

Ощущение одиночества в рамках личных взаимоотношений

Вдовина Анна Николаевна

Студент (магистр)

Ульяновский государственный университет, Институт дополнительного образования,
Ульяновск, Россия

E-mail: krabik-93@mail.ru

На сегодняшний день проблема одиночества становится более актуальной, так как широко используется в обыденной жизни и научных исследованиях. Сложная социализация личности, ограниченные отношения с другими людьми, отсутствие конструктивного общения и развитие нежелательных качеств — это далеко не весь перечень негативных последствий одиночества в современном обществе. В то же время динамизм современного общества требует от человека гибкости и оперативности в построении собственной жизненной стратегии, адекватной потребностям общества и самореализации личности [2].

Анализ переживания в научных исследованиях, которое содействует самоактуализации личности мало: «успешные человеческие переживания, ведущие к развитию, самоактуализации и совершенствованию личности, в психологии анализируются крайне редко» [1, с. 372].

Важным условием развития личности является осознанная потребность человека в максимально полном раскрытии и реализации своих возможностей, а также способность самостоятельно выбрать свой путь и реализовывать свои цели.

В психологии одиночество — одно из самых сильных переживаний, не поддающихся объяснению. Все мы знаем, что такое одиночество и как его преодолеть, но не можем дать четкого определения. Одиночество может оказать сильное влияние на нашу жизнь и привести к неверным решениям и саморазрушительному поведению [3].

Было проведено много разговоров и исследований об опыте одиночества. По сей день изоляция проявляется в разных формах, и мы всегда с ней сталкиваемся. Идет от психологической изоляции, когда человек может чувствовать себя белой вороной, до физической изоляции. Последний может по своему выбору и воле вести жизнь нарцисса, в одиночной камере или вдали от цивилизации. Хочу отметить, что потребность в отдаленности и одиночестве встречается очень часто. Переходный период приводит к изменению психосоциальных и культурных структур деловых и межличностных взаимодействий, ценностей и социальной активности и эмоциональной безопасности личности [4].

Объект исследования: эмоционально-личностная сфера психики.

Предмет исследования выступает переживание одиночества в структуре отношений личности.

Цель исследования: рассмотреть переживание одиночества в структуре отношений личности.

Гипотеза исследований мы предположили, что существует взаимосвязь между переживанием одиночества и характеристиками отношений личности.

Практическая значимость исследования: полученные результаты могут быть употреблены педагогами различных вузов для улучшения учебного процесса и психологами для формирования профилактических программ работы со студентами.

Используемые методы:

- опросник для определения вида одиночества С.Г. Корчагиной;
- методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона;
- методика «Определение эмоциональности» В.В. Суворова;
- методика диагностики межличностных отношений Т. Лири.

В дальнейшем планируется рассмотреть одиночества как некой социальной ситуации, порождающей определенное эмоциональное состояния, рассматривание одиночества в первую очередь как психического или эмоционального состояния, одиночество рассматривается как механизм адаптации и регуляции.

Этапы организации и проведения эмпирического исследования, будут включать 3 этапа:

Первым этапом будет являться подготовительным, который включает: анализ, выбор исследовательского инструментария – методики, выборка – подбор участников, подготовка материала для проведения исследования – бланки.

Вторым этапом будет является само проведение исследования, который включает структурирование и проведение выбранных тестов.

Третий этап будет являться обобщающимся, тут мы будем проводить первичную обработку результатов тестов, составим необходимые таблицы, сюда же будет относиться вторичная обработка при помощи статистических критериев, после чего сделаем анализ и интерпретацию полученных результатов.

В качестве объекта будут выступать студенты Ульяновского государственного аграрного университета имени П.А. Столыпина.

Определим наличие связи между переживанием одиночества и установлением контактов с помощью эмоций у студентов при помощи Методики Д.Рассела, М.Фергюсона "Диагностика уровня субъективного ощущения одиночества"; Опросника для определения вида одиночества С.Г. Корчагиной проанализируем наличие субъективного ощущения одиночества, степень его выраженности и тип. При помощи Опросника Т. Лири «Диагностика межличностных отношений» (ДМО) адаптация Л.Н. СОБЧИК, методики В.В. Суворовой "Определение эмоциональности" определим одиночество как некое социальное состояние, порождающее определенное эмоциональное состояние.

Таким образом, основу эмпирического исследования взаимосвязи переживания одиночества и межличностных отношений должны составить современные методики диагностики указанных психических процессов и явлений.

По итогу работы должна быть подтверждена или опровергнута гипотеза о том, что существует взаимосвязь между переживанием одиночества и характеристиками отношений личности.

Выводы

Явление одиночества отражён при помощи разных подходов таких как: социологического, экзистенциального, феноменологического, когнитивного, гуманистического, психодинамического, интеракционистского, приватного подходов.

При большом числе подходов к определению одиночества почти все авторы приходят к выводу, что это переживание имеет чисто субъективный и индивидуальный характер, в любом случае одиночество описывается как тяжелое и глубокое чувство, в результате которого могут проявляться несвойственные человеку формы поведения.

И была разработана программа эмпирического исследования переживания одиночества в структуре отношений личности, которая будет включать в себя 3 этапа эмпирического исследования.

Источники и литература

- 1) 1. Василюк Ф.Е. Современные представления о переживании // Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. М.: АСТ: Астрель, 2009. С. 362–372.
- 2) 2. Гасанова П.Г., Омарова М.К. Психология одиночества. – Киев: ООО «Финансовая Рада Украины», 2017. – С.10.
- 3) 3. Даудова Д.М., Гасанова П.Г. Проблема одиночества в подростковом возрасте // Педагогическое образование и наука. – 2011. – № 8. – С.52.
- 4) 4. Корчагина С.Г. Генезис, виды и проявления одиночества: монография. М.: МПСИ, 2005. 196 с.
- 5) 5. Марцинковская Т.Д. Переживание как механизм социализации и формирования идентичности в современном меняющемся мире // Психологические исследования: электр. науч. журн. 2009. № 3(5).