# Диагностический опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной

**Назначение теста**: диагностика глубины переживания одиночества.

**Инструкция к тесту**: вам предлагается 12 вопросов и 4 варианта ответов на них. Выберите тот, который наиболее соответствует вашему представлению о себе.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Вопросы  | Варианты ответов |
| всегда | часто | иногда | никогда |
| 1 | Бывает ли так, что Вы не находите понимания у близких (друзей)? |   |   |   |   |
| 2 | Возникает ли у Вас мысль, что по-настоящему Вы никому не нужны? |   |   |   |   |
| 3 | Бывает ли у Вас ощущение собственной заброшенности, покинутости в мире? |   |   |   |   |
| 4 | Испытываете ли Вы недостаток в дружеском общении? |   |   |   |   |
| 5 | Бывает ли у Вас чувство острой тоски по чему-то безвозвратно ушедшему, потерянному навсегда? |   |   |   |   |
| 6 | Чувствуете ли Вы перегруженность поверхностными социальными контактами, не дающими возможность истинного человеческого общения? |   |   |   |   |
| 7 | Присутствует ли у Вас ощущение собственной зависимости от других людей? |   |   |   |   |
| 8 | Способны ли Вы сейчас к истинному сопереживанию горя другого человека? |   |   |   |   |
| 9 | Можете ли Вы выразить человеку свое сопереживание, понимание, сочувствие? |   |   |   |   |
| 10 | Бывает ли так, что успех или везение другого человека вызывает у Вас чувство своей ущемленности, сожаление по поводу собственных неудач? |   |   |   |   |
| 11 | Проявляете ли Вы свою самостоятельность в решении сложных жизненных ситуаций? |   |   |   |   |
| 12 | Чувствуете ли Вы в себе достаточный резерв возможностей для того, чтобы самостоятельно решать жизненные задачи? |   |   |   |   |

#### **Обработка и интерпретация результатов теста**

Этот опросник обрабатывается достаточно просто. Ответам испытуемого приписываются следующие баллы: всегда – 4, часто – 3, иногда – 2, никогда – 1.

Ключ для измерения выраженности одиночества такой:

* 12-16 баллов – человек не переживает сейчас одиночество;
* 17-27 баллов – неглубокое переживание возможного одиночества;
* 28-38 – глубокое переживание актуального одиночества;
* 39-48 – очень глубокое переживание одиночества, погруженность в это состояние.

Корчагина С.Г. Психология одиночества: учебное пособие. – М.: МПСИ, 2008.