

ПОДХОДЫ К РАССМОТРЕНИЮ ФЕНОМЕНА ОДИНОЧЕСТВА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Введение. В современном обществе, где информационные технологии и социальные сети предоставляют нам широкие возможности для общения и обмена информацией, проблема одиночества становится всё более актуальной. Особенно остро она ощущается среди молодёжи, в том числе среди студентов, которые находятся в процессе формирования своей личности и установления социальных связей.

Актуальность исследования. Чувство одиночества может иметь негативные последствия для психического и физического здоровья человека, а также для его социальной адаптации. Оно может привести к депрессии, тревожности, снижению самооценки и даже к суицидальным мыслям. Поэтому изучение причин и механизмов возникновения одиночества среди студентов, а также разработка эффективных стратегий для его преодоления, являются важными задачами для психологии и педагогики.

Основная часть. Чувство одиночества — это сложное эмоциональное состояние, которое может проявляться в разной степени у разных людей. Оно может быть временным или хроническим, а также иметь различные формы выражения — от лёгкой грусти до глубокой депрессии. [1, с.330]. Важно понимать, что одиночество не всегда связано с отсутствием социальных контактов, оно может возникать и в окружении близких людей.

В психологии существует несколько подходов к пониманию одиночества. Эрих Фромм и Джон Хоуманс рассматривают его как результат отсутствия социальных связей, Джин Вейсс и Карл Роджерс — как следствие несоответствия между желаемым и реальным уровнем общения. Есть также теории, которые видят в одиночестве результат нарушения восприятия себя и окружающего мира. Все эти подходы имеют право на существование, однако они не исключают, а дополняют друг друга, позволяя глубже понять природу этого явления [3].

Чувство одиночества может иметь как положительные, так и отрицательные последствия для человека. С одной стороны, оно может стимулировать личностный рост, способствовать самопознанию и саморазвитию. С другой стороны, длительное одиночество может привести к снижению самооценки, депрессии, тревожности и даже суицидальным мыслям [2].

Одиночество — это эмоциональное состояние человека, когда у него нет доверительных отношений с другими людьми из-за психологической и социальной изоляции. Люди, которые остро ощущают проблему и страдают из-за нее, чувствуют себя опустошенными, покинутыми и ненужными. Часто они жаждут общения, но их душевное самочувствие, неразвитые социальные навыки и замкнутость мешают установить контакт в обществе [5].

Чувство одиночества далеко не всегда связано с реальной социальной изоляцией. Человек может чувствовать себя одиноким в окружении родных и близких, может находиться в совершенной изоляции и не чувствовать себя одиноким, если знает, что в его жизни есть люди, которые его любят и которым он доверяет.

На основе радикального пессимизма С. Кьеркегор выдвинул концепцию одиночества и уединения. С. Кьеркегор писал, что «одиночество» замкнуто лишь во внутреннем самосознании личности. Это мир, который никто не сможет разомкнуть, разве что только Бог. Исходя из слов философа, можно сказать, что хаотичное сопротивление «мерзостям жизни» может иметь лишь один исход — обретение веры, но не традиционной, которая освящена христианской, католической или любой другой церковью связь с высшими силами, а индивидуальное, не постижимое разумом «углубление» в божественный образ. Основу этой традиции положил С. Кьеркегор, а благодаря Э. Гуссерлю она обогатилась феноменологической методологией. Позднее она стала фундаментом для экзистенциализма.

До XX в. феномен одиночества трактовался в философии как экзистенциальное измерение человеческого бытия, то есть исключительно в качестве личной проблемы отдельного индивида, не являющейся первостепенной и признанной характеристикой жизни современного человека.

Что касается современных представлений об одиночестве, то довольно большое влияние на их развитие оказали работы известного философа-экзистенциалиста М. Бубера. Он критикует мнение индивидуалистов и коллективистов о сущности человека. Ни индивидуализм, ни коллективизм не могут понять целостность человека и человека как такового. Сторонники индивидуализма находят человека в связи с самим собой, приверженцы же коллективизма рассматривают лишь «общество», забывая про человека как про индивида. В коллективизме лицо человека закрыто, в индивидуализме — искажено. М. Бубер считал, что одиночество и общность лишь абстракции, что сами по себе они не являются основными фактами человеческого существования. Но состояние «человек с человеком» таковым является. Люди отличаются друг от друга, но они тесно связаны между собой, для того чтобы общаться в общей сфере, но вместе с тем выходящей за границы их личных областей. «Между» — так М. Бубер называет эту сферу, расценивая её понятийно не исследованной. [2]

Рассмотрим чувство одиночества с точки зрения различных направлений.

С точки зрения экзистенциализма одиночество — это неотъемлемая часть человеческого существования. Философы этого направления считают, что каждый человек одинок перед лицом абсурдности и бессмысленности мира. Человек заброшен в мир, и ему приходится самостоятельно создавать смысл своей жизни. Одиночество становится результатом этого процесса, так как каждый человек уникален и неповторим, и ему сложно найти общий язык с другими людьми.

Фрейдизм рассматривает что одиночество может быть результатом внутренних конфликтов и подавленных желаний. З. Фрейд считал, что человек испытывает бессознательные влечения, которые могут привести к конфликту с социальными нормами и ценностями. Это может привести к изоляции и одиночеству.

В гуманистической психологии одиночество это результат отчуждения от себя и других. Они считают, что каждый человек имеет потенциал для самореализации и самоактуализации, но социальные нормы и ожидания могут мешать этому процессу. Одиночество может возникнуть, когда человек чувствует, что его потребности и желания не удовлетворяются, и он не может найти поддержку и понимание у других людей.

С точки зрения социологии одиночество может быть результатом социальных изменений и утраты традиционных ценностей. Современное общество характеризуется высокой мобильностью, индивидуализмом и снижением значимости социальных связей. Это может привести к тому, что люди чувствуют себя одинокими и изолированными, даже если они окружены другими людьми.

В психологии одиночество рассматривают как сложное состояние, которое может иметь как положительные, так и отрицательные аспекты. С одной стороны, одиночество может быть источником творчества, самоанализа и личностного роста. С другой стороны, оно может привести к депрессии, тревожности и снижению качества жизни [5].

Важно отметить, что одиночество не всегда является негативным явлением. Оно может быть источником вдохновения, творчества и самопознания. Однако, если одиночество становится слишком интенсивным или длительным, оно может привести к негативным последствиям для психического здоровья. Поэтому важно находить баланс между одиночеством и социальными связями, чтобы поддерживать здоровое психическое состояние.

Заключение. Проблема одиночества всегда волновала человечество, занимая умы ученых, писателей, философов. В последнее время этой проблеме посвящаются все новые и новые работы, исследующие сущность одиночества, причины его возникновения, характерные проявления и влияние на разные категории людей в разные периоды жизни.

Однако в настоящее время не существует единого мнения о том, что же такое одиночество: беда или счастье, норма или патология.

Чувство одиночества — это сложное и многогранное переживание, которое может иметь как негативные, так и позитивные аспекты. С одной стороны, одиночество может вызывать стресс, тревогу, депрессию и снижение самооценки. С другой стороны, оно может способствовать самопознанию, рефлексии и творчеству.

Важно понимать, что одиночество — это не всегда негативное состояние. Иногда оно может быть необходимым условием для личностного роста и развития. Однако если чувство одиночества становится слишком интенсивным и продолжительным, оно может привести к серьёзным психологическим проблемам.

Список цитируемых источников

1. Мельник, Л. В. Переживание чувства экзистенциального одиночества у юношей с высоким уровнем креативности / Л. В. Мельник // Известия ТулГУ. Серия. Психология. Вып. 4 — Тула : Изд-во ТулГУ, 2004 — С. 330—335.
2. Рассел Д. Измерение одиночества / Д. Рассел // Лабиринты одиночества: пер. с англ. / Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. — М.: Прогресс, 1989 С. 192—226.
3. Салихова, А. Ж. Два аспекта одиночества: эмпирический анализ / А.Ж. Салихова, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин // Общение — 2006: на пути к энциклопедическому знанию. Материалы международной конференции. — М. : ПИ РАО, 2006 — С. 550—555.
4. Райгородский, Д. Я. Самосознание и защитные механизмы личности / Д.Я. Райгородский. — Самара: Издательский дом «Бахрах — М». — 261 с.
5. Корниенко, Н. А. Личность и индивидуальные различия / Н.А. Корниенко. — Новосибирск, НГПУ, 1988. — 563 с.

УДК 159.9

К. С. Ласовская

*Государственное учреждение образования «Мирская средняя школа имени Героя Советского Союза Г. А. Чекменёва»,
аг. Мир, Республика Беларусь*

ПОЗИТИВНОЕ И НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ РИГИДНОСТИ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА

Введение. Одним из профессионально значимых качеств современного педагога является способность быстро адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам и грамотно действовать в незапланированной ситуации. Именно это качество, называемое в психологии гибкостью или флексибельностью, является одним из условий адаптации и успешности в педагогической профессии. Свойством, противоположным гибкости,