

7. Кашапов, М.М. Методологическая основа профессионального педагогического мышления / М.М. Кашапов. - М.; Ярославль, 2001. - 206 с.
8. Гузь, А.В. Педагогические условия профессиональной идентификации будущего учителя: автореф. дисс.канд. пед. наук: 13.00.08. М., 1997. - 20 с.
9. Петровский, А. «Я» В «Других» и «другие» во «мне». Хрестоматия / А. Петровский, В. Петровский. - М., 1990. - 303с.

**Шевцова Ю.А.,  
Ковалёва А.В.**

*Гомельский государственный университет  
имени Ф. Скорины, г. Гомель РБ*

### **Проблема переживания одиночества в юношеском возрасте**

*Статья посвящена изучению проблемы одиночества на этапе юношеского возраста. Раскрывается сущность одиночества как социально-психологического феномена. В статье также представлены и описаны результаты эмпирического исследования уровня переживания одиночества в юношеском возрасте.*

**Ключевые слова:** *одиночество, переживание одиночества, субъективное ощущение одиночества, юношеский возраст.*

Проблема психологического одиночества становится одной из острых в современном обществе. Несмотря на включение юношества в разнообразные коммуникативные сети, намечается тенденция возрастания уровня субъективного одиночества. Юношеский возраст сталкивается с большим физическими психическими, эмоциональными и социальными изменениями. Процессы глобализации, компьютеризации всех сфер жизнедеятельности, увеличение степени интенсивности жизни затрудняют формирование навыков открытого общения, способствуют субъективному ощущению одиночества юношей и девушек. Один из классиков психологии человека Б.Г. Ананьев писал: «По мере гигантского роста городов и массовых коммуникаций... возрастает одиночество человека, усиливается конфликт между человеком как субъектом общения и обезличенностью его в сфере общения...» [1, с. 122].

До сих пор в науке нет единого определения этого понятия. Однако все исследователи сходятся на том, что одиночество человека связано с переживаниями его оторванности от сообщества людей, семьи, гармоничного природного мироздания, исторической реальности. В понятие «оторванность» здесь в большей мере вкладывается не физическая изолированность, а нарушение сложных духовных связей, объединяющих личность с ее социальным окружением.

Мы придерживаемся понимания одиночества как субъективного переживания человека, возникающего в условиях отсутствия или недостатка удовлетворительных социальных связей, субъективной невозможности установления близких, духовно-интимных отношений.

Большое внимание феномену одиночества было уделено американским психологом и философом Э. Фроммом, его работы стали своеобразной классикой исследования этого явления. Понятие одиночества у Э. Фромма является своеобразным методологическим средством, используя которое, он анализирует и описывает социальный характер и способ существования современного ему общества. Причины одиночества Э. Фромм видит не в конкретных социально-экономических условиях, а в антропологическом противоречии человека с природой, в экзистенциальных условиях человеческого существования.

Одиночество для него - это некая естественная, природная характеристика человеческого бытия [2, с. 187].

М. Бубер, А. Камю, Ж.-П. Сартр, М. Хайдеггер, К. Ясперс рассматривали одиночество как воплощение принципа замкнутого антропологического универсума, согласно которому внутренняя изолированность человека - основа любого индивидуального бытия. Поэтому человек выбирает одиночество, когда не находит эмоционального отклика в общении с другими людьми.

В контексте проблем общения одиночество рассматривается в работах К.А. Абульхановой-Славской, А.Г. Амбраумовой, Г.П. Орлова, И.С. Кона, А.А. Леонтьева и др. Суть понимания одиночества сведена к следующему: индивид не может найти необходимый ему эмоциональный отклик в процессе общения и, как следствие, испытывает одиночество. Большое количество поверхностных связей не является показателем подлинности общения, единения с другими людьми. Увеличение контактов составляет лишь внешнюю сторону общения, внутренней же содержательной стороной являются отношения этического плана. Именно этого оказывается лишено общение, перегруженное контактами и поверхностными связями, что, по мнению вышеуказанных авторов, ведет к одиночеству.

С.Н. Соловьев, Н.А. Бердяев, Е.Н. Трубецкой, И.А. Ильин, Н.О. Лосский, П.А. Флоренский рассматривали одиночество как проблему духовного и культурного кризиса человечества. Основную причину переживания одиночества они видели в потере сущности нравственного единения человеческого рода, утрате истинного, смыслового содержания этого понятия. Проблема одиночества имеет всечеловеческий масштаб. С другой стороны, за человеком признается право на одиночество как необходимое условие становления его нравственного самосознания.

Исследование проблемы переживания одиночества в юношеском возрасте носит актуальный характер в связи с тем, что при переходе от детства к юности происходит становление самосознания, развитие познавательной и эмоциональной сферы личности, изменения системы взаимоотношений, с развитием рефлексии, усилением потребности в самопознании, принятии и признании, общении и обособлении, с кризисом самооценки. Именно в этот период неудовлетворенность потребности во взаимоотношениях с другими людьми и связанное с этим острое переживание своего одиночества может стать причиной развития целого ряда отрицательных черт личности и особенностей поведения.

Характеризуя одиночество как психологическое состояние, следует сказать о том, что оно связано, прежде всего, с осознанием и переживанием человеком своей обособленности и отдалённости от других людей. Болезненным переживанием одиночества становится в том случае, если человек начинает воспринимать свою отдалённость от других как отсутствие связей с людьми и миром, недостаток общения, человеческого тепла, внимания, любви. Юноши, переживающие такое одиночество, чувствуют себя потерянными в этом мире и оторванными от окружающих, испытывая при этом грусть, печаль, обиду, а иногда и страх. Как правило, они глубоко не удовлетворены своим общением со сверстниками, считают, что у них мало друзей или нет верного друга, любимого человека, который смог бы по-настоящему их понять и, при необходимости, помочь. Дефицитарность человеческих отношений, отсутствие включенности в широкие социальные круги, отсутствие близости, понимания, тепла и любви в семье становятся базой для формирования негативно переживаемого одиночества [3, с. 173].

В научном рассмотрении одиночества можно выделить две тенденции, обусловленные его негативной и позитивной направленностью. Существующее противоречие в оценке характера влияния одиночества на жизнь человека выражается в том, что, с одной стороны, оно понимается как деструктивное для личности, с другой - считается необходимым этапом самопознания и самоопределения.

В подавляющем большинстве существующих психологических исследований одиночество рассматривается исключительно в его негативном аспекте. Однако многие теоретики и практики в области личности (Ф. Перлз, К.Г. Юнг, Э. Фромм, Дж. Бьюджентал, С. Мадди и др.) подчеркивали, что развитие личности неразрывно связано с признанием и принятием человеком фундаментального факта собственного одиночества, отделенности от других людей. Только лишь осознание себя как отдельного индивида открывает перед личностью возможность выбора собственного пути, на котором происходят по-настоящему глубокие встречи с другими людьми, установление отношений с ними.

С.Г. Корчагина отмечает, что субъективные переживания, связанные с феноменом одиночества, различны: время, проведенное в одиночестве, может быть полным отчаяния, но может быть использовано для творчества, медитации и внутреннего диалога, позволяющего по-настоящему пережить ценность отношений с другими людьми [4, с. 56].

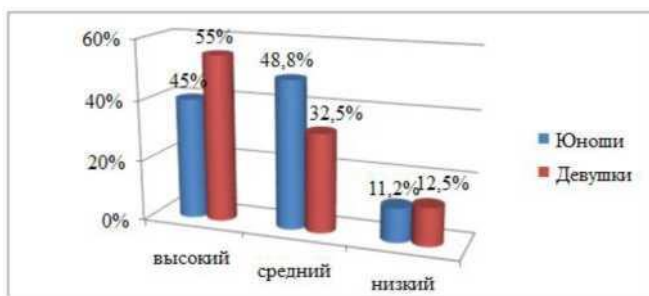
Ценность уединения, погружения в себя подчеркивают многие авторы (К. Ясперс, М. Бубер, П. Тиллих, К. Юнг, А. Маслоу, Б. Минюскович, а также И. Ялом, В. Франкл, А. Лэнгле, Э. Лукас и др.). Кратко сформулировал это М.К. Мамардашвили «То, что я есть, если вам это интересно, - это продукт лишь молчания и одиночества» [5, с. 47].

Таким образом, для адекватного понимания феномена одиночества необходимо различать болезненное переживание одиночества как отделенности, изолированности от людей и переживания, связанные с уединением, которые могут быть позитивными или негативными.

Было проведено эмпирическое исследование уровня переживания одиночества юношей и девушек. В исследовании приняли участие 80 респондентов в возрасте 18-19 лет.

Для выявления уровня субъективного ощущения одиночества юношей и девушек была использована методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона. Испытуемым предлагалось оценить 20 утверждений с точки зрения частоты их проявления применительно к вашей жизни при помощи четырех вариантов ответов: «Часто», «Иногда», «Редко», «Никогда». Обработка данных осуществлялась согласно ключу методики.

Результаты исследования уровня субъективного ощущения одиночества юношами и девушками представлены на рисунке 1.



**Рисунок 1.** Уровень субъективного ощущения одиночества юношами и девушками

Анализ результатов, отраженных на рисунке 1, позволяет заключить следующее:

- высокий уровень субъективного ощущения одиночества имеют 45% юношей и 55% девушек - они характеризуются повышенным стремлением к одиночеству, повышенной тревожностью, социальной изоляцией, депрессивным состоянием, скукой;

- средний уровень субъективного ощущения одиночества имеют 48,8% юношей и 32,5% девушек - они характеризуются средним стремлением к одиночеству, средней тревожностью, средней социальной изоляцией, депрессивным состоянием и скукой;

- низкий уровень субъективного ощущения одиночества имеют 11,2% юношей и 12,5% девушек - характеризуются низким стремлением к одиночеству, оптимальной тревожностью, отсутствием социальной изоляции, проявлений депрессивного состояния и скуки.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что среди девушек преобладает высокий уровень субъективного ощущения одиночества, среди юношей преобладает средний уровень субъективного ощущения одиночества.

Далее с помощью критерия U-Манна-Уитни для оценки достоверных различий был проведен сравнительный анализ средних значений, полученных по уровню субъективного ощущения своего одиночества юношами и девушками.

Существуют достоверные различия в параметрах субъективного ощущения одиночества у юношей и девушек:

- для девушек более свойственно ощущение невыносимости одиночества, чем для юношей ( $U=168,5$  при  $p<0,05$ );

- для девушек более свойственно чувствовать себя, будто никто действительно не понимает их, чем для юношей ( $U=82,5$  при  $p<0,05$ );

- для девушек более свойственна неспособность раскрепощаться и общаться с теми, кто их окружает, чем для юношей ( $U=85$  при  $p<0,05$ );

- для девушек более свойственно замечать существование людей вокруг себя, которые не интересуются их жизнью, чем для юношей ( $U=86,5$  при  $p<0,05$ );

- для юношей более свойственно понимать, что им не к кому обратиться, чем для девушек ( $U=95$  при  $p<0,05$ );

- для юношей более свойственно осознавать, что кто их окружает, не разделяют их интересы и идеи, чем для девушек ( $U=89,5$  при  $p<0,05$ );

- для юношей более свойственно иметь поверхностные социальные отношения и связи, чем для девушек ( $U=94$  при  $p<0,05$ ).

Обобщая результаты эмпирического исследования уровня субъективного ощущения одиночества, можно сделать следующий вывод:

большинство респондентов в юношеском возрасте (18-19 лет) имеют

высокий уровень субъективного ощущения одиночества. У девушек уровень субъективного ощущения одиночества достоверно выше, чем юношей. При этом среди юношей преобладает средний уровень субъективного ощущения одиночества. Для юношей более свойственно понимать, что им не к кому обратиться; осознать, что кто их окружает, не разделяют их интересы и идеи; иметь поверхностные социальные отношения. Для девушек более свойственно ощущение невыносимости одиночества; чувствовать от других непонимание; неспособность раскрепощаться и общаться с окружающими; а также замечать существование людей вокруг себя, которые не интересуются их жизнью.

Таким образом, можно сделать несколько выводов, способствующих пониманию проблемы одиночества:

1) одиночество не может быть приравнено к физическому состоянию изолированности человека;

2) одиночество предполагает разрыв связей или их полное отсутствие, тогда как обычные надежды, ожидания сориентированы на согласованность, соединение, связь;

3) существует две тенденции одиночества, обусловленные его негативной и позитивной направленностью;

4) переживание одиночества наиболее ярко проявляется в юношеском возрасте в результате развития познавательной и эмоциональной сферы личности и перехода юноши на новый уровень самосознания.

#### **ЛИТЕРАТУРА:**

1. Ананьев Б. Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность / Б. Г. Ананьев. - Москва: Директмедиа Паблишинг, 2008. - 134 с.

2. Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм. - Москва: Прогресс, 1990. - 269 с.

3. Кон И. С. Отрочество как этап жизни и некоторые психолого-педагогические характеристики переходного возраста / И. С. Кон // Хрестоматия по психологии / Д. И. Фельдштейн; под ред. А. В. Петровского. - Москва : Просвещение, 2000. - 370 с.

4. Корчагина С. Г. Психология одиночества: учебное пособие/ С. Г. Корчагина. - Москва: Московский психолого-социальный институт, 2008. 228 с.

5. Мамардашвили М. К. Очерк современной европейской философии / М. К. Мамардашвили. - Москва: Азбука, Азбука-Аттикус, 2015. - 608 с.

***Шубабко Е.Н.***

*Брянский государственный университет  
имени академика И.Г. Петровского, г.*

*Новозыбков, Россия*

***Шубабко О.Э.***

*Российский химико-технологический университет  
имени Д. И. Менделеева, магистрант кафедры*

*химической технологии керамики и огнеупоров, г.*

*Москва, Россия*

***Дорохов А.М.***

*Краевое Государственное бюджетное учреждение  
здравоохранения «Норильская станция скорой*

*медицинской помощи», г. Норильск, Россия*

**Влияние взвешенных частиц (пыли фракций РМ<sub>10</sub> и РМ<sub>2.5</sub>) на здоровье и жизнь людей**