

Заключение. Одиночество в пожилом возрасте является значимой проблемой, которая требует внимания. Существует множество социально-психологических технологий, применение которых даёт возможность людям улучшить качество жизни и нормализовать психологический настрой.

Для решения проблем, связанных с ощущением одиночества, был разработан и апробирован социально-психологический тренинг как эффективная технология в решении проблемы одиночества людей пожилого возраста, который показал свою результативность и выдвинутая гипотеза подтвердилась.

В результате проведенного исследования были выполнены все поставленные задачи, цель исследования была достигнута. Полученные данные согласуются с современными представлениями о проблеме одиночества пожилых людей и социально-психологическом тренинге как технологии решения проблемы одиночества в пожилом возрасте.

Список использованной литературы:

1. Вульф, Л.С. Одиночество пожилых людей / Л.С. Вульф // Социальное обеспечение. – 1998, – № 5. – С.24–28.
2. Милькаманович, В.К. Социальная геронтология / В.К. Милькаманович. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2010. – 328 с.

Брещенко Д.В. (Научный руководитель – Милашевич Е.П.,
старший преподаватель)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОДИНОЧЕСТВА В ЗРЕЛОСТИ

Введение. Проблема одиночества осмысливалась такими философами как М. Бубер, С. Кьеркегор, Э. Левинас, Ф. Ницше, К. Маркс, Ж.П. Сартр, А. Шопенгауэр, М. Хайдеггер, Н.А. Бердяев, И.О. Лосский. В последние годы активизировалось исследование одиночества и в психологии: С.Г. Корчагина, Е.Н. Заворотных, Л.И. Старовойтова, О.Ю. Порошенко, А.П. Глазков, С.В. Куртиян, Д.В. Гарбузов, В.И. Гладышев, Е.Н. Мухиярова, С.В. Бакалдин, которые изучали различные социологические и психологические аспекты одиночества.

Российский исследователь С.Г. Корчагина даёт определение одиночества: психическое состояние, выражающее переживание своей отдельности, субъективной невозможности или нежелания чувствовать адекватный отклик, принятие и признание себя другими людьми [1].

Ряд исследователей отмечает, что одиночество полностью определяется внутренними причинами и зачастую человек обречён на него, т. к. эти причины заложены в раннем детстве. Люди, социальные и эмоциональные потребности которых остались неудовлетворенными в первые три года жизни, переносят их на последующие периоды. Потом эти потребности всплывают во взрослых отношениях и препятствуют близости [2]. Основные причины чувства одиночества связаны с непониманием, отсутствием близких, доверительных отношений, ощущением пустоты и неудовлетворённостью своей деятельностью. В когнитивном подходе одиночество описывается как осознаваемое несоответствие между имеющимся и желаемым качеством общения. Представители этого направления Э. Пепло и Д. Перлман считают, что чувство одиночества зависит от самооценки и

фиксируется при признании человеком себя одиноким. Если при объективно малом количестве социальных контактов или их отсутствии человек не признаёт себя одиноким, то он и не переживает это чувство. Здесь мы видим явный акцент на субъективности одиночества [3]. Основные мотивы, влияющие на формирование чувства одиночества: ослабление семейных связей, неуверенность в будущем, чувство незащищённости, кризис семьи и другие кризисные состояния. Как отмечает Е.П. Милашевич, кризисное состояние возникает тогда, когда человек встречается с переживаниями, которые по силе и продолжительности превосходят его психологические регуляторные возможности. Человек в таком состоянии может испытывать расстройства в функционировании систем организма, повышенную тревожность, депрессивные тенденции, неудовлетворённость собой, страхи, проблемы в общении, чувство одиночества и непонимания, отрицательные эмоции [4]. Поскольку сам феномен одиночества остаётся сложным, многоплановым, противоречивым, то возникает необходимость его исследования и анализа.

Материал и методы. Представители экзистенциального направления оценивают способность личности находиться в одиночестве как важнейший фактор развития. Поэтому мы считаем важным изучать отношение к одиночеству на разных этапах взрослости и зрелости. В качестве объекта исследования выступали мужчины и женщины в возрасте 22–53 лет (46 человек). На первом этапе с целью определения степени переживания субъективного одиночества использовался опросник С.Г. Корчагиной. На втором этапе для анализа качественных характеристик субъективного одиночества использовалась методика незаконченных предложений «Мое одиночество».

Результаты и их обсуждение. Обработка данных по опроснику С.Г. Корчагиной показала, что 54 % респондентов из исследуемой группы переживают не глубокое одиночество, 46 % ощущают глубокое одиночество (т.е. испытывают травмирующие и фрустрирующие переживания). Большинство опрошенных мужчин (67 %) относятся к третьей группе – глубоко переживающих одиночество, а женщины (61,8 %) – ко второй группе, с неглубоким переживанием данного состояния. Среди людей семейных и не имеющих семьи различий в переживании субъективного одиночества выявлено не было.

Таким образом, в нашей выборке для мужчин чувство субъективного одиночества оказалось более интенсивно, две трети опрошенных переживают его глубоко.

По результатам анализа высказываний мужчин и женщин об одиночестве, его причинах и состояниях, можно отметить, что субъективное одиночество имеет два полюса – отрицательный и положительный. Так респонденты с глубоким переживанием одиночества отмечают, что оно имеет в их жизни позитивное значение: возможность отдыха, накопления энергии, возможность не рассеиваться, подумать, пережить свои впечатления. Отрицательным аспектом своего одиночества называют различные переживания, связанные с дискомфортом, отсутствием понимания, общения, интимных отношений. Описывая своё одиночество, рассматривают его как след пережитого разрыва отношений: «одиночество это когда потеряны близкие люди», «главная причина моего одиночества в том, что я не могу смириться с потерей», или как отсутствие или недостаток творчества, реализации.

Несмотря на то, что люди принимают и компенсируют своё одиночество, многие отмечают, что боятся его. В этом проявляется негативная смысловая нагрузка этого состояния. Большинство респондентов отмечает, что если бы они были менее одиноки, то жизнь изменилась бы в лучшую сторону.

Распространён мотив понимания одиночества как пассивности и непродуктивности. Об этом свидетельствуют слова, завершающие предложение «Одиночество – это когда...» – «нет хороших идей», «нечем заняться» или «занимаешься не своим делом». Также не однократно встречаются мотивы отсутствия поддержки: одиночество – это когда «некому тебя поддержать, подбодрить», «никто с тобой не общается, не поддерживает», «человек ощущает чувство собственного бессилия и не имеет поддержки со стороны близких», «никому не нужен».

Заключение. Одиночеством мужчины и женщины называют состояния, которые относятся к неудовлетворённости деятельностью, отсутствием близких отношений и неопределённым состоянием – «это когда болит душа», «потеряна гармония». Хотя практически все респонденты видят необходимость периодически пребывать в уединении, автономно от остальных, всё же негативная оценка этого феномена преобладает, что видно и в его отрицании, и в страхе перед одиночеством и в представлениях типа «меньше одиночества – жизнь лучше».

Список использованной литературы:

1. Корчагина, С.Г. Психология одиночества: учебное пособие / С.Г. Корчагина. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. – 228 с.
2. Берри К. Уайнхолд Бегство от близости. Избавление ваших отношений от контрзависимости – другой стороны созависимости / Берри К. Уайнхолд, Джений Б. Уайнхолд. – СПб.: ИГ «Весь», 2011. – 528 с.
3. Лабиринты одиночества: Пер. с англ. // Сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. – М.: Прогресс, 1989. – 624 с.
4. Милашевич, Е.П. Кризисные состояния женщины как результат воздействия травмирующих обстоятельств // Психология экстремальных ситуаций: проблемы теории и практики: материалы республиканской научно-практической конференции, Витебск, 17.05.2011. / Вит. гос. Ун-т, редкол.: А.П. Солодков и др. – Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2011 – С.45–48.

Вильчик А.А. (Научный руководитель – Богомаз С.Л.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ХАРАКТЕРА ПОДРОСТКА

Введение. Характер любого человека определяется и выражается в отдельных чертах поведения, выражения себя как личности. Важность исследования характера состоит в том, что характер – это не определенная система социальных норм и правил поведения, а совокупность его отдельно взятых психологических черт, которые себя различным образом проявляют. Наличие и развитие у ребенка школьного возраста определенных свойств (черт) характера свидетельствует о его психическом состоянии, готовности жить в обществе и воспринимать себя полноправным членом данного общества.

Определение важнейших черт личности, которые входят в структуру его характера актуально и важно для изучения психического состояния школьника в целом, для определения особенностей его характера. В настоящий момент выде-