

свою будущую семью с некоторой эмоциональной дистанцированностью членов семьи;

- подростки, оценивающие отношения с матерью как полные согласия между ними в различных жизненных ситуациях, представляют свою будущую семью, где есть эмоциональная близость членов семьи, лояльность во взаимоотношениях;

- подростки, удовлетворенные отношениями с матерью, представляют свою будущую семью с очень высоким уровнем сплоченности и низкой степенью дифференцированности членов семьи;

- подростки, воспринимающие отношение матери как мягкое, нестрогое, не принуждающее к чему-либо, представляют свою будущую семью как обладающую умеренной гибкостью, способную приспосабливаться, изменяться при воздействии на нее стрессоров;

- подростки, воспринимающие поведение отца как последовательное, когда он постоянен в своих требованиях, в своем отношении к ребенку, в применении наказания и поощрения, представляют свою будущую семью, обладающую высокой гибкостью, как способную приспосабливаться, изменяться при воздействии на нее стрессоров;

- подростки, удовлетворенные отношениями с матерью, представляют свою будущую семью, обладающую высокой гибкостью, как способную приспосабливаться, изменяться при воздействии на нее стрессоров.

Список литературы

1 Сысенко, В.А. Молодежь вступает в брак / В.А. Сысенко. – М.: Мысль, 2006. – 254 с.

2 Алёшина, Ю.Е. Удовлетворённость браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем совместной жизни / Ю.Е. Алёшина. – М.: МГУ – 2000. – 152 с.

3 Олифиревич, Н.И. Психология семейных кризисов / Н.И. Олифиревич, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента. – СПб.: Изд-во Речь, 2006. –91с.

ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА С РАЗЛИЧНЫМИ РЕПРЕЗЕНТАЦИЯМИ ПРИВЯЗАННОСТИ У ЛЮДЕЙ ПРЕСТАРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Кожуховская Е.А.,

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Республика Беларусь, г. Гомель*

В мире с каждым годом становится все больше и больше людей пожилого возраста. Увеличение доли пожилых людей в составе населения нашей страны актуализирует существующее противоречие между бытовыми, социальными, медицинскими и психологическими проблемами, пожилых людей и возможностью получить квалифицированную помощь в их разрешении со стороны социума.

Одним из сильных стрессоров в престарелом (пожилом) возрасте является переживание одиночества. Согласно представлениям С.А. Станибулы, переживание субъективного одиночества человеком имеет такой существенный фактор как возраст [1, с. 375]. Проблема одиночества в пожилом возрасте является актуальной и практически значимой, поскольку традиционно этот период в жизни воспринимается как возраст печали, потерь, тоски. В этот период реальность старения влечет за собой много причин одиночества. Взрослые дети отдаляются от родителей. Умирают старые друзья, и хотя человек может заменить их новыми знакомыми, мысль о продолжении своего существования, не служит достаточным утешением [2, с. 162]. В целях лучшего приспособления к среде человек должен иметь зрелые, устойчивые социальные контакты. Дефицит различных типов межличностных отношений может привести к эмоциональному или к социальному одиночеству.

В современном обществе одиночество пожилых людей зачастую считается нормальным и распространенным явлением. Чаще всего в обыденном сознании оно связывается с фактом физической изоляции пожилого человека, недостаточностью контактов с другими людьми. Тем не менее, одиночество переживается и теми, кто живет со своей семьей или имеет достаточно широкий круг общения.

Как отмечает С.В. Духновский, переживание одиночества не является обязательным атрибутом пожилого возраста, его возникновение может быть связано с различными причинами как субъективного характера (удовлетворенность жизнью, наличие самоконтроля, сравнение своего опыта с опытом других людей), так и объективного характера (количество друзей, частота контактов, возможность общения с детьми и родственниками и т.д.). Так или иначе, некоторые пожилые люди переживают одиночество очень сильно, поэтому ответ на вопрос о факторах переживания одиночества становится актуальным для создания эмпирически обоснованных программ психологического сопровождения пожилых людей, переживающих одиночество [3, с. 65].

Целенаправленность и эффективность психологической помощи может быть достигнута только с учетом возможных факторов возникновения одиночества в пожилом возрасте. Как известно, основа многих человеческих установок, предпочтений и переживаний закладывается еще в раннем детстве. Можно предположить, что и характер переживания одиночества как наиболее распространенного человеческого состояния является следствием сформированного в детстве мироощущения, складывающегося, прежде всего, в рамках отношений ребенка с близким для него окружением. Исследования Дж. Боулби, М. Эйнсворт и их последователей показали, что в основе способности к установлению отношений с другими людьми, способности завязывать дружеские и интимные отношения лежит сформированная в младенчестве и раннем детстве привязанность ребенка к значимому лицу, чаще всего этим лицом является мать. Это положение было в дальнейшем подтверждено многими исследованиями [4, 5]. Изначально «ребенок входит в этот мир и

воспринимает его в буквальном смысле сквозь призму привязанности к матери» [6, с. 77]. Привязанность влияет на психическое здоровье и психологическое благополучие, эмоциональную регуляцию и устойчивость к психотравмирующим воздействиям, личностную автономию, лидерские качества и просоциальные установки, толерантность в общении и многое другое [7, с. 30]. Поскольку исследования М. Эйнсворт и других показывают, что тип привязанности к матери определяет дальнейшую способность к установлению отношений с другими людьми, можно предположить, что у людей, ощущающих себя одиночками, не была сформирована надежная привязанность к матери. Настоящее исследование и ставило целью выяснить, существует ли связь между отношением к одиночеству и его субъективным восприятием и типом сформированной привязанности к матери у лиц престарелого возраста.

Степень разработанности проблемы. Феномен одиночества во все времена привлекал ученых (философов, социологов, психологов, психиатров), чей труд сопряжен с изучением и описанием существования человека в мире. Тема нашего исследования предполагает обращение к работам, посвященным феномену одиночества, проблемам пожилых людей и одиночества в старости.

Феномен одиночества привлекал ученых еще с древних времен. Так, в философии и социологии проблема одиночества рассматривается в контексте феномена отчуждения, который связан с потерей личностной и социально-психологической идентичности. Одиночество как психологический феномен получил свое освещение в ряде работ отечественных психологов: С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, К.А. Абульхановой-Славской, А.А. Меграбяна, В.С. Мухиной, И.С. Кона, В.В. Новикова, Г.М. Мануйлова, А.В. Петровского, В.А. Петровского, М.В. Полевой, В.А. Абраменковой, А.Е. Горбушина и др.

Психология пожилых людей является предметом исследования Л.И. Анцыферовой, И.В. Давыдовского, О.В. Красновой, А.Г. Лидерса, О.Н. Молчановой, Р. Калиш, Н.В. Панина, Р. Рошак, Е.И. Холостова, в зарубежной психологии И. Кемпера, И. Крайга, Х.Дж. Пратта, М. Marshall, М. Dixon, V. Frankl.

С целью изучения взаимосвязи субъективного переживания одиночества с различными репрезентациями привязанности у людей престарелого возраста нами было проведено эмпирическое исследование. В исследовании приняли участие 80 лиц пожилого (престарелого) возраста. База исследования: Учреждение «Дом-интернат для престарелых и инвалидов» Шубино. Теоретический анализ проблемы и выдвинутая цель исследования определили состав психодиагностического инструментария: методика субъективного ощущения одиночества (Д. Рассела и М. Фергюсона); опросник на привязанность к родителям (М.В. Яремчука); опросник привязанности к близким людям (В. Сабельникова, Д.В. Каширский).

В ходе корреляционного анализа нами были выявлены следующие виды взаимосвязей между уровнем ощущения субъективного одиночества и привязанностью у людей пожилого возраста:

- обратная сильная значимая взаимосвязь между уровнем ощущения субъективного одиночества и надежным типом привязанности ($r_s = -0.742$ при $\rho \leq 0,01$). Наличие данной взаимосвязи говорит, что чем выше уровень ощущения субъективного одиночества, тем в меньшее степени выражен надежный тип привязанности, и наоборот, чем ниже уровень ощущения субъективного одиночества, тем в большей степени выражен надежный тип привязанности;

- прямая взаимосвязь средней силы между уровнем ощущения субъективного одиночества и избегающим типом привязанности ($r_s = 0.624$ при $\rho \leq 0,01$). Наличие данной взаимосвязи говорит, что чем выше уровень ощущения субъективного одиночества, тем в большей степени выражен избегающий тип привязанности, и наоборот, чем ниже уровень ощущения субъективного одиночества, тем в меньшей степени выражен избегающий тип привязанности;

- прямая взаимосвязь средней силы между уровнем ощущения субъективного одиночества и избеганием ($r_s = 0.602$ при $\rho \leq 0,01$). Наличие данной взаимосвязи говорит, что чем выше уровень ощущения субъективного одиночества, тем в большей степени выражен избегание, и наоборот, чем ниже уровень ощущения субъективного одиночества, тем в меньшей степени выражено избегание;

- прямая сильная значимая взаимосвязь между уровнем ощущения субъективного одиночества и беспокойством ($r_s = 0.821$ при $\rho \leq 0,01$). Наличие данной взаимосвязи говорит, что чем выше уровень ощущения субъективного одиночества, тем в большей степени выражено беспокойство, и наоборот, чем ниже уровень ощущения субъективного одиночества, тем в меньшей степени выражено беспокойство.

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование показало, что ощущение субъективного одиночества возникает у лиц престарелого возраста с избегающим типом привязанности, а также с повышенным избеганием и беспокойством. Высокий уровень переживания субъективного одиночества, проявляющийся в том, что люди престарелого возраста чувствуют себя одиноко, им не с кем поговорить, им часто кажется, что их никто не понимает, что им не к кому обратиться, они чувствуют себя покинутыми, находясь среди людей, они мучаются от тоски, считают, что их социальные отношения поверхностны, формируется у лиц с избегающим типом привязанности, основной паттерн, мотив их поведения звучит «никому нельзя доверять» и формируется вследствие болезненного переживания разрыва отношений с близким взрослым или при частом отвержении с его стороны. Страх быть отвергнутым провоцирует ощущение субъективного одиночества. В то время как надежный тип привязанности является основой низкого уровня субъективного уровня одиночества. У лиц престарелого возраста с «надёжным», «уверенным» типом привязанности, максимально

обеспечивающим безопасность и комфорт как адекватное приспособление и являющиеся основой нормального психобиологического развития, отмечается удовлетворенность общением с окружающими, чувством нужности, важности для окружающих.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования полученных данных в консультативной и тренинговой работе с пожилыми людьми, направленной на преодоление одиночества. Данные, полученные в ходе исследования, позволяют прогнозировать возможные риски возникновения и усиления субъективного переживания одиночества в зависимости от типа привязанности.

Список литературы

1 Станибула, С.А. Специфика совладающего поведения у студентов с различной выраженностью чувства одиночества / С.А. Станибула // Научные труды Республиканского института высшей школы. – 2017. – № 17. – С. 369 – 375.

2 Шахматов, Н.Ф. Психическое старение: счастливое и болезненное / Н.Ф. Шахматов. – М.: Медицина, 2005. – 185 с.

3 Духновский, С.В. Диагностика межличностных отношений. Психологический практикум / С.В. Духновский. – СПб.: Речь, 2009. – 141 с.

4 Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби. – М.: Гардарики, 2003. – 477 с.

5 Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби. – М.: Академический проект, 2004. – 232 с.

6 Станибула, С.А. Роль нарушений привязанности в развитии детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / С.А. Станибула // Вестник Псковского государственного университета. Серия: Психолого-педагогические науки. – 2017. – № 5. – С. 76 – 80.

7 Станибула, С.А. Коррекция нарушений привязанности детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / С.А. Станибула // Профессиональное образование. – 2017. – № 3. – С. 29 – 33.

СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С ПРОЯВЛЕНИЕМ ДЕПРЕССИВНОЙ СИМПТОМАТИКИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Копейкина Д. А.,

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,
Республика Беларусь, г. Гомель*

Аннотация. Данная статья раскрывает взаимосвязь социальной поддержки с уровнем депрессивной симптоматики. Статья посвящена выявлению особенностей воспринимаемой социальной поддержки у студентов факультета физической культуры. Показаны уровни социальной поддержки со стороны семьи, друзей и близкого человека.

Ключевые слова: социальная поддержка, депрессия, стрессовые ситуации, депрессивная симптоматика, дезорганизация, адаптированное поведение