

УДК 37.013.77:37.018.3-053.6

Специфика переживания одиночества подростками из интернатных учреждений

С.Н. ЖЕРЕБЦОВ, А.А. ЧЕРНОВА

Предложено определение концепта «переживание одиночества». Проведено его эмпирическое изучение у подростков-сирот посредством методики диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона и фокусированного интервью. Обнаружена специфика переживания одиночества подростками-сиротами, которая заключается в гораздо большей распространенности, более высоком уровне и ином психологическом содержании данного переживания по сравнению с контрольной группой.

Ключевые слова: переживание, одиночество, подросток, сирота, персоногенное переживание одиночества, социальная ситуация развития.

There is suggested the definition of the concept “emotional experience of loneliness”. It has been empirically studied among orphan teenagers with the help of a focused interview, and D. Russell and M. Ferguson’s method diagnosing the level of subjective emotional experience of loneliness. It has given the specificity of the emotional experience of loneliness by orphan teenagers that consists in greater popularity, a higher level and different psychological content of such emotional experience comparing to the group controlled.

Keywords: emotional experience, loneliness, teenager, orphan, personogenic emotional experience of loneliness, social situation of development.

Активное становление самосознания в подростковом возрасте, открывающее человеку новые миры и дарующее ему огромные возможности, предполагает, тем не менее, многие трудности и обостряет многие противоречия. К числу таких трудностей и противоречий относится феномен одиночества, который переживается в связи с открытием своего Я, более или менее отчетливым осознанием своей отдельности, уникальности. Для дальнейшего развития личности, для укрепления психического и психологического здоровья становящемуся человеку жизненно необходим другой человек, значимый и понимающий Другой. Парадокс развития состоит в том, что для того, чтобы быть собой, человеку не обойтись без Другого.

Подростковый возраст – наиболее поздняя стадия пребывания большинства детей в учреждении интернатного типа. В дальнейшем они вступают в самостоятельную жизнь. Именно поэтому вопросы личностной и социальной зрелости выпускника интерната (детского дома) имеют первостепенное значение. К тому же подростковый возраст, трудный, критический для любого человека, таит особые опасности для воспитанников детских домов. Области развития самосознания, разнородность и противоречивость переживаний являются ключевыми для формирования личности в этот сложный период. По нашему предположению, в наибольшей степени уязвимы для одиночества именно подростки-сироты, находящиеся в несемейных условиях воспитания. Да и само переживание одиночества у них может иметь особые причины и отличную от детей, воспитывающихся в семьях, феноменологию одиночества.

Одиночество не статично, оно имеет внутреннюю динамику, определенным образом переживается. Понятие «переживание» в психологии имеет не простую судьбу. Представ вполне отчетливо в качестве научной проблемы в работе В. Дильтея «Описательная психология» [1], оно было подхвачено экзистенциалистами и стало для них одним из центральных в их теоретическом тезаурусе. Большое значение переживания имели и для гуманистической психологии (К. Роджерс, А. Маслоу), и для гештальт-терапии Ф. Перлза, хотя в этих подходах само переживание как целостный конструкт анализировалось вскользь, но фокус внимания удерживался на механизмах и многих феноменах переживания, которые оценивались с точки зрения самореализации и психического здоровья. В советской психологии проблематикой пе-

реживания занимались С.Л. Рубинштейн [2], Б.М. Теплов [3], Ф.В. Бассин [4], [5], Ф.Е. Василюк [6]. Но еще до них особое место категория «переживание» получила в теоретической системе Л.С. Выготского [7]. Наверное, огромную роль переживаниям ученый отводил потому, что полагал их в качестве *собственно психологического феномена* (можно даже было бы сказать *наиболее психологического*), хоть и имеющего природную (физиологическую) и культурную (социальную) обусловленность, но никак не сводимую ни к физиологии человека, ни к его социальной жизни. Немного структурировав рассуждения Л.С. Выготского о переживаниях, можно выделить четыре ключевых положения, значимых для нашего дальнейшего анализа.

Первое: *переживания выступают в качестве основной характеристики социальной ситуации развития, они отражают единство «внутреннего» и «внешнего» в развитии.* Переживания как бы раскрывают, выражаясь словами М. Коула, «отношения между тем, что содержится в голове, и тем, в чем содержится голова». То есть социальная ситуация подростка-сироты раскрывается не через какие-то формальные признаки (характеристика окружающих людей, количество межличностных контактов в течение дня, время, проведенное без общения), а именно через его переживания актов непосредственного и опосредованного общения.

Второе: *переживания представляют собой единство аффекта и интеллекта.* Их неправомерно рассматривать как проявление только эмоциональной сферы, на чем настаивают многие авторы (В. Вундт, У. Джеймс, Ф. Крюгер, В.П. Ильин, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский и др.). И действительно, что такое переживания человека без его рефлексии, без рационального анализа жизненной ситуации? Переживания позволяют преодолеть разрыв между разумом и чувствами, они ориентируют психолога на реальность и важность непосредственного опыта. Переживание одиночества – это яркий пример интегративного феномена, который эмоционально насыщен (депрессия, отчаяние, агрессия, тревога, вина) и интеллектуально детерминирован установками, атрибуциями, когнитивными моделями.

Третье: *переживания есть единица (интегративный показатель) анализа сознания и личностного развития.* С помощью переживания Л.С. Выготский пытается осмыслить изменение личности как некоей целостности. Переживание представляет собой как бы срез с регуляции жизнедеятельности, в нем представлены все ее компоненты. Участие в работе переживания различных интрапсихических процессов Ф.Е. Василюк объясняет, несколько перефразировав «театральную» метафору З. Фрейда: в «спектаклях» переживания занята обычно вся труппа психических функций, но каждый раз одна из них может играть главную роль, беря на себя основную часть работы переживания. В этой роли часто выступают эмоциональные процессы, восприятие, мышление, внимание и другие психические функции. По характеру переживания можно многое сказать не только о состоянии подростка, но и о его ценностно-смысловой сфере, его сознании, его личностном развитии.

Четвертое: *переживание ведет к личностному развитию, является фактором и одновременно внутренним условием появления новообразования.* Л.С. Выготский говорит о том, что возрастное развитие может быть представлено как история переживаний формирующейся личности. Переживания – индикаторы различных этапов истории личностного становления. Чем младше ребенок, тем менее дифференцированы и менее осознаваемы переживания. Взрослый человек способен к осознанию обширной области своего внутреннего мира, но высокая степень дифференциации переживаний осложняет данную работу. Необходимо личностное усилие, которое опирается на имеющиеся ресурсы (старообразования) и одновременно отрицает их, что приводит к новообразованиям.

Опираясь на данные положения Л.С. Выготского, а также проведя культурно-исторический анализ различных способов бытия в различные исторические эпохи, мы предложили под переживаниями понимать процесс формирования отношения к своему бытию на основе заимствованных у культуры и в культуру же возвращенных, активностью субъекта преобразованных знаково-символических форм и ценностей [8]. Тогда *переживание одиночества будет выступать процессом формирования отношения к своей жизненной ситуации посредством знаково-символических форм и ценностей, в котором одной из центральных тем является неудовлетворенность системой социальных связей и неспособность в сложившейся системе данных связей реализовать жизненные значимости.*

Для нашего исследования, в котором мы изучаем связь социальной ситуации и конкретного психологического феномена (одиночества) следует особо отметить, что *переживания и по своему генезису, и по своей онтологии являются интерперсональным, культурно-историческим феноменом*. Они представлены во внутреннем мире конкретного человека, но считаются проявлением его социальности, его социокультурной вооруженности. Переживания поэтому есть реализация всеобщего в единичном. Отклоняясь немного в сторону от центральной линии нашего анализа, считаем важным указать на еще одну существенную особенность переживания. М. Хайдеггер называл язык домом бытия. Этот дом сконструирован из систем значений, а содержательно наполнен смысловыми системами, динамика которых и есть бытие, психологическая жизнь человека, его переживания. Человек жив настолько, насколько он погружен в переживания. Переживания есть реализация полноты жизни человека. Переживания – это то восхождение к конкретному, которое дает ощущение причастности, включенности, осмысленности, свободы, творчества и одухотворенности.

Учитывая это соображение, переживание одиночества можно рассматривать как фактор, затрудняющий вхождение подростка-сироты в широкий контекст социальных отношений, и одиночество как возможность развития таких личностных качеств, без которых успешная интеграция в социум затруднительна. Здесь уместно говорить о персоногенных и неврозогенных переживаниях одиночества. И если под *неврозогенными переживаниями* понимается процесс выработки отношения к жизненной ситуации на основе защитных механизмов, порождающих психосоматическую симптоматику и затрудняющих продуктивные социальные связи, то *персоногенные переживания* (от лат. «persona» – личность и от греч. «genos» – происхождение) – это тот же процесс, но используемый личностью как возможность для развития, самореализации, в результате чего возникают существенные новообразования, укрепляется психическое и психологическое здоровье.

Поэтому одиночество может быть связано с деформацией различных отношений личности и в этом случае сопровождается осознанием или ощущением не просто чуждости мира, но и невозможности занять в нем более или менее устойчивое положение. С другой стороны, одиночество – это феномен, позволяющий погрузиться в личностную рефлексию, в размышления о важнейших смысловых проблемах, оно несет в себе возможность глубокого духовного развития личности.

Проблемы одиночества достаточно широко освещены в психологической литературе, особенно в экзистенциальной, гуманистической, психоаналитической психологии. Теоретический анализ проблемы исследования позволил установить ряд особенностей переживания одиночества: 1) одиночество связано, прежде всего, с осознанием и переживанием подростком своей обособленности и отдаленности от других людей; 2) переживание одиночества рассматривается как динамический процесс, который обусловлен утратой социальных связей, значимых для индивида; 3) переживание одиночества определяет особенности развития личности в подростковом возрасте и непосредственно связано со становлением самосознания, рефлексии, формированием Я-концепции; 4) какими бы ни были пути подростка, приводящие его к одиночеству, важнее то, как он сам воспринимает это свое состояние и как он его использует.

В психологической литературе имеются данные об особенностях подросткового одиночества, об изучении положительного аспекта переживания одиночества. Однако напрямую специфика переживания одиночества подростками-сиротами в психологии не изучалась. Очевидно, что в силу особых условий жизнедеятельности и социальной ситуации развития сироты, переживание одиночества подростками из детского дома будет иметь свою специфику, что свидетельствует о необходимости изучения проблемы посредством эмпирического исследования.

Нами исследовались 35 воспитанников УО «Гомельский государственный детский дом». С целью сравнительного анализа была также исследована контрольная группа – 35 учащихся ГУО «Гимназия № 71 г. Гомеля». Для диагностики уровня субъективного переживания одиночества была использована методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона [9].

У большинства подростков из семьи (около 77%) выявлен низкий уровень субъективного переживания одиночества, и лишь у незначительной части опрошенных – средний (око-

ло 23%). Среди опрашиваемых данной группы не было подростков с высокой степенью одиночества. Значительно отличаются результаты, полученные при исследовании подростков-сирот. Высокий уровень субъективного переживания одиночества был выявлен у 17% опрошенных, у большинства подростков (около 57%) обнаружен средний уровень и только 26% характеризуются низким уровнем переживания одиночества. Такие существенные различия в уровне субъективного переживания одиночества, конечно же, связаны со спецификой социальной ситуации развития и существенно иным социальным и психологическим статусом подростков-сирот.

В связи с тем, что одиночество является интерперсональным феноменом по происхождению, но сугубо индивидуальным переживанием по своей феноменологической данности восприятию субъекта, мы изучали его с помощью контент-анализа сочинений подростков и метода группового интервью (фокусированного интервью), вопросы которого в различных аспектах характеризовали систему отношений обследуемого к одиночеству, особенности субъективного переживания подросткового одиночества. В процессе контент-анализа сочинений подростков основное внимание уделялось их когнитивным оценкам, эмоциям и чувствам, характеризующим данное состояние, внешнему описанию ситуации, способам преодоления одиночества (для выявления неврозогенного или персоногенного характера переживания). Фокусированное интервью проводилось по схеме, элементы которой образовали следующие вопросы: как ты представляешь себе одинокого человека; что такое одиночество, по твоему мнению; часто ли ты переживаешь одиночество; при каких обстоятельствах ты переживаешь одиночество; о чем ты думаешь, когда тебе одиноко, как ты оцениваешь себя, других; что ты чувствуешь, ощущаешь, переживаешь в данной ситуации; чего ты хочешь в этот момент; как ты справляешься с состоянием одиночества; какой выход ты видишь из состояния одиночества; какую роль играет одиночество в твоей жизни.

Таким образом, данная последовательность вопросов фокусированного интервью позволила, с одной стороны, «разогреть» участников опроса в эмоциональном плане, а с другой – активизировать их рефлексивные процессы, связанные с одиночеством. Исходя из этого, можно предполагать, что данное интервью имело также психотерапевтический эффект, хотя данный момент нами специально не изучался. На основе теоретической и эмпирической исследовательской работы мы можем сделать следующие выводы:

1) характер переживания одиночества у подростков-сирот зависит от специфических условий жизнедеятельности в детском доме и находится в прямой связи с условиями воспитания личности ребенка; весомое значение имеют психотравмирующие события его жизни, связанные с потерей семьи либо с длительным проживанием в социально опасной семье;

2) характерное для подросткового возраста чувство взрослости ведет к тому, что подросток, стремясь к обособлению своей личности, защищает границы своего Я, а добившись этого, он осознает свое одиночество и стремится уже избавиться, освободиться от него, т. е. мы имеем дело с двумя противоречивыми тенденциями: стремление к людям (аффилиативные потребности) и стремление к уединению, к независимости;

3) одиночество в большинстве случаев является следствием неудовлетворенности социальными контактами, часто является результатом неудовлетворенной потребности в аффилиации, что проявляется в желании быть включенным в какую-то группу, быть в контакте со значимым другим;

4) переживание одиночества может актуализировать внутренний диалог, некоторыми подростками это переживается как стремление к творчеству; дело в том, что противоречие между максимальной социальностью личности и ограниченными возможностями ее общения может разрешаться не только развитием культурной вооруженности, необходимой для воздействия на других, но и путем усиления интровертивной, рефлексивной установки, развитием «внутренней социальности», становлением диалогического Я;

5) одиночество может проявляться в двух формах: желаемое и вынужденное; вынужденное одиночество переживается подростком в том случае, если его не удовлетворяют те социальные контакты, которыми он окружен; желаемое одиночество переживается индивидом при рефлексии, анализе собственных чувств, при самосовершенствовании;

б) переживание одиночества подростками-сиротами имеет целый ряд специфических особенностей: среди них данное состояние гораздо более распространено, а также его уровень гораздо более высокий; у сирот значительно более скудные представления об одиночестве («это когда тебе грустно, тебя кто-то обидел», «когда от тебя все отвернулись, тебя не любят»), им трудно выделить основные его характеристики, зачастую они путают одиночество со скукой и неумением занять свое свободное время («мне одиноко, когда мне нечем заняться»), они реже воспринимают позитивные аспекты одиночества и реже используют его как возможный ресурс своего личностного развития; иногда одиночество вовсе не воспринимается некоторыми сиротами как проблема, хотя при этом они имеют высокие показатели субъективного уровня одиночества («я никогда не испытывал одиночества», «я не бываю одиноким»);

7) переживание одиночества у подростков-сирот может быть связано с состоянием беспомощности и со стандартностью и предсказуемостью поведения и образа жизни: вынужденностью общения, когда подросток ежедневно попадает в привычные ситуации и общается с одними и теми же людьми, т. е. с невозможностью изменить социальный контекст своей жизни (круг общения, характер общения с педагогами, сверстниками); невозможностью принимать самостоятельные решения, делать выбор и другими трудностями.

Таким образом, переживание одиночества подростками-сиротами имеет свою специфику по отношению к подросткам из обычных семей, которая заключается в гораздо большей распространенности и глубине данного переживания, в его причине (переживание одиночества обусловлено затруднительной социальной ситуацией развития, в которой недостаточно внимания, понимания, поддержки, сопереживания со стороны значимых других), зачастую характеризуется неспособностью обнаружить в состоянии одиночества значимый для личностного развития ресурс (возможность самоопределения посредством рефлексии, персонотипических переживаний). Все это указывает на депривирующую личностное развитие жизненную ситуацию. Игнорирование переживаний подростка-сироты, непонимание специфики этих переживаний, пренебрежительное к ним отношение в деятельности педагога, психолога будет не просто профанацией всей системы работы в детских домах, но и, как выразился Дж. Бюдженталь, «предательством человечности».

Литература

1. Дильтей, В. Описательная психология / В. Дильтей. – СПб. : Алетейя, 1996. – 160 с.
2. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер Ком, 1999. – 720 с.
3. Теплов, Б.М. Проблемы индивидуальных различий / Б.М. Теплов. – М. : Знание, 1961. – 536 с.
4. Бассин, Ф.В. О развитии взглядов на предмет психологии / Ф.В. Бассин // Вопросы психологии. – 1971. – № 4. – С. 101–113.
5. Бассин, Ф.В. «Значащие» переживания и проблема собственно-психологической закономерности / Ф.В. Бассин // Вопросы психологии. – 1972. – № 3. – С. 105–124.
6. Василюк, Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – М. : Изд-во МГУ, 1984. – 200 с.
7. Выготский, Л.С. Собрание сочинений : в 6 т. Т. 4. Детская психология / Л.С. Выготский ; под ред. Д.Б. Эльконина. – М. : Педагогика, 1983. – 432 с.
8. Жеребцов, С.Н. Переживания и их концептуализация в эпоху Античности / С.Н. Жеребцов // Психологические исследования : электронный научный журнал [Электронный ресурс]. – 2011. – № 1(15). – Режим доступа : <http://psystudy.ru>. – Дата доступа : 29.06.2011.
9. Рассел, Д. Измерение одиночества / Д. Рассел // Лабиринты одиночества ; сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. – М. : Прогресс, 1989. – С. 192–226.