

# ПРОБЛЕМА ОДИНОЧЕСТВА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

Д. О. Юркова

*Гомельский государственный технический университет  
имени П. О. Сухого, Беларусь*

Научный руководитель Н. В. Рожкова

Современный молодой человек, находясь в условиях научно-технического прогресса, развития новейших технологий, компьютеризированного общества, живя во времени, заставляющем безудержно трудиться и совершенствоваться во всем и оставляющем так мало времени на простые беседы с близкими людьми, сегодня более остро ощущает нехватку близких взаимоотношений и глубину своего одиночества, нежели это делали люди столетия назад.

Одиночество – это социально-психическое состояние личности, отражающее ее обездоленность из-за возникшего жизненного дискомфорта. Внешне проявляется в форме эмоциональной подавленности, грусти и тоски, а порой – мрачного угнетенного настроения. «Одиночество, – говорил еще Эпиктет (ок. 50–138), – это некое состояние лишенного помощи. Ведь если кто-то один, это не значит, что тем самым он одинок, так же как если кто-то в толпе, это не значит, что он не одинок» [1, с. 423].

Понятие одиночества связано с переживанием ситуаций, субъективно воспринимаемых как нежелательный, личностно неприемлемый для человека дефицит общения и положительных интимных отношений с окружающими людьми. Одиночество не всегда сопровождается социальной изолированностью индивида. Человек может постоянно находиться в окружении людей, контактировать с ними и вместе с тем чувствовать свою психологическую изоляцию от них. Можно сказать, что одиночество это не отсутствие близких для человека людей, а острая нехватка конкретных. На переживание состояния одиночества влияет расхождение между реальными отношениями и представлениями о том, какими они должны быть. И на такой разрыв люди реагируют по-разному. Одной из возможных реакций на данную ситуацию является беспомощность, сопровождающаяся усилением тревоги. Человек может испытывать чувство гнева и горечи, виня в своем одиночестве не себя, а других людей, тем самым стимулируя отношение вражды. Человек, убежденный в собственной

вине за свое одиночество, будет опечален и осудит сам себя. Данное состояние со временем может перерасти в хроническую депрессию. Если же человек будет убежден, что одиночество бросает ему вызов, то он будет активно бороться против него, предпримет усилия, направленные на то, чтобы избавиться от одиночества.

По словам Э. Фромма, состояние одиночества можно рассматривать как универсальное, устойчивое переживание, априори присущее свободной личности на всех этапах ее развития. Одиночество представляет собой необходимый компонент не только для осмысления жизни, но и для развития творческих сил, личностного роста, самостоятельности.

Впервые состояние одиночества остро ощущается в подростковом возрасте, в связи с актуализацией расширяющихся социальных потребностей, присущих подростковому возрасту, а именно потребностей в установлении значимых межличностных отношений, расширении дружеских связей, причастности, признании и знакомстве с различным социальным опытом, желании быть принятым различными социальными группами.

Одиночество в таком юном возрасте является результатом неправильной организации общения взрослыми и ведет к деформации развития личности, побуждая молодого человека искать группы, компенсирующие дефицит общения.

Существует обратная пропорциональность между одиночеством и возрастом человека. Юность и ранняя молодость считаются особенно трудными переходными периодами в жизни человека и обладают особо высокой степенью риска испытать одиночество в связи с переживанием кризиса взросления, недостатком социальных навыков, преобладанием индивидуализации, персонализации над адаптацией, состоянием скуки, тоски, поисков себя [2, с. 40].

Ощущение одиночества у молодых людей часто сопровождается чувством собственной никчемности, ненужности, некомпетентности, застенчивостью, неуверенностью в себе, низким уровнем самоуважения, склонностью к уходу от действительности в мир мечты, повышенной конфликтностью.

Жизненные перемены, связанные с отъездом из дома в университет, заставляют часто и подолгу испытывать чувство одиночества. Многие молодые люди, начав обучение в университете, впервые живут отдельно от родителей. Они лишились не только эмоциональной поддержки своих семей, но и ощущения надежности, которое вселяют привычные заведенные в семье порядки. Расстаться со знакомым миром родного города – значит многое начать заново. Невозможно перенести свою популярность и вес в обществе из средней школы в университетскую среду [3, с. 384]. Перед студентом встают задачи вступить в совершенно новые социальные связи, но это получается не у всех.

С чувством безысходного одиночества у студентов связываются случаи самоубийства в университетских городах и проблемы асоциального поведения (алкоголизм, наркомания, преступность), вступление в религиозные секты.

Большинство подростков, думающих о суициде, на самом деле не хотят умирать. Самоубийство рассматривается ими как способ завоевать, например, внимание, любовь или освободиться от проблем, чувства страха, отчаяния [4, с. 62].

По данным Всемирной организации здравоохранения за последнее десятилетие число молодых людей, совершающих самоубийство, выросло в три раза. Республика Беларусь относится к числу стран с высоким уровнем самоубийств (свыше 20 человек на 100 тыс. населения). Среди основных причин, толкающих молодого человека на самоубийство, твердую позицию занимает и одиночество. Каждый двенадцатый человек в возрасте от 15 до 19 лет совершает попытку самоубийства.

Таким образом одиночество имеет негативную сторону, но есть и позитивная сторона. Позитивный потенциал одиночества реализуется в функциях самопознания, становления саморегуляции, творчества и самосовершенствования, стабилизации психофизического состояния, защиты «я» человека от деструктивных внешних воздействий. Благодаря одиночеству молодой человек учится быть независимым от постоянного социального подкрепления. В то же время одиночество затрудняет общение, препятствует установлению интимно-личностных отношений, приводит к ощущению психического надрыва, душевного нездоровья.

#### Л и т е р а т у р а

1. Гуревич, П. С. Психологический словарь / П. С. Гуревич. – М., 2007. – С. 800.
2. Рогова, Е. Е. Переживание одиночества подростками с разной социальной направленностью / Е. Е. Рогова // *Вопр. психологии.* – 2007. – № 5. – С. 39–46.
3. Кутрона, К. И. Поступление в колледж: одиночество и процесс социальной адаптации / К. И. Кутрона // *Лабиринты одиночества* : пер. с англ. ; сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. – М., 1989. – С. 384–410.
4. Матвейчик, Т. В. Профилактика суицидального поведения подростков / Т. В. Матвейчик, В. И. Иванова // *Весн. адукацыі.* – 2011. – № 2. – С. 59–64.