & Emotion. 2014. Vol. 28 (1). P. 3—21. DOI:10.1080/02699931.2013.837379
10. *Çeçen A.R.* The Turkish Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S): Initial development and validation // Social Behavior & Personality: An International Journal. 2007. Vol. 35 (6). P. 717—734. DOI:10.2224/sbp.2007.35.6.717
11. *DiTommaso E., Brannen C., Best L.A.* Measurement and validity characteristics of the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults // Educational & Psychological Measurement. 2004. Vol. 64 (1). P. 99—119. DOI:10.1177/0013164403258450
12. *DiTommaso E., Turbide J., Poulin C., et al.* L'échelle De Solitude Sociale Et Émotionnelle (Éssé): A French-Canadian Adaptation of the Social and Emotional



- Loneliness Scale for Adults // *Social Behavior & Personality: An International Journal*. 2007. Vol. 35 (3). P. 339—350. DOI:10.2224/sbp.2007.35.3.339
13. Hüür G., Macdonald B. Rethinking social relationships in old age: Digitalization and the social lives of older adults // *American Psychologist*. 2020. Vol. 75 (4). P. 554—566. DOI:10.1037/amp0000604
  14. Montero-López Lena M., Rivera-Ledesma A. IMSOL-AM: Escala de soledad en el adulto mayor // *Evaluación en psicogerontología / González-Celis Rangel A.L.M. (ed.)*. México: Manual Moderno, 2009. P. 123—132.
  15. Stickley A., Koyanagi A., Roberts B., et al. Loneliness: Its correlates and association with health behaviours and outcomes in nine countries of the former Soviet Union [Электронный ресурс] // *PLoS ONE*. 2013. Vol. 8 (7). URL: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0067978> (дата обращения: 10.06.2019). DOI:10.1371/journal.pone.0067978
  16. van Belpouw I.M., van Exel E., de Jong Gierveld J., et al. “Being all alone makes me sad”: Loneliness in older adults with depressive symptoms // *International Psychogeriatrics*. 2014. Vol. 26 (9). P. 1541—1551. DOI:10.1017/S1041610214000581

## REFERENCES

1. Aleksandrova N. Malka knizhka za golyamata samota [The small book about great loneliness]. Sofia, Bulgaria: Prof. Petko Venedikov, 2015. 129 p. (In Bulg.).
2. Andreichin L. Iz istoriyata na nasheto ezikovo stroitelstvo [From the history of our language construction]. Sofia, Bulgaria: Narodna prosveta, 1977. 255 p. (In Bulg.).
3. Vodop'yanova N.E. Psikhodiagnostika stressa [Psychodiagnostics of stress]. Saint Petersburg: Piter, 2009. 329 p.
4. Kryukova T.L., Ekimchik O.A., Opekina T.P. Psikhologiya sovladaniya s trudnostyami v blizkikh (mezhlchnostnykh) otnosheniyakh [Psychology of coping with difficulties in close (interpersonal) relationships]. Kostroma: KGU Publ., 2019. 340 p.
5. Osin E.N., Leont'ev D.A. Differentsial'nyi oprosnik perezhvaniya odinochestva: struktura i svoystva [Differential questionnaire of loneliness: Structure and characteristics]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki = Psychology. Journal of the High School of Economics*, 2013. Vol. 10 (1), pp. 55—81.
6. Strizhitskaya O.Yu. Pozitivnaya psikhologiya stareniya: usloviya, faktory i sotsial'nye efekty gerotransendentnosti. Diss. dokt. psikhol. nauk. [Positive psychology of aging: predictors, factors and social effects of gerotranscendence. Dr. Sci. (Psychology) diss.]. Saint Petersburg, 2018. 260 p.
7. Adamczyk K., DiTommaso E. Psychometric properties of the Polish version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S). *Psychologiske Teme = Psychological Topics*, 2014. Vol. 23 (3), pp. 327—341. DOI:10.1037/t55306-000
8. Bildtgård T., Öberg P. Intimacy and Ageing: New Relationships in Later Life. Bristol, UK: Policy Press, 2017. 212 p.
9. Cacioppo J.T., Cacioppo S., Boomsma D.I. Evolutionary mechanisms for loneliness. *Cognition & Emotion*, 2014. Vol. 28 (1), pp. 3—21. DOI:10.1080/02699931.2013.837379
10. Çeçen A.R. The Turkish Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S): Initial development and validation. *Social Behavior &*

- Personality: An International Journal*, 2007. Vol. 35 (6), pp. 717—734. DOI:10.2224/sbp.2007.35.6.717
11. DiTommaso E., Brannen C., Best L.A. Measurement and validity characteristics of the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Educational & Psychological Measurement*, 2004. Vol. 64 (1), pp. 99—119. DOI:10.1177/0013164403258450
  12. DiTommaso E., Turbide J., Poulin C., et al. L'échelle De Solitude Sociale Et Émotionnelle (Éssé): A French-Canadian Adaptation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 2007. Vol. 35 (3), pp. 339—350. DOI:10.2224/sbp.2007.35.3.339
  13. Hülür G., Macdonald B. Rethinking social relationships in old age: Digitalization and the social lives of older adults. *American Psychologist*, 2020. Vol. 75 (4), pp. 554—566. DOI:10.1037/amp0000604
  14. Montero-López Lena M., Rivera-Ledesma A. IMSOL-AM: Escala de soledad en el adulto mayor. In González-Celis Rangel A.L.M. (ed.) *Evaluación en psicogerontología*. México: Manual Moderno, 2009, pp. 123—132.
  15. Stickley A., Koyanagi A., Roberts B., et al. Loneliness: Its correlates and association with health behaviours and outcomes in nine countries of the former Soviet Union [Elektronnyi resurs]. *PLoS ONE*, 2013. Vol. 8 (7). Available at: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0067978> (Accessed 10.06.2019). DOI:10.1371/journal.pone.0067978
  16. van Beljouw I.M., van Exel E., de Jong Gierveld J., et al. “Being all alone makes me sad”: Loneliness in older adults with depressive symptoms. *International Psychogeriatrics*, 2014. Vol. 26 (9), pp. 1541—1551. DOI:10.1017/S1041610214000581

### **Информация об авторах**

*Стрижицкая Ольга Юрьевна*, доктор психологических наук, профессор, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>, e-mail: [o.strizhitskaya@spbu.ru](mailto:o.strizhitskaya@spbu.ru)

*Петраш Марина Дмитриевна*, кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4542-7289>, e-mail: [m.petrash@spbu.ru](mailto:m.petrash@spbu.ru)

*Муртазина Инна Ралифовна*, кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>, e-mail: [i.r.murtazina@spbu.ru](mailto:i.r.murtazina@spbu.ru)

*Вартанян Гаянэ Аршалусовна*, кандидат психологических наук, научный сотрудник, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6266-4713>, e-mail: [g.vartanyan@spbu.ru](mailto:g.vartanyan@spbu.ru)

*Маневский Федор Сергеевич*, старший преподаватель, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Рос-

сийская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2688-169X>, e-mail: [fedor.manevskiy@teamsteam.eu](mailto:fedor.manevskiy@teamsteam.eu)

*Александрова Наталья Христова*, доктор психологических наук, профессор, Международная высшая бизнес школа, г. София, Болгария, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9077-2247>, e-mail: [alexandrovan@yahoo.com](mailto:alexandrovan@yahoo.com)

*Бабакова Лилия Виткова*, кандидат психологических наук, ассистент, кафедра музыкальной педагогики и дирижирования, Академия музыкальных, танцевальных и изобразительных искусств, г. Пловдив, Болгария, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8666-4323>, e-mail: [babakova\\_lilia@abv.bg](mailto:babakova_lilia@abv.bg)

### ***Information about the authors***

*Olga Yu. Strizhitskaya*, Doctor in Psychology, professor, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>, e-mail: [o.strizhitskaya@spbu.ru](mailto:o.strizhitskaya@spbu.ru)

*Marina D. Petrash*, PhD in Psychology, Associate Professor, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4542-7289>, e-mail: [m.petrash@spbu.ru](mailto:m.petrash@spbu.ru)

*Inna R. Murtazina*, PhD in Psychology, Associate Professor, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>, e-mail: [i.r.myrtazina@spbu.ru](mailto:i.r.myrtazina@spbu.ru)

*Gayane A. Vartanyan*, PhD in Psychology, Research Fellow, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6266-4713>, e-mail: [g.vartanyan@spbu.ru](mailto:g.vartanyan@spbu.ru)

*Fedor S. Manevsky*, Senior Lecturer, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2688-169X>, e-mail: [fedor.manevskiy@teamsteam.eu](mailto:fedor.manevskiy@teamsteam.eu)

*Natalia Ch. Alexandrova*, Doctor in Psychology, Professor, International Business High School, Sofia, Bulgaria, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9077-2247>, e-mail: [alexandrovan@yahoo.com](mailto:alexandrovan@yahoo.com)

*Lilia V. Babakova*, PhD in Psychology, Assistant, Academy of Music, Dance and Fine Arts, Plovdiv, Bulgaria, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8666-4323>, e-mail: [babakova\\_lilia@abv.bg](mailto:babakova_lilia@abv.bg)

Получена 08.06.2020

Received 08.06.2020

Принята в печать 01.11.2020

Accepted 01.11.2020