

## **Одиночество как социально-психологическая проблема у студентов вуза**

Проблема одиночества является предметом разностороннего научного исследования во многих науках о человеке: философии, педагогике, психологии, медицине. В каждой из них имеется свой взгляд на данный феномен, своя специфика, вносящая в его изучение новые подходы к его пониманию. В связи с этим имеется ряд трудностей в определении и интерпретации сущности одиночества, различные методологические проблемы, а проблема переживания одиночества в юношеском возрасте является далеко неоднозначной. Практическая актуальность разработки различных ее аспектов выходит за пределы собственно психологии так же, как за ее пределы выходят пути и способы преодоления одиночества. Однако именно психология является наукой, в рамках которой проблема одиночества может быть наиболее полно исследована и определены основные направления ее решения.

Мы рассматриваем одиночество как субъективное переживание, характеризующееся определенными психологическими особенностями индивидов в зависимости от степени его проявления.

С.В. Малышева и Н.А. Рождественская выделили четыре причины, обуславливающие возникновение чувства одиночества юношей и девушек [1]:

- осознание себя как уникальной, неповторимой, ни на кого не похожей личности;

- отсутствие достаточного количества межличностных контактов со сверстниками. Только в обществе сверстников студент может самоутвердиться, научиться взаимодействовать в неформальной группе сверстников, почувствовать поддержку друзей;

- экзистенциальный кризис «смысла жизни»;

- принудительное удержание молодых людей в каких-либо группах.

Испытываемые студентами негативные переживания влияют на процесс социализации и формирования личности, становятся одной из основных причин их социальной дезадаптации. Ощущение собственного одиночества нередко приводит к формированию нигилистического отношения личности к обществу, к развитию у нее форм поведения, направленных на противостояние с ним или «уход» от него: криминальные и экстремистские действия, алкоголизм, наркомания [2].

Обозначив теоретическую основу подходов к проблеме одиночества, мы определили целью нашего исследования рассмотрение социально-

психологических детерминаций одиночества как субъективного переживания.

Одиночество у студентов - это результат действия многих социально-культурных и психологических факторов. Осознание собственного материального неблагополучия, неудачи в установлении контактов со сверстниками и старшими по возрасту людьми являются предпосылками, способствующими возникновению чувства одиночества в студенческом возрасте. Данные предпосылки могут спровоцировать появление одиночества в том случае, когда они попадают в соответствующие условия: дисгармоничное развитие личности студента, ограниченный круг контактов вплоть до изоляции, неудачное профессиональное самоопределение, отсутствие коммуникативных умений - и выступают условиями появления одиночества в юношеском возрасте.

Эмпирическое исследование ощущения одиночества молодых людей проводилось в Балтийском федеральном университете им. И.Канта. В ходе исследования участвовали студенты в количестве 60 человек в возрасте 17-20 лет.

В соответствии с целью и задачами проводимого исследования использовались следующие методики: методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М. Фергюсона, в которой предлагается ряд утверждений, характеризующих степень одиночества (высокую, среднюю, низкую) и опросник для определения вида одиночества С.Г.Корчагиной, в которой выделяются три вида - диффузное, отчуждающее, диссоциированное одиночество. На основании проведенного теоретического анализа мы пришли к предположению, что одиночество как психическое явление имеет несколько видов, а каждый из них - глубину проявления, континуум.

По результатам методики, направленной на диагностику уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона, мы выделили три подгруппы в зависимости от уровня переживания одиночества. У 15 (25%) респондентов определяется высокий уровень переживания одиночества, у 24 (40%) - средний уровень переживания одиночества и у 21 (35%) - низкий уровень переживания одиночества. Как следует из сказанного, большинство испытуемых имеют, как правило, так называемый «средний» уровень субъективного переживания одиночества (рис. 1).

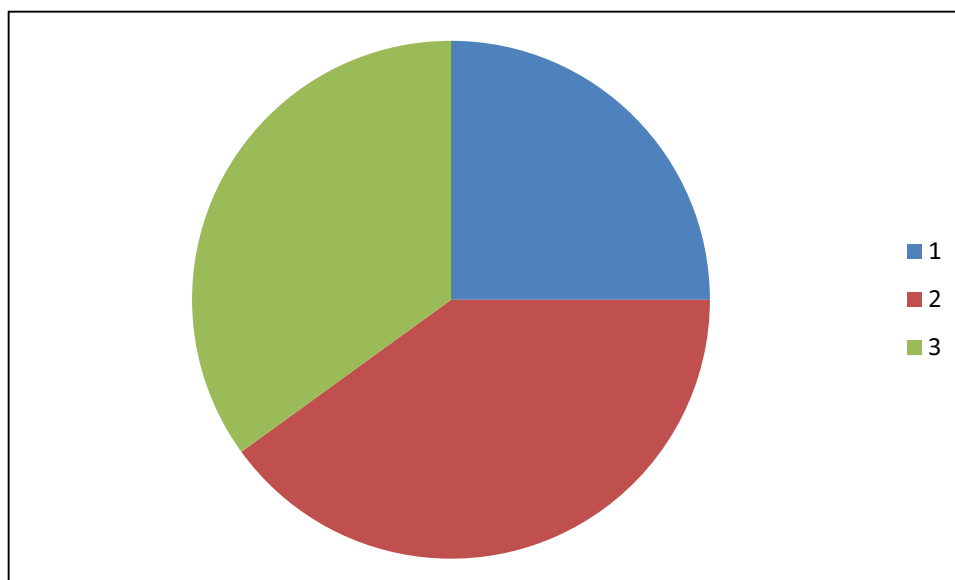


Рис. 1. Результаты диагностики по методике диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона. 1 – высокий уровень, 2 – средний уровень, 3 – низкий уровень субъективного ощущения одиночества.

Как видно из рисунка 1, у большинства испытуемых уровень субъективного ощущения одиночества средний, но это не говорит о том, что они никогда не испытывают чувство одиночества, скорее оно либо носит ситуативный характер и в настоящее время не ощущается студентами, либо сознательно отрицается студентом в силу нежелания показывать свои чувства другим людям, либо не осознается им благодаря защитным механизмам. Так или иначе, нельзя отрицать, что состояние одиночества в жизни студента играет значительную роль.

Результаты методики показали, что среди диагностируемых внутренних состояний, влияющих на отношение человека к самому себе и миру, одиночество не занимает лидирующее положение, но так или иначе присутствует в структуре личности студентов. Одиночество слабо выражено и не является наиболее острой проблемной зоной для большинства из студентов, но для тех, кто испытывает одиночество, это состояние переживается очень болезненно.

Для того чтобы выяснить, какое же место занимает одиночество среди других проблемных зон студентов, был использован Опросник для определения вида одиночества (С.Г. Корчагина), в котором выделяются три вида - диффузное, отчуждающее, диссоциированное одиночество.

Были получены следующие результаты. Студентов, переживающих диффузное одиночество большинство – 37 человек (62%), их отличает

подозрительность в межличностных отношениях и сочетание противоречащих личностных и поведенческих характеристик: сопротивление и приспособление в конфликтах; наличие всех уровней эмпатии; возбудимость, тревожность и эмотивность характера, коммуникативная направленность (рис. 2). Во многом такое противоречие может объясняться идентификацией студента с разными объектами (людьми), обладающими, естественно, разными психологическими особенностями.

Отчуждающее одиночество характерно наименьшему количеству испытуемых – 10 (17%) студентам. Оно проявляется в возбудимости, тревожности, циклотимности характера, низкой эмпатии, противоборстве в конфликтах, выраженной неспособностью к сотрудничеству, подозрительности и зависимости в межличностных отношениях.

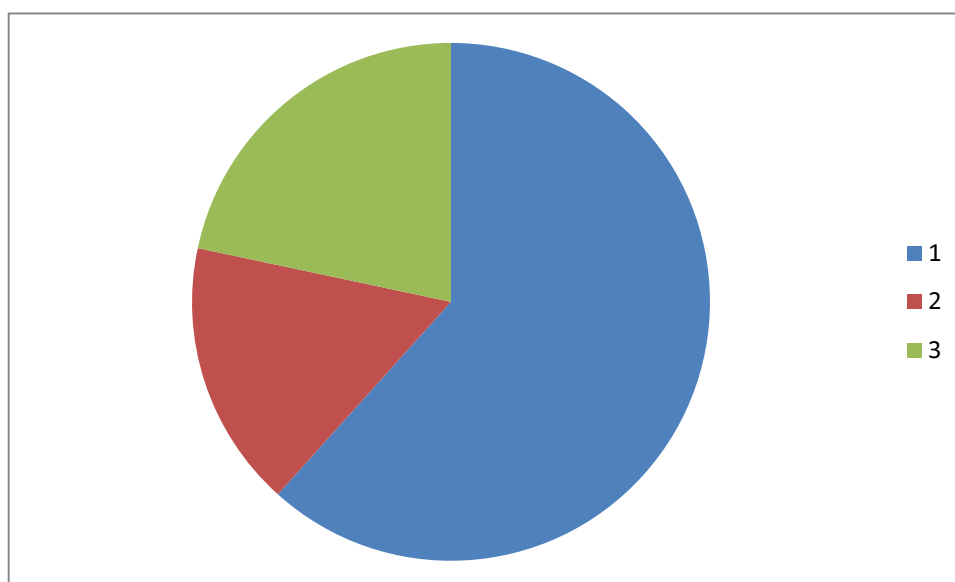


Рис. 2. Результаты диагностики по опроснику для определения вида одиночества С.Г. Корчагиной (1 - диффузное, 2 - отчуждающее, 3 - диссоциированное одиночество).

Следующий вид одиночества - диссоциированное – обнаруживается у 13 (21%) молодых людей. Оно представляет собой наиболее сложное состояние, как по переживаниям, так и по происхождению и проявлениям. Генезис его определяется ярко выраженными процессами идентификации и отчуждения и резкой их сменой по отношению даже к одним и тем же людям. Сначала студент отождествляет себя с другим, принимая его образ жизни и следуя ему, безгранично доверяет «как самому себе». Именно это «как самому себе» составляет основу для понимания психологического

генезиса данного состояния. После полной идентификации следует резкое отчуждение от того же объекта, что отражает истинное отношение человека к самому себе. Одни стороны своей личности принимаются молодым человеком, другие - категорически отвергаются. Как только проекция этих отверженных качеств находит свое отражение в объекте идентификации, последний сразу же отвергается весь целиком, то есть происходит резкое и безоговорочное отчуждение. Чувство одиночества при этом острое, четкое, осознаваемое, болезненное.

Диссоциированное одиночество выражается в тревожности, возбудимости и демонстративности характера, противоборстве в конфликтах, личной направленности, сочетании высокой и низкой эмпатии (при отсутствии среднего уровня), эгоистичности и подчиняемости в межличностных отношениях, что, безусловно, является противоположными тенденциями.

То есть, можно сказать, что большинство студентов нуждаются в поддержке и понимании со стороны своего окружения, но иногда чувствуют себя абсолютно нормально и даже вполне комфортно, находясь наедине с самими собой.

Таким образом, как видно из полученных результатов, для некоторых студентов характерна активная жизненная позиция, самоуверенность, общительность, инициативность. Для них состояние одиночества не характерно, выражено очень слабо. Те студенты, которые отличаются замкнутостью, застенчивостью, пассивностью, интровертированностью, испытывают одиночество, которое может перейти в характерологическую черту личности и начнет определять многие стороны личности. Результаты исследования позволяют говорить о том, что каждый третий студент испытывает состояние одиночества различной интенсивности.

В заключение отметим, что студенты по-разному реагируют на одиночество в зависимости от того, как они сами к нему относятся. Тех, кто стремится его избегать, оно беспокоит гораздо сильнее, чем тех, кто к этому не стремится, поэтому первые при этом испытывают негативные переживания, связанные с неудовлетворенностью своим положением в системе социальной и межличностной коммуникации. Для вторых в данном случае характерно преобладание спокойствия, возможно безразличия. Позитивно переживающие одиночество студенты представляют себе уединение как вполне удовлетворительную ситуацию. Они часто спокойны, расслаблены, иногда испытывают чувство подъема, воодушевления.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что субъективное осознание себя одиноким или не одиноким тесно связано с ограниченностью

коммуникативных (прежде всего), эмоциональных и духовных связей с окружающими людьми, но в то же время для части студентов характерна неадекватность восприятия своего положения, то есть определение себя как одинокого при отсутствии серьезных оснований для этого и определение себя как не одинокого при наличии многих признаков объективного одиночества.

Для большинства студентов характерно понимание одиночества как жизненной ситуации, вызывающей негативные переживания. Субъективное определение себя в качестве одинокого или не одинокого человека, а также отрицательное и положительное переживание одиночества, результирующиеся в наличии или отсутствии стремления к его избеганию, связаны с выраженностью ряда психологических свойств личности студентов.

#### Литература

1. Малышева С.В., Рождественская Н.А. Особенности чувства одиночества у подростков // Вестник московского университета. Серия 14. Психология. 2001. – №3. – С. 63-68.

2. Шагивалеева Г.Р. Одиночество и особенности его переживания студентами. – Елабуга: «Алмедиа», 2007. – 157 с.