

## **СИТУАТИВНЫЕ И ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ ОДИНОЧЕСТВА**

**Статья посвящена исследованию такого социального феномена как одиночество. Автор рассматривает одиночество как субъективно переживаемое несоответствие между наблюдаемой реальностью и желанным идеальным состоянием индивида. Проведенное автором исследование выявило некоторые закономерности в тех видах ситуаций и чертах личности, которые связаны с одиночеством.**

**Ключевые слова:** одиночество, индивид, изоляция, анкетирование, фактор ситуации, фактор характера личности.

В течении двух семестров на базе Ижевского государственного технического университета имени М.Т. Калашникова проводилось исследование групп студентов первого и второго курсов на предмет одиночества. По данным на сегодняшний день, не более одного-двух процентов опрошенных сообщают о том, что никогда не чувствовали себя одинокими, в то время как от десяти до тридцати процентов студентов утверждают, что испытывали глубокое чувство одиночества со скачкообразными колебаниями в течение большей части своей жизни.

Мы начали исследование с того, что попросили студентов описать во всех деталях, как они сами переживают одиночество или как его переживают их знакомые. Для этого была использована анкета ситуативного одиночества Джонга-Гирвельда [1, с. 338]. Все письменные данные были проанализированы. Выяснилось, что среди студентов одиночество бывает в многообразных формах. Далее различные личные переживания одиночества были дифференцированы по категориям. Ниже представлены основные группы. В этих основных переживаниях исследуемые часто видели причину появления или усиления одиночества. Шкала интенсивности чувства одиночества имела 10 баллов. Рассмотрим результаты согласно балловой градации:

а) 8 баллов: три четверти студентов, что неудивительно в этом возрасте, объясняют свое одиночество, прежде всего разладом или трудностями в интимизированном общении с лицами противоположного пола.

б) 6,5 баллов: ощущение отсутствия возможности поделиться с кем-то важными для себя мыслями, чувствами и беспокойством с кем-

то, кто бы понял и признал, кого бы взволновало то, о чем они хотели рассказать.

в) 5 баллов: неудавшееся важное начинание или более общее ощущение, что человек не оправдал своих собственных надежд и ожиданий.

г) 3 балла: одиночество не связывалось с каким-то событием или переживанием в жизни, а, казалось, скорее, имеет экзистенциальную природу. В этих ответах экзистенциального характера одиночество объяснялось осознанием своей исходной отдельности от других людей, невозможностью полностью поделиться чувствами и переживаниями с кем-нибудь, а также необходимостью принимать решения одному.

Хотя большинство респондентов сообщили, что на каком-то этапе им доводилось испытывать физическую изолированность от всех остальных людей, средние баллы чувства одиночества, связанного с такой изоляцией, были невелики. Имеются данные, свидетельствующие о том, что длительная и полная изоляция от общества в целом может привести к сильному душевному расстройству и полностью парализовать способности человека например, в случае одиночного заключения в тюрьме или когда человек оказался на необитаемом острове в результате кораблекрушения [1, с. 17]. Однако лишь немногие респонденты 2–3% ответили, что они были в физической изоляции хотя бы в течении нескольких дней, и меньше 1% пребывали в изоляции больше недели. Так, почти все опрошенные сообщили о чувстве одиночества, которое они испытывали, когда они не были физически изолированы от других людей. Примерно 60% опрошенных сооб-

щили, что хотя во время кризиса одиночества они не были изолированы от других людей, им не хотелось с ними встречаться.

Анализ полученных анкет не выявил связи между одиночеством и физической изоляцией. Более того, мы приходим к выводу, что более тяжелая форма одиночества характерна тогда, когда человек не испытывает недостатка в общении. Гораздо труднее преодолеть чувство одиночества, которое имеет постоянный характер, несмотря на то, что человек находится в обществе других людей и даже своей собственной семьей.

В ходе исследования были использованы оценки самих студентов для определения прежде всего наличия, а затем и интенсивности одиночества. Считается, что одиночество — это скорее субъективное переживание, чем внешнее состояние [2]. Ответы на вопрос, какого рода и в какой мере необходимо человеку общество, чтобы преодолеть одиночество, тоже, оказывается, отличаются у разных людей. Уместно привести цитату из статьи Велло Серма, что «сила чувства одиночества пропорциональна несоответствию, которое ощущает человек между видами межличностных отношений, существующих у него, по его мнению, в данное время, и видами отношений, являющихся, по его же мнению, желательными или такими, какие он хотел бы иметь в идеальном случае» [2]. При этом не каждый человек может описать отношения, которые он хотел бы иметь. Некоторым людям, вероятно страдающим одиночеством всю жизнь, вообще трудно представить каким могло бы быть идеальные отношения. Кроме того, все самооценки могут быть не точными из-за попыток показать себя в более выгодном свете. Тем не менее понятие одиночества как субъективно переживаемого несоответствия между наблюдаемой реальностью и желанным идеальным состоянием кажется все же самым подходящим для описания сущности проблемы. Хотя мы придерживаемся мнения, что причина одиночества, в основном, кроется в самой личности, тем не менее невозможно пренебрегать и влияние социальных условий и норм культуры, которые могут усугубить одиночество. Эти факторы могут иметь и важные социальные последствия. Так, например, недавно собранные дан-

ные говорят о том, что процент самоубийств среди подростком и молодых людей в возрасте немногим более двадцати лет увеличился в три раза за последние 30 лет и что одним из главных факторов, способствующих этому явлению, оказывается сильное и почти непередаваемое чувство одиночества. Персонал Центра Доверия в Ижевске, поддерживающий круглосуточную телефонную связь с людьми, которые испытывают желание поговорить с кем-то во время кризиса, сообщает, что причиной приблизительно 80% всех поступающих звонков было одиночество абонентов [3].

Фарбер указывает, что «наблюдение за индивидуальным поведением в группе и более глубокое изучение отдельных лиц наводит на мысль, что одним из факторов, способствующих одиночеству, является нежелание человека очутиться в такой ситуации межличностного общения, при которой он подвергается риску получить отпор, почувствовать смущение и разочарование. Враждебность и пассивность могут быть результатом прежних неудовлетворительных контактов, а отсутствие ощущения надежности и теплоты в отношениях родителей с детьми вполне может вызвать у человека склонность закрепить свою отчужденность от общества и одиночество как норму последующего образа жизни» [4]. В подтверждение вышесказанного можно отметить, что проведенное анкетирование на базе ИжГТУ имени М.Т. Калашникова дает подтверждение того, что некоторые одинокие студенты не могут преодолеть одиночество из-за боязни рискнуть и потерпеть неудачу, вступив в общение. Этот страх фактически способствует некоторым образом созданию обстановки, вызывающей чувство одиночества.

Таким образом, при довольно ограниченной методике исследования описанной выше, нам удалось уяснить некоторые закономерности в тех видах ситуаций и чертах характера личности, которые связаны с одиночеством.

Итак, что касается факторов ситуации, то это может быть отсутствие доступного круга социального общения, а что касается фактора характера личности, то здесь можно отмечать целый ряд причин тесно связанных с такими особенностями личности как сосредоточенности на своем внутреннем мире, застенчивости и

низкой самооценки. Следовательно, одиночество понимается нами как результат взаимодействия фактора ситуации и фактора личности при преобладании последнего.

Знание вышеописанных фактов может иметь важное значение для общества, индивида и для тех, кто работает в самых различных организациях по оказанию помощи населению.

17.05.2013

---

**Список литературы:**

1. Тихонов, Г. М. Одиночество: стереотип и реальность / Г.М. Тихонов. – Ижевск : Изд-во ИжГТУ, 2005. – 376 с.
2. Perlman D., Peplau L. A. Toward a social psychology of loneliness.-In: S. Duck & R. Gilmour (Eds.). Personal relationships 3: Personal relationships in disorder. London: Academic Press, 1981.
3. Режим доступа: [http://www.ng.ru/regions/2002-01-22/5\\_plot.html](http://www.ng.ru/regions/2002-01-22/5_plot.html)
4. Farber M. L. Theory of suicide. New York: Funk and Wagnalls, 1968.

Сведения об авторах:

**Фаррахов Айрат Фансафович**, аспирант кафедры английского языка Ижевского государственного технического университета имени М.Т. Калашникова, старший преподаватель  
426019, г. Ижевск, пер. Татарский 14, e-mail: ayratfar@yahoo.com