

императива. Может сложиться впечатление, что в Новое и Новейшее время человечество успешно реализует рационально-нормативное понимание нравственности. При этом упускается из виду, что в конституциях многих европейских государств и, например, большинства американских штатов христианство не отделено от государства и образования. Как нам представляется, история человечества с очевидностью показывает, что духовность есть степень приближения человека к высшему трансцендентному Абсолюту (в европейской традиции — Богу). Христианские сакральные тексты отмечают: «Бог есть дух, и поклоняющиеся Ему должны поклоняться в духе и истине» [3].

По нашему мнению, религиозная составляющая российского духовно-нравственного воспитания и образования должна быть возрождена. Реализация проекта «Отроки грядущего века», как показывает опыт, дает большие возможности воспитанникам и педагогам воскресной школы в формировании мировоззренческо-личностных компетенций, социальной и психологической безопасности, а также защиту от деструктивного влияния, разрушающих национально-государственную идентичность личности.

Список цитируемых источников

1. Афанасьев, С. В. Конфликты моральных ценностей в культуре информационного общества [Электронный ресурс] / С. В. Афанасьев. — Режим доступа: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=23383. — Дата доступа: 25.05.2020.
2. Куломзина, С. С. Наша церковь и наши дети : христианское воспитание детей в современном мире [Электронный ресурс] / С. С. Куломзина. — Режим доступа: <https://azbyka.ru/deti/nasha-tserkov-i-nashi-deti-kulomzina-s-s>. — Дата доступа: 25.05.2020.
3. Библия. Книги Священного Писания Ветхого и Нового Завета. — Минск : ПРИНТКОРП, 2014. — 1024 с.

УДК 159.99

Е. Е. Панченко

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ОДИНОЧЕСТВО КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН: СУЩНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ

Введение. Одиночество есть психическое состояние, которое характеризуется отрицательными эмоциями, причинами которых может быть отсутствие близких или страх их потерять [1].

Согласно Е. Н. Осину и Д. А. Леонтьеву, одиночество — это переживание собственной невключенности во взаимоотношения с другими людьми [2].

С. Г. Корчагина считает, что одиночество — это состояние психики человека, которое отражает переживание собственной отделенности от людей, индивидуальной невозможности или отсутствия желания чувствовать адекватный отклик, признание и принятие себя другими людьми [3, с. 24].

Одиночество является как нормативным явлением (юношеский возраст), так и следствием изоляции человека, переживаниями виктимизации. В связи с этим представляется важным исследование позиций ученых, раскрывающих его позитивный и деструктивный потенциал, механизмы и факторы его возникновения и протекания.

Основная часть. Согласно С. Г. Корчагиной, понятия «одиночество», «уединение» и «изоляция» не синонимичны и имеют определенные различия.

Одиночество более подвижно и личностно, чем изоляция и кроме внешних проявлений имеет внутренний, собственно психологический контекст. Одиночество направлено на субъект: можно быть изолированным, но не одиноким; можно находиться в одиночестве, но не быть в изоляции. Одиночество, в отличие от объективной изоляции, показывает дисгармоничные отношения между «Я» и «Они», конфликт с миром, самим собой, сопровождается негативными эмоциями, кризисами и т. п. Изоляция в основном обусловлена физической, пространственной и временной локализацией человека по отношению к социуму и является внешне, а не внутренне обусловленной ситуацией.

Изоляция может быть в одиночестве, и наоборот, например, при тюремном заключении человек изолирован, но он не один.

Уединение, в отличие от одиночества, изначально имеет временные рамки, всегда добровольное и свободно выбираемое [3, с. 16].

Феномен одиночества, согласно С. Г. Корчагиной, можно рассматривать в категориях «чувство», «процесс», «отношение», «потребность».

Одиночество как чувство обусловлено переживанием человеком своего отличия от других людей, поэтому появляется психологический барьер в общении с ними, ощущение непонятности и неприятия себя другими, ощущение невозможности на данном этапе иметь нормальные близкие отношения с кем-либо.

Одиночество как процесс выражается в постепенной утрате способности индивида воспринимать и воплощать социальные нормы, принципы, ценности в конкретных жизненных ситуациях. Таким образом, происходит потеря личностью статуса субъекта социальной жизни.

Одиночество как отношение выражается в непринятии мира как самоцели и самооценности. Личность, анализируя свои взаимоотношения с кем-то, не включает себя в окружающий социум.

Одиночество как жизненная позиция — это осознанное нежелание поддерживать близкие отношения с кем-либо. Человек отчужден не только от других людей, но и от мира в целом.

Состояние одиночества — это переживание человеком потери внутренней целостности, а также внешней гармонии с миром. Оно выражается, например, в нарушении гармонии между желаемым и достигнутым качеством социального общения [3, с. 21].

С помощью одиночества индивид определяет, какое количество социальных контактов ему необходимо. С. В. Бакалдин обращает внимание на различия в переживании одиночества: мужчины склонны переживать его менее остро, чем женщины [4, с. 231].

И. Ялом считает, что свойственный каждому человеку выбор — одиночество или общение с другими людьми — экзистенциальный. Одиночество можно определять как переживание отсутствия связей с другими личностями [5, с. 398]. Но может проявляться физически, когда другие люди просто отсутствуют, или — «в толпе», когда человек в данный момент не имеет психологического контакта с окружающими его людьми.

Одиночество может сопровождаться такими негативными чувствами, как отчаяние, бесполезность и т. д., а также позитивными, например, всплеском вдохновения творческих людей и его реализацией в искусстве [2, с. 57].

Представители различных теорий личности (К. Г. Юнг, Э. Фромм, Ф. Перлз) считают, что человек, осознавший себя как отдельную частицу общества, может выбрать свой собственный путь отношений с другими людьми. Это осознание не всегда заканчивается положительно, в результате чего человек склонен избегать одиночества и встречи со своей собственной личностью. Такое поведение может привести к самоотчуждению.

В. В. Мацута считает, что аутокоммуникация является основным элементом в корреляции развития личности с одиночеством, поскольку во время аутокоммуникации человек анализирует свой опыт, впечатления от взаимодействия с миром и находится в состоянии приостановленного общения с людьми, поэтому одиночество — важное условие для данного процесса [6, с. 3].

Одиночество, считает О. В. Курицына, есть определенная социальная ситуация, эмоциональное или психическое состояние, адаптивный или регулирующий механизм; оно трактуется как состояние, возникшее в результате депривации личностных потребностей, когнитивного диссонанса либо обусловленное личностными чертами [7, с. 322].

Ряд ученых рассматривали одиночество как позитивное психологическое явление. Так, экзистенциалисты К. Мустакас, Ж.-П. Сартр, А. Камю поддерживали идею о том, что люди одиноки с рождения, а экзистенциальный страх одиночества побуждает человека к социальной активности. К. Мустакас считал, что истинное одиночество может стать причиной творческого вдохновения, а также является неперенным опытом для успешного сохранения и развития личностью своей человечности [8].

Представитель общесистемного подхода А. Фландерс анализирует одиночество как инструмент обратной связи, который позволяет людям регулировать желаемый уровень социальных контактов, считая его амбивалентным состоянием, способствующим благоприятному исходу для людей благодаря механизму обратной связи [9].

Ученый гуманистического направления А. Маслоу воспринимал одиночество как потребность для самоактуализирующихся личностей, так как самопознание происходит именно в одиночестве намного лучше и качественней. В то же время он делал акцент на характере переживаемого одиночества: положительный характер — стремление к взаимопониманию с людьми и готовность к действиям (самоактуализация), а отрицательный — нежелание меняться в результате отсутствия взаимопонимания, отчаяние [10].

Представитель биологического подхода Дж. Рэлф Оди считал, что есть корреляция между страхом непонимания, отвержения, потребностью в нежности и одиночеством, полагая, что у одиночества есть и хорошая сторона — удовлетворение от общения должно сменяться фрустрацией [11].

Т. Джонс и У. Садлер причисляют одиночество к выражению одного из видов самосознания [12].

Н. А. Бердяев считал, что появление личности, переживание индивидуальности своего «Я» является результатом одиночества [13].

В. В. Розанов воспринимал одиночество скорее положительно и писал, что человеку иногда нужна временная изоляция от других людей [14].

В. А. Андрусенко склонен считать одиночество важным шагом для самоутверждения и самоопределения [15].

Таким образом, конструктивный потенциал одиночества состоит в том, что с помощью него индивид познает себя, рефлексивует, может выражать свое «Я» в творчестве, самоактуализироваться, развиваться как личность и регулировать социальные контакты.

Рассмотрим мнения ученых, которые считают одиночество отрицательным явлением.

Представитель психодинамического направления Г. Зилбург дифференцировал явления «одиночество» и «уединенность». Уединенность — периодична, возникает в отсутствие конкретного человека,

а одиночество продолжительно, стабильно, и от него совсем не просто отвлечься. Зачастую одиночество сопровождается людей враждебных, с манией величия, нарциссизмом, недоверчивых как к себе, так и окружающим [16].

Неофрейдист Г. С. Салливан выявил, что люди с низким уровнем социальных навыков, обусловленным плохими семейными отношениями, испытывают трудности в установлении контактов, что способствует развитию одиночества [17].

Ученый феноменологического направления К. Р. Роджерс полагал, что человек демонстрирует социально приемлемую модель поведения, потому что боится быть отверженным и одиноким. Такое поведение приводит к внутреннему конфликту между внутренним и социальным «Я» [18].

Представитель социологического направления К. Боумен считает, что социальная мобильность и проблемы в первичной группе являются предрасполагающими к одиночеству факторами [19].

Для П. Слейтера проблема одиночества заключается в одержимости собой, своей индивидуальностью. Человек уходит от других, хотя он в них нуждается [20].

Когнитивисты, например Энн Пепло, полагают, что одиночество появляется в случае, когда наличный уровень социальных контактов человека не соответствует желаемому. Чувство одиночества усиливается, когда человек закичивается на своем одиночестве [21].

Д. Рисмен считает, что одиночество возникает из-за ориентированности личности на других, приспособление, отдаленность от своего истинного «Я» [22].

Интеракционист Р. Вейс утверждает, что одиночество возникает при интеграции внешних и внутренних причин и является адекватной реакцией человека на трудности. Есть два типа одиночества: социальное и эмоциональное. Социальное одиночество обусловлено отсутствием или недостатком связей, чувства сплоченности. Социально одинокий индивид чувствует себя изгоем, человеком на грани. Эмоциональное одиночество обусловлено отсутствием тесной интимной привязанности. Человек с таким типом одиночества похож на брошенного ребенка, опустошенного и тревожного [23].

Представители приватного подхода Дж. Дерлега и Т. Маргулис [24], как и Р. Вейс [23], считают, что социальные связи являются механизмом для достижения жизненных целей, а одиночество возникает из-за отсутствия понимающего человека, рядом с которым будет ощущаться уверенность, доверие. Одиночество в данном контексте воспринимается как нормальное, обусловленное множеством причин, явление.

Р. С. Немов считает одиночество трудным эмоциональным состоянием [25]. З. Н. Сафина полагает, что одиночество в основном возникает у человека из-за конфликта самореализации, к тому же современные условия мира не способствуют умению строить взаимоотношения с людьми, по этой причине и возникает одиночество.

И. С. Кон понимает одиночество как оценку и моральное отражение человеком своего положения в социуме [26, с. 38]. В. И. Лебедев считает явления одиночества и групповой изоляции синонимичными [27, с. 58].

Ученые по-разному описывают психологические механизмы формирования склонности к одиночеству. С. М. Рубинштейн и П. Шейвер обнаружили, что одиночество взрослого человека может быть связано с его отношениями с родителями в раннем возрасте. Это может включать развод, смерть родителей, возраст ребенка во время травматических событий такого рода [28, с. 431].

Р. С. Вейс также указывает, что отношения между взрослыми детьми и их родителями важны. Юность начинается сопровождаться одиночеством в том случае, когда для юношей и девушек родители становятся формальностью [23].

Согласно исследованиям Дж. Стокса и И. Левина, мужское одиночество более связано с нарушенными связями в группе, количеством групповых контактов, а женское детерминировано отсутствием тесных и личностных парных контактов — женщины большее значение придают качеству контактов [29, с. 209].

Заключение. Деструктивный потенциал одиночества состоит в том, что оно может сопровождаться недоверием, враждебностью к себе и окружающим, социальным отчуждением, опустошенностью, бегством от проблем и реальности, негативными эмоциями, закиченностью на себе и замкнутостью.

Подводя итог вышесказанному, можно сформулировать ряд выводов:

- 1) одиночество — это психическое состояние, сопровождаемое отрицательными эмоциями из-за отсутствия близких или страхом их потери;
- 2) позитивные аспекты одиночества: самопознание, креативность, рефлексия, аутокоммуникация, личностное развитие, самореализация, механизм адаптации, своеобразный «отдых» от других людей;
- 3) негативные аспекты одиночества: враждебность к себе и другим, чувство бесполезности и отчаяния, недоверие к себе и миру, социальное отчуждение, способ ухода от психотравмирующей реальности, деструктивный способ совладания с жизненными трудностями;
- 4) в отечественной психологии одиночество трактуется как ресурс самоопределения; психологическое состояние; тяжёлое эмоциональное состояние; оценка индивидом своего положения в обществе; механизм саморегуляции; социальная ситуация; механизм адаптации и регуляции;
- 5) в зарубежной психологии одиночество трактуется как переживание отсутствия понимающих людей в микросоциальном окружении; источник для вдохновения и творчества; фактор самоактуализации; источник самосознания; экзистенциальный страх, побуждающий к поиску общения; сохранения и развития человечности; результат проблем в первичной группе и социальной мобильности. В россий-

ской психологии одиночество трактуют как: феномен, более присущий мужчинам, результат формирования личности человека, положительное явление в виде отдыха от социума, важный шаг для самоопределения и самоутверждения, трудное эмоциональное состояние, результат конфликта самореализации, оценку человеком своего положения в обществе, синоним групповой изоляции, результат проблем в отношениях с родителями.

Список цитируемых источников

1. Краткий психологический словарь: Одиночество [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html?word=590>. — Дата доступа: 05.04.2020.
2. Осин, Е. Н. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. — 2013. — № 1. — С. 55—81.
3. Корчагина, С. Г. Генезис, виды и проявления одиночества / С. Г. Корчагина. — М.: Москов. психол.-соц. ин-т, 2005. — 196 с.
4. Бакалдин, С. В. Эмоциональные особенности переживания одиночества / С. В. Бакалдин // Вестн. Адыг. гос. ун-та. Сер. 3 «Педагогика и психология». — 2008. — С. 229—232.
5. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. — М.: Класс, 1999. — 575 с.
6. Мацута, В. В. Общение с самим собой. Коммуникативное измерение в психологической антропологии / В. В. Мацута; под ред. В. И. Кабрина. — Томск: Иван Федоров, 2007.
7. Курицына, О. В. Социальный аспект одиночества / О. В. Курицына // Вестн. Казан. технолог. ун-та. — 2010. — С. 320—324.
8. Moustakas, C. E. Loneliness / C. E. Moustakas. — Englewood Cliffs: Prentice-Hall. — 1961. — 416 p.
9. Flandeps, L. P. A general systems approach to loneliness / L. P. Flandeps // Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy / ed. by A. Peplau, D. Perlman. — N. Y.: Wiley sons., 1982. — P. 166—179.
10. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу; пер. А. М. Татлыбаевой. — СПб.: Евразия, 1999. — 353 с.
11. Оди, Дж. Р. Одиночество животных и людей [Электронный ресурс] / Дж. Р. Оди. — Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=64095&p=1>. — Дата доступа: 05.04.2020.
12. Садлер, У. А. От одиночества к анонии / У. А. Садлер, Т. Б. Джонсон // Лабиринты одиночества: сб. ст.; пер. с англ. — М.: Прогресс, 1989. — С. 21—51.
13. Бердяев, Н. А. Я и мир объектов. Опыт философии одиночества и общения / Н. А. Бердяев // Философия свободного духа. — М.: Республика, 1994. — С. 230—316.
14. Розанов, В. В. Уединенное / В. В. Розанов. — М.: Советская Россия, 1990. — 592 с.
15. Андрусенко, В. А. Словарь душевных и духовных терминов / В. А. Андрусенко // Формирование духовности. — Оренбург, 1997. — 59 с.
16. Зилбург, Г. Антология суицидологии. Основные статьи зарубежных ученых / Г. Зилбург, Т. Аллен, А. Хендрик. — М.: Когито-Центр, 2018. — 463 с.
17. Салливан, Г. С. Интерперсональная теория в психиатрии / Г. С. Салливан; пер. с англ. О. Исаковой. — М.: КСП; СПб.: Ювента, 1999. — 345 с.
18. Роджерс, К. К науке о личности / К. К. Роджерс // История зарубежной психологии. — М., 1986. — 230 с.
19. Bouman, K. Anxiety Disorders: A Practitioner's Guide / K. Bouman. — Hoboken: Wiley, 1992. — 210 p.
20. Slater, P. E. The pursuit of loneliness — American culture at the breaking point / P. E. Slater. — Boston: Beacon, 1976. — 316 p.
21. Peplau, L. A. Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy / L. A. Peplau, D. Perlman. — N. Y.: Wiley, 1982. — 430 p.
22. Riesman, D. The lonely crowd / D. Riesman. — N. Haven: Yale University Press, 1950. — 425 p.
23. Вейс, Р. Вопросы изучения одиночества / Р. Вейс // Лабиринты одиночества: сб. ст.; под ред. Н. Е. Покровского. — М.: Прогресс, 1989. — С. 114—128.
24. Derlega, V. J. Why loneliness occurs: the interrelation-ship of Social-psychological and Privacy concepts / V. J. Derlega, S. T. Margulis; ed. by A. Peplau, D. Penman // Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy I. — N. Y.: Wiley sons, cop., 1982. — P. 37—56.
25. Немов, Р. С. Психология: учеб. для студентов высших пед. учеб. заведений: в 3-х кн / Р. С. Немов. — М.: ВЛАДОС, 1997. — Кн 1. Общие основы психологии. — 668 с.
26. Кон, И. С. Многоликое одиночество / И. С. Кон // Знание — сила. — 1986. — № 12. — С. 40—42.
27. Лебедев, В. И. Психология и психопатология одиночества и групповой изоляции: учеб. пособие для вузов / В. И. Лебедев. — М.: Юнити, 2002. — 408 с.
28. Rubenstein, M. Loneliness: a source book of current theory. Research and therapy / M. Rubenstein, P. Shaver. — N. Y.: Wiley and Sons. — 1982. — 447 p.
29. Stokes, J. Gender differences in predicting loneliness from social network characteristics / J. Stokes, I. Levin // J. of Personality and Social Psychology. — 1986. — № 51 (5). — P. 206—223.

УДК 159.99

Е. Е. Панченко

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Введение. Проблему одиночества зачастую связывают с людьми пожилого возраста, но в быстро меняющихся условиях общества и окружающего мира одиночество более чем актуально для юношества [1, с. 3]. Поиски смысла своей жизни, самоопределение, динамика «Я-концепции», мысли о будущем, формирование целей — все это предрасполагает к появлению чувства одиночества в юношеском возрасте.