

ОДИНОЧЕСТВО – ДЕФИЦИТ ОТКРЫТОСТИ В СИТУАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

В современном мире одиночество становится все более острой и многомерной проблемой. В свете современных подходов, в частности в свете системно-антропологической психологии, одиночество стоит рассматривать как несоответствие тенденциям исторического индивидуального развития человека, т.е. несоответствие тенденциям развития человека в человечестве и человеческого в человеке. Какие же несоответствия следует считать самыми острыми? Мы предполагаем, что это отчуждение (проявляется как социальная изолированность и самоизолированность), дефицит целостности (патологическая тревожность), дефицит обновления (депрессия). В статье отражены результаты исследований, посвященных изучению данных несоответствий на примере одиночества подростков и молодежи. Результаты эмпирических исследований подтверждают гипотезу о том, что одиночество является проявлением несоответствия тенденциям развития человека.

Ключевые слова: подростковое и юношеское одиночество; социальная изолированность; кризис взросления; тревожность; депрессия.

Наивные представления о специфике возрастных аспектов одиночества содержат распространенный стереотип, который подчеркивает подростковую и юношескую активность и социабельность: считается, что одиночество в этих возрастных группах встречается редко. Однако при изучении реальной выборки оказалось, что данный стереотип не соответствует действительности. Одиночество в подростковом возрасте и юности широко распространенное и, вероятно, нарастающее по своей остроте явление. Полученные нами эмпирические данные показывают, что молодые люди в целом проявляют более высокую уязвимость по отношению к одиночеству, чем зрелые или пожилые люди. В ситуации жизненных изменений у молодых людей теряются как внутренние, так и внешние ориентиры развития, а в юности они часто испытывают проблемы, связанные с кризисом самоидентичности.

Несмотря на то что с позиций современных психологических теорий эти проблемы во многом ожидаемы, проблема изучения феномена одиночества и экзистенциальных оснований одиночества остается актуальной и острой. Отрочество и юность предполагают психические изменения, которые способствуют появлению одиночества. Отметим, что стоит выделить позитивный смысл одиночества – готовность быть один на один со своим делом, со своей жизнью, и негативный смысл одиночества – отчуждение от своей жизни, своего жизненного пути, своего дела и т.п. Переживание одиночества во многом определяется объективными условиями: поиском идентичности, возрастанием интереса к смысложизненным вопросам, установлением связей с противоположным полом, вступлением в новые условия, связанные с учебной или профессией, образованием новых форм социальной идентичности. Высокая вариабельность и многогранность одиночества молодых вырастает из множества способствующих появлению этого феномена факторов [1. С. 34].

Итоги различных исследований можно обобщить следующим образом: негативные проявления одиночества у подростков и юношей являются следствием кризиса взросления, формы которого могут быть самыми разными. Мы считаем, что это недостаточное точное понимание проблемы и что одиночество подростков и юношества связано не с самим кризисом взросления, а с более фундаментальной проблемой – несоответствием жизни и восприятия современных людей тенденциям развития человека.

Среди прочих вопросов наибольшее внимание следует обратить на проблему отчужденности. Поведение подростков и молодых людей часто представляет собой форму гиперреактивности на возникающее в их жизни отчуждение. Отчуждение заметнее и характернее для тех подростков и молодых людей, которые болезненнее других реагируют на трудности, связанные с естественной необходимостью изменения своей идентичности. В психолого-педагогической литературе достаточно исследований, посвященных особенностям протекания кризиса у подростков и юношей, в то время как более точному изучению аспектов возникновения и обострения одиночества уделяется недостаточно внимания.

Ряд исследований показывает, что одиночество в наиболее острой форме проявляется именно в подростковом и юношеском возрасте, когда происходит поиск собственной идентичности и связей с окружающим миром. Ощущение бессмысленности своего существования актуализирует переживания одиночества, беспомощности, страха. Вместе с тем переживание одиночества сопровождает развитие ряда личностных новообразований молодых людей и является обязательной составляющей комплекса психоэмоциональных реакций в ситуациях конфликта; в ряде личностных процессов одиночество служит психологическим стабилизатором или дестабилизатором эмоциональных реакций и т.д. Благодаря одиночеству молодой человек учится быть независимым от постоянного социального подкрепления [2; 3. С. 209; 4. С. 40–42].

Можно с достаточной обоснованностью предположить, что одиночество в отрочестве и юности является результатом установления соответствия различным факторам изменения жизни и тенденциям развития.

В эмпирическом исследовании нами были изучены 187 учащихся 7–10 классов школ г. Семей (средний возраст – $14,8 \pm 1,1$ года). Мы считаем эту выборку случайной и считаем данные учащихся ничем принципиально не отличающимися от своих сверстников в регионе при той точности сбора данных, которую подразумевают использованные нами методики.

Ключевым измерением было определение степени одиночества (социальной изолированности) по методике Д. Рассела и М. Фергюссона [5. С. 24–25].

Исследование личностной тревожности осуществлялось по методике Ч.Д. Спилберга в модификации

Ю.Л. Ханина [6. С. 124–126]. Согласно методике при полученном показателе до 30 баллов определялась низкая тревожность, 31–44 балла – умеренная; 45 и более – высокая.

Определение степени депрессии проводилось по шкале А.Т. Бека (русифицированный адаптированный вариант). Распределение показателей в зависимости от наличия и степени выраженности депрессии согласно методике следующее: 0–9 – отсутствие депрессивных симптомов; 10–15 – легкая депрессия (субдепрессия); 16–19 – умеренная депрессия; 20–29 – выраженная депрессия (средней тяжести); 30–63 – тяжелая депрессия.

Часть респондентов была исследована с помощью сокращенной модифицированной формы Миннесотского многоаспектного личностного опросника «Сокращенная методика исследования личности» (СМИЛ) [7].

При статистическом анализе данных были использованы параметрические и непараметрические методы. Численные (непрерывные) величины представлены в виде средних арифметических значений и ошибки среднего ($M \pm m$). Сравнение количественных признаков проводилось с помощью критерия Стьюдента. Ограничения использования параметрических методов включали анализ распределения по критерию Колмогорова – Смирнова, а также равенства дисперсий [8].

При несоблюдении граничных критериев применимости параметрических методов использован непараметрический метод анализа по критерию Манна – Уитни. Наличие возможности применения параметрического критерия статистической значимости исключало использование непараметрического критерия.

В качестве граничного критерия статистической значимости для опровержения нулевой гипотезы принимали $p < 0,05$.

В табл. 1 представлены данные о степени социальной изолированности по методике Д. Рассела и М. Фергюссона в выборке.

Таблица 1
Показатели степени социальной изолированности

Обследованные	Границы значений		Медиана показателя	Дисперсия показателя
	Верхняя	Нижняя		
Обоего пола, n = 187	55	3	40,5	4,2
Мужского пола, n = 75	54	3	36,5	4,0
Женского пола, n = 112	55	6	43,2	4,1

Следует отметить, что были зарегистрированы весьма высокие значения показателей социальной изолированности (одиночества). Достаточно сказать, что медиана показателя находилась в области высокого уровня одиночества, процент обследованных с высоким уровнем одиночества в обеих гендерных группах превышал 60%.

У лиц женского пола рассматриваемой возрастной категории было выявлено статистически значимое превышение среднего показателя одиночества. Различия между соответствующими подгруппами составили 18,4%.

В табл. 2 представлены данные анализа уровня личностной тревоги у обследованных лиц при их распределении в зависимости от степени одиночества.

Следует указать на тот факт, что при высокой степени одиночества имелось значимое превышение степени личностной тревоги по Спилбергеру – Ханину по

сравнению с показателями в группе с невысоким уровнем социальной изолированности. Различия составили 34,4% ($p < 0,05$). Примечательно, что из граничных значений различия отмечались более по верхней границе индивидуальных показателей тревожности, чем по нижней.

Таблица 2
Показатели личностной тревоги в зависимости от степени одиночества

Высокая степень одиночества			Невысокая степень одиночества		
Граничные значения	Медиана	Дисперсия	Граничные значения	Медиана	Дисперсия
$\frac{28}{67}$	43	4	$\frac{25}{55}$	32	2

В табл. 3 показаны данные, характеризующие результаты анализа степени депрессии по шкале Бека.

Таблица 3
Характеристики депрессии в зависимости от степени одиночества

Высокая степень одиночества			Невысокая степень одиночества		
Граничные значения	Медиана	Дисперсия	Граничные значения	Медиана	Дисперсия
$\frac{9}{60}$	20	2	$\frac{6}{53}$	13	1

У лиц подросткового и юношеского возраста прослеживалась статистически значимая взаимосвязь одиночества и депрессии. Соответствующие различия между группами с высоким и низким уровнем одиночества по Расселу – Фергюссону достигали 53,8% ($p < 0,05$). В группе лиц с низким уровнем одиночества преобладали значения показателя, находящиеся в области субдепрессии, а у обследованных с высоким уровнем одиночества – умеренной депрессии.

У обследованных подросткового и юношеского возраста с использованием СМИЛ не наблюдалось существенных особенностей контрольных шкал (L, F, K), связанных с высоким уровнем одиночества (рис. 1). Однако диаграмма личностных характеристик по основным шкалам имела существенные различия с группой сравнения. В частности, отмечалось превышение по шкалам ипохондрии (1), депрессии (2), тогда как по шкале демонстративности (3) показатель был ниже, чем в группе сравнения. Определенное превышение в данной возрастной категории группы обследованных с высоким уровнем одиночества отмечалось также по шкале импульсивности (4). Заметно доминирование показателя по данной шкале во всем профиле СМИЛ. Среди прочих различий хочется отметить статистически значимое превышение среднего показателя по шкале 7 (психастеничность) в основной группе и снижение относительно группы сравнения по шкале 9 – оптимистичность (маниакальность, активность).

Полученные нами данные свидетельствуют о наличии у подростков и юношей зависимости между степенью одиночества как социального отчуждения и одиночества как потери целостности своей жизни (тревожность), дефицита обновления жизни (депрессивность). То есть молодые люди, обнаружившие по результатам диагностического обследования признаки повышенной тревожности, интроверсии и склонности к депрессивным состояниям, показали явственно выраженную тенденцию к одиночеству в различных смыслах.

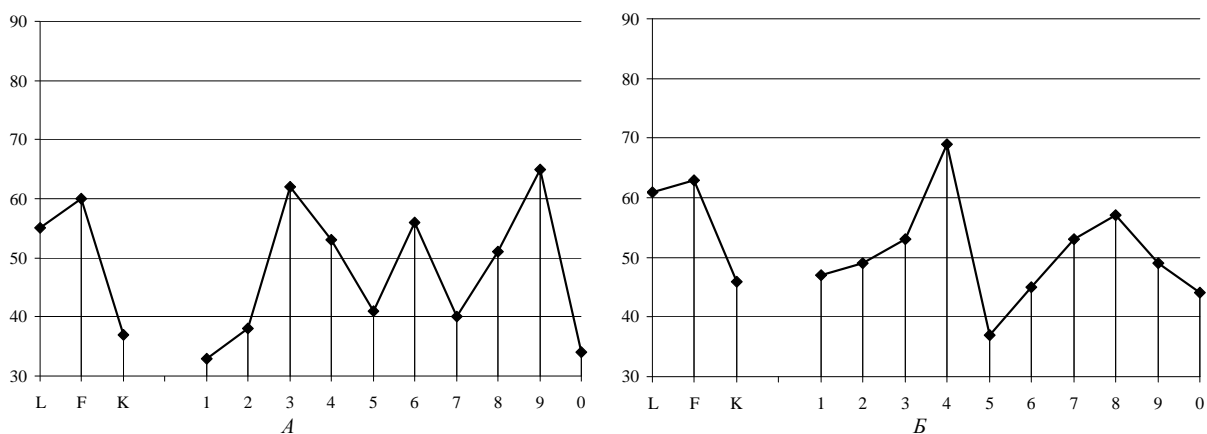


Рис. 1. Личностные особенности (ММРП) у лиц подросткового и юношеского возраста в зависимости от показателя одиночества: А – обследованные с невысоким уровнем одиночества; Б – обследованные с высоким уровнем одиночества

Несоответствия жизни тенденциям развития выражаются в проблемах идентификации. Наблюдающиеся в современном обществе многообразие и размытость общественных представлений и норм создают у молодых людей неуверенность в выборе объектов идентификации. Быстрые социальные изменения, наблюдающиеся в нашем обществе, приводят к расхождениям между системами ценностей родителей и детей. Кроме того, новые приобретаемые способности требуют применения и признания, часто невозможных в плане их реализации из-за ограничений, накладываемых обществом. Это способствует оппозиционным и бунтарским настроениям подрастающего поколения. Одиночество, как одна из форм психологической защиты, позволяет подросткам и юношам хотя бы на время уйти от ответственности и решения проблем, выдвигаемых жизнью. И.Г. Малкина-Пых пишет: «Именно в период острого переживания одиночества происходит окончательное оформление

внутреннего мира человека» [9. С. 358]. В этом авторы исследования усматривают позитивный смысл подростково-юношеского одиночества. Вместе с тем чувство одиночества подростков и юношей может привести к обострению кризиса взросления, вызывая эффект «ненужности и бессмысленности существования», и, как следствие, нарушениям личности.

Наше исследование указывает на перспективу дальнейшего изучения проблемы соответствия-несоответствия структуры экзистенции (индивидуальной человеческой жизни в контексте обновления и целостности) тенденциям развития человека. Результаты эмпирических исследований подтверждают нашу гипотезу о том, что одиночество в позитивном смысле отличается от одиночества в негативном его аспекте тем, что в первом случае речь идет о соответствии структуры экзистенции тенденциям развития человека, а во втором, наоборот, – несоответствию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Тихонов Г.М. Феномен одиночества: теоретические и эмпирические аспекты : автореф. дис. ... д-ра филос. наук. Нижний Новгород, 2006. С. 34.
2. Долгинова О.Б. Одиночество и отчужденность в подростковом и юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1996. 166 с.
3. Дубровина И.В., Прихожан А.М. Возрастная и педагогическая психология. М. : Академия, 2003. 368 с.
4. Кон И.С. Многоликое одиночество // Знание – сила. 1986. № 12. С. 40–42.
5. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Экспресс-диагностика уровня социальной изолированности личности (Д. Рассел и М. Фергюссон) // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002. С. 24–25.
6. Исследование тревожности (Ч.Д. Спилбергер, адаптация Ю.Л. Ханина) // Диагностика эмоционально-нравственного развития ; ред. и сост. И.Б. Дерманова. СПб., 2002. С. 124–126.
7. Собчик Л.Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМИЛ (ММРП) : практическое руководство. М. : Речь, 2007. 224 с.
8. Гланц С. Медико-биологическая статистика. М. : Практика, 1998. 459 с.
9. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы : справочник практического психолога. М. : Эксмо, 2004. 896 с.
10. Эриксон Э. Идентичность. Юность и кризис. М. : МИСИ, ПРОГРЕСС, ФЛИНТА, 2006. 352 с.
11. Лукьянов О.В. Проблема становления идентичности в эпоху социальных изменений. Томск : Изд-во Том. ун-та, 2008. 212 с.
12. Лукьянов О.В. Психологическая системность практик веры. Градиенты становления человеческого в человеке // Вестник Томского государственного университета. 2009. № 325. С. 152–157.

Статья представлена научной редакцией «Педагогика и психология» 6 декабря 2012 г.