

ФЕНОМЕН САМОТНОСТІ ТА ЙОГО ВИЗНАЧЕННЯ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Дана робота присвячена дослідженню суб'єктивного відчуття самотності у двох різних проявах. Розглядається суб'єктивне відчуття самотності у різних теоріях.

Ключові слова: суб'єктивне відчуття самотності, особистість, розвиток.

Данная работа посвящена исследованию субъективного ощущения одиночества в двух разных его проявлениях. Рассматривается субъективное ощущение одиночества в разных теориях.

Ключевые слова: субъективное ощущение одиночества, личность, развитие.

The goal of this work is to define the existence of different ways loneliness (subjective sensation of loneliness) experience. Loneliness has been analyzed from different theories.

Key words: subjective sensation of solitude, personality, development.

Актуальність дослідження.

Самотність є об'єктом багатьох досліджень в філософії, соціології та психології. Протягом багатьох років психологи, соціологи, філософи висловлювали свої судження про самотність. Кількість теорій самотності стрімко зростає, що пов'язано із актуальністю дослідження переживання самотності в сучасному суспільстві. Незважаючи на слабо розвинений емпіричний і теоретичний фундамент у дослідженні самотності [1], і на суперечливість у його визначеннях, дане явище залишається актуальним для наукового інтересу, що пов'язано зі стрімкою урбанізацією та індивідуалізацією суспільства. Дані процеси в сучасному суспільстві впливають як на частоту прояву даного переживання, так і на інтенсивність його переживання індивідом. Переживання самотності може стати ситуацією, що сприяє розвитку особистості [2], що стимулює прояв рефлексії із приводу власного життя й перспектив свого розвитку [3], росту суб'єктності, відповідальності за власні вчинки [4]. Так переживання самотності може бути результатом процесів обособлення [5], в свою чергу усвідомлення автономності власної особистості, також може викликати відчуття самотності. Все вказане призводить до росту суб'єктності і усвідомлення відповідальності за власні вчинки. Переживання самотності може виступати, як фактор розвитку особистісного потенціалу. Але самотність може переживатися й усвідомлюватися як непродуктивний негативний емоційний стан [6], що може привести особистість у глухий кут (суїцид) [7].

Постановка проблеми. Ядром проблеми дослідження явища суб'єктивного

відчуття самотності є принципова різниця двох понять: відчуття самотності в умовах фізичної або соціальної ізоляції особистості та явища суб'єктивного відчуття самотності, що на відміну від першого не визначається кількістю та глибиною соціальних зв'язків та актуальним рівнем задоволеністю потреби в них. Дані поняття, тобто фізична самотність та суб'єктивне відчуття самотності, є тісно пов'язаними, але не тотожними. Проте межа між даними явищами є складною для визначення як в теоретичних конструктах, так і в практичній діяльності. Результатом цієї складності є суперечності, з якими стикається науковець в дослідженні самотності. Варто також зазначити, що в багатьох дослідженнях автори не зазначають даної відмінності вказаних явищ, що ще більш ускладнює становище в даній тематиці. Таке ускладнення пов'язане перш за все з наслідками, які відображаються в практичній діяльності – адже, фізична самотність (або актуальний рівень задоволеності потреби в спілкуванні) і суб'єктивне відчуття самотності потребують різних тактик і технік роботи з особистістю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженню самотності присвячено велику кількість праць філософів, соціологів, психологів. До класичних робіт, що складають методологічну основу більшості сучасних досліджень переживання самотності можна віднести роботи О.Браунсона, М.Бубер, Р.Емерсона, І.С. Кон, Д. Роджерс, Р. Мея, Е.Фромма, І.Ялома, А.У. Хараш, Г.Торо, А.Олкотта, М.Фуллера, Дж.Ріплі та ін. Серед останніх досліджень та публікацій присвячених темі самотності присутні, як публікації вітчизняних науковців, так і

зарубіжних авторів. Серед вітчизняних дослідників тема самотності представлена в роботах Л.А. Варава, О.В. Данчевої, В.Г. Лашук, І.Ю. Наталушко, Ю.М. Швалба, О.О. Шевченко.

Л.А. Варава досліджує самотність в контексті соціальної депривації особистості. В рамках дисертаційного дослідження автор аналізує базові причини виникнення переживання почуття самотності у людини. Л.А. Варава приходить до висновку, що соціальна депривація та стигматизація особистості сприяють виникненню наступних проявів: руйнування надій на реалізацію власних можливостей, зниження мотивації на успіх та досягнення цілей, втрата життєвих перспектив. Все це стає основою для виникнення стійкого емоційного негативного переживання безглузності свого існування і як наслідок переживання самотності[6].

В роботах Ю.М. Швалба і О.В. Данчевої досліджується самотність як культурно-історичний феномен. Автори досліджуючи особливості різних видів самотності виокремлюють три основні культурно-історичні форми самотності. До першої культурно-історичної форми самотності Ю.М. Швалб і О.В. Данчева відносять виховання (випробовування) самотністю, яке мало відповідні обряди та ритуали і існувало практично у всіх племен та народів. Друга форма самотності це покарання самотністю, яке виражалося у соціальному вигнанні з групи чи родини, що прирікало індивіда на соціальну або фізичну смерть. Третя культурно-історична форма самотності це добровільне усамітнення окремих індивідів, яке проіснувало багато тисячоріч.

Серед дослідників країн СНД до теми самотності звертались наприкінці ХХ ст. у вітчизняній психології в окремих наукових працях, публікаціях присвячених вивченню самотності як соціально-психологічного феномена (С.Л. Вербицкая, Н.П. Романова, В.С. Дробышевский, С.Г. Трубникова (Корчагіна), і ін.), розгляду культурно-історичних форм самотності (С.А. Ветров, Ю.М. Швалб, О.В. Данчева і ін.), психологічних особливостей самотності в підлітковому і юнацькому віці (І.С. Кон, О.Б. Долгінова, Е.Е. Рогова, А.Р. Кірпіков, В. Кисельова, С.В. Малишева, Е.В. Неумоева, Н.В. Перешейна, З.Н. Сафіна, И.М. Слободчиков, Г.Р. Шагивалєєва й ін.).

Виклад основного матеріалу.

Теоретичний аналіз проблеми визначення суб'єктивного переживання самотності дозволяє узагальнити їх у вигляді наведеної нижче моделі.

Слободчиков І.М. виділяє чотири періоди у вивченні феномена самотності.

Перший – з моменту, умовно говорячи, існування людини до перших публікацій статей європейських філософів екзистенціального напрямку. Цей період відрізняється уривчастими поданнями про самотність в основному на рівні міркувань і уривчастих же згадувань у теологічній і художній літературі. Виключення із правила на цьому тлі представляє монументальну працю німецького автора Й. Циммерманна 1785/1786 року видання - чотиритомний опис «Über die Einsamkeit».

Другий період бере точку відліку від початку ХІХ сторіччя до початку (орієнтовно десяти-двадцяти роки) ХХ століття. Він може бути названий періодом формування філософських основ вивчення феномена самотності. У цей період тема самотності здобуває сталий характер у художній літературі (Э. Золя, Ф. Достоевський і ін.).

У західній філософії на ранніх етапах осмислення феномена самотності позначилися два різновиди його трактування. Одна з них – "лінія Торо" – сформувалася в ХІХ столітті в американському трансценденталізмі. Інша сходиться до С.Кіркегора, одержує обґрунтування в Е.Гуссерля й переходить у європейський екзистенціалізм.

Трансценденталісти – учасники філософської й літературної течії в США 50-х років ХІХ століття, що формувалося навколо бостонського "Трансцендентального клубу" і журналу "The dial" (Р.Емерсон, Г.Торо, А.Олкотт, М.Фуллер, Дж.Ріплі, О.Браунсон і ін.). Трансценденталісти розвивали романтичне вчення про людину як осередок космічних сил, що пронизують природу й зв'язують індивідуальне "я" із всесвітньою "над-душею" (over-soul).

Трансценденталісти першими в історії західної думки стали проводити розрізнення між самотністю й усамітненням. Помітний внесок у розробку цієї теми вніс філософ, письменник і натураліст Генрі Девід Торо (Thoreau, 1817-1862).

Третій – період активного інтересу до феномена самотності з боку психологів і представників соціальних наук – доводиться

на кінець 30-х – середину 80-х років минулого століття. Він може, знов-таки з відомою часткою умовності, називатися періодом фундаментальних досліджень в області психології самотності. У цей період відбувається закладка концептуальних підстав феноменологічного дослідження. На цей же період припадає велика кількість здобутків художньої літератури, центральною темою яких є самотність людини (А. Камю, Г. Гессе, Э. М. Ремарк, Г. Г. Маркес і ін.).

В працях наведених авторів є нечіткість термінів: слово "самотність" вживається в різних змістах: то як усамітнення людини із природою, то як переживання індивідом своєї сторонності юрбі. Ця нечіткість пояснюється романтичним духом трансценденталістів, прагненням не стільки до конкретного, "академічного" аналізу понять, скільки до інтуїтивного їхнього трактування. Проте понятійне розходження між самотністю, усамітненням, ізоляцією трансценденталісти вже намітили, хоча й не виразили в чіткій термінології.

У трансценденталістів є певна подібність із представниками екзистенціальної філософії в оцінці усамітнення: і ті, і інші вважають його добродійним для людської особистості. Розбіжність між ними в трактуванні самотності заснована на різному баченні світу й місця людини в ньому: трансценденталісти, на відміну від екзистенціалістів, сприймають світ як гармонічне ціле, відчувають себе в ньому "як вдома". Тому трансценденталісти далекі від думки про "споконвічну самотність" людини; на думку Г.Торо, "ми ніколи не буваємо самотні". Екзистенціальна філософія, навпроти, пронизана настроєм людської "бездомності".

Для екзистенціальної філософії (у різних її варіантах) характерне прагнення показати, що почуття самотності не є результатом чисто зовнішніх і випадкових обставин життя людини, але базується в самому її бутті, у способі існування "я". У цьому змісті буття особистості споконвічно є самотнім, відособленим, навіть якщо сама себе людина самотньою не відчуває.

На відміну від двох попередніх, третій період має чітку початкову координату - 1938 рік - публікація результатів дослідження Зілбурга і його колег у рамках психодинамічної парадигми.

Четвертий період, що бере свій початок у другій половині 80-х років ХХ століття й триває по теперішній час, можна назвати періодом приватних теорій і прикладних розробок. З позицій сьогодення більшість вчених, що висвітлюють проблему самотності, сходяться на тому, що самотність пов'язана з переживанням людиною її відірваності від соціального оточення, історії, родини, природи, культури.

З початку 90-х рр. дослідження авторів в області психології переживання самотності поступово приймають характер системи, відбувається їхнє поглиблення, актуалізація окремих аспектів досліджуваного феномена. У період з 1990 по теперішній час захищено більше десяти дисертаційних робіт у контексті досліджуваної проблематики, у тому числі дві докторські дисертації.

Дослідження С.В. Куртіян і Л.І. Старовойтової присвячені аналізу самотності як соціального явища, остання дисертація доповнюється також детальним аналізом існуючих у контексті соціальної історії й філософії теорій, підходів і поглядів на проблему, що важливо з погляду розробки онтологічних основ феноменологічного дослідження[1].

Дисертація Ю.М. Черепухіна дотепер залишається єдиним дослідженням, основою якого є проблемний аналіз.

О.Б. Долгінова зробила спробу вікового порівняльного аналізу понять. Спираючись на існуючу теоретичну базу й наводячи дані розгорнутого емпіричного дослідження, вона зупиняється на звичному, традиційному, досить обмеженому розумінні самотності як змістовного переживання в рамках формальних ситуацій.

Окремо необхідно зупинитися на дисертаційній роботі, виконаній Н.Е. Покровським. Дана робота є єдиним фундаментальним дослідженням в області комплексного аналізу закордонних теорій і підходів до поняття самотності[1].

С.Г. Трубнікова у своїх дослідженнях трактує самотність як «... психічне явище, що може бути класифіковане як суб'єктивний психічний стан ...», вводить нову видову класифікацію, виділяючи ще відчужуючу й самовідчужуючу самотність, а також усамітнення. Сама постановка питання вказує на принципово відмінну від загальноприйнятих точок зору. Відповідно до автора, «... перший вид стану самотності пов'язаний з переважною дією механізмів

обособлення (відокремлення) в психологічній структурі особистості, крайньою формою яких виступає відчуження...», що самовідчує самотність, другий вид стану «...обумовлений переважно дією механізмів ідентифікації в психологічній структурі особистості. У результаті цього людина, звикаючи ототожнюватися з іншими людьми, групою, поступово втрачає своє «Я», що стає далеким, незрозумілим». І далі: «тому що домінування однієї тенденції не означає повне блокування іншої, то механізми обособлення (відокремлення) також проявляють себе, але діапазон їхньої дії вкрай вузький і визначається границями власного «Я»...». І.М. Слободчиков вказує, що дослідження С.Г. Трубнікової проводилося в рамках практики психологічного консультування, що певною мірою пояснює його специфіку і обмеженість перенесення результатів на вибірку більше широкого соціального діапазону. Взаємозв'язок механізмів обособлення ідентифікації та переживання самотності представлено в дослідженнях інших авторів. В даному дослідженні автор базується виключно на теоретико-емпіричних основах і також, як результат дослідження отримує два види переживання самотності. Хоча результати обох досліджень відрізняються, проте в обох наведених дослідженнях виявлені два види переживання самотності.

Визначення самотності, як вже вказувалося вище є проблемою в сучасних дослідженнях самотності. Дана проблема містить декілька аспектів, так самотність може розглядатися і визначатися в різних категоріях психології (відчуття, стан, процес, відношення), самотність може визначатися як продуктивне, так і як негативне явище для розвитку особистості.

В дисертаційних роботах присвячених дослідженню переживання самотності визначається з позицій різних категорій: відчуття, стан, процес, відношення. Голуб О.В. в дисертаційній роботі зазначає, що самотність не можна зводити тільки до його афективним складовим і визначати як почуття або психічний стан, що відрізняється від всіх інших почуттів і станів. Самотність є переживанням і може викликати як різні почуття (наприклад, ворожість, ревності, задоволеність і ін.) і емоції (наприклад, нудьга, відраза, подив, інтерес і ін.), так і різні психічні стани

(наприклад, бадьорість, втому, апатію, ейфорію та інші). Голуб О.В. розглядає самотність як переживання, а переживання як самостійне психічне явище. Таким чином, самотність за Голуб О.В. - це те, що переживається, зміст переживання, а останнє - форма психічної діяльності.

Серед робіт в яких суб'єктивне відчуття самотності розглядається, як негативне явище [6, 7].

Серед робіт в яких суб'єктивне відчуття самотності розглядається, як позитивне явище [2, 3].

Необхідно зазначити, що в деяких концепціях розглядається види самотності. С.Г. Трубнікова виділяє два види самотності і окремо усамітнення. Автор визначає два види самотності в залежності від домінування в особистості тенденції до обособлення або до ідентифікації. Відповідно, якщо домінує обособлення, то самотність відчужуюча, якщо тенденція до ідентифікації – самовідчужуюча.

Є.М. Заворотних у своєму дисертаційному дослідженні виділяє види самотності. Існують три рівні самотності як суб'єктивного переживання, що представляють собою кількісне його вираження. Якісний опис, докладна характеристика кожного рівня відповідно до його психологічного змісту, дозволили виділити три основних види самотності як суб'єктивного переживання: «самотність, що заперечується» (низький рівень), «комфортна самотність» (середній рівень) і «деструктивна самотність» (високий рівень). Базовими критеріями для їхнього виділення послугували: суб'єктивна оцінка чинності прояву самотності, ступінь визнання самотності особистістю (рівень і характер психологічного захисту) і емоційне спрямування самотності. Оптимальним видом самотності для людини є «комфортна самотність». Необхідно зазначити, що дане дисертаційне дослідження відрізняється визначенням самотності, як такого переживання, що може бути присутнім у всіх і завжди. Відсутність самотності констатується тому, що людина не помічає слабких проявів відчуття самотності, а помічає лише сильні прояви переживання самотності, тоді коли вони стають деструктивними.

Проаналізувавши наукові праці в області психології самотності, необхідно констатувати наступне: абсолютна більшість дослідників як теоретико-методологічну

основу обирають сукупність наявних теорій, гіпотез і підходів західних шкіл, немає розбіжностей також і в соціально-філософських кардинальних парадигмах, ними є різновиди теорій екзистенціальної філософії. Більшість дослідників дотримуються також і загальноприйнятої системи поглядів на самотність, розглядаючи її не стільки як феномен, скільки як похідний (стосовно соціальних процесів), тимчасовий й переважно негативний стан. Власне, відмінне від відомих трактування поняття є лише в роботах Г.М. Тихонова, С.Г. Трубнікової. Однак визначення, що даються ними, носять не конкретний (Г.М. Тихонов), а прикладний (С.М. Трубнікова) характер. Вікові аспекти переживання висвітлюються в роботах О.Б. Долгінової, М.В. Єрмолаєвої, інший підхід представлений у роботі Ю.М. Черепухіна. Розгляд проблем самотності в контексті культури присутній в роботах Ф.Г. Майленової [3], Л.Ф. Новицької (2000), Л. А. Колесникової, В. Молчанова, Т. В. Власової, В. І. Пузько.

Також залишається невирішеним питанням про значення переживання самотності, його можливі наслідки, що пов'язано з діаметрально протилежними визначеннями в двох групах концепцій, що проілюстровано вище. Дана методологічна проблема породжує велику кількість запитань про сферу застосувань і про безпечність застосувань методик розроблених на основі теорій, що мають протилежні результати досліджень самотності. Дана проблема потребує вирішення оскільки, не ставилася, як така у наукових дослідженнях і неодноразово було вказано вище, які складнощі вона викликає з методологічної і практичної точки зору, що ще раз підкреслює актуальність та важливість дослідження природи переживання самотності.

Необхідно зазначити, що незважаючи на велику кількість досліджень і концепцій серед вчених, що займалися дослідженням переживання самотності, визначення переживання самотності мають численні відмінності. Узагальнюючи існуючі визначення переживання самотності можна розділити концепції на дві групи. Перша група розглядає відчуття самотності, як результат негативних процесів психіки таких, як депресія, невміння спілкуватися, брак соціальних зв'язків [6], невідповідність бажаного реальному тощо. Дане

переживання відповідно призводить до посилення проблем, що його викликають або до утворення якісно нових проте негативних наслідків дезадаптація, соціопатія, соціальна ізоляція, агресія тощо. Друга група концепцій розглядає переживання самотності як результат і необхідний етап розвитку особистості і серед причин, що призводять до даного переживання вказуються самопізнання, екзистенціальний пошук, обособлення, самоусвідомлення тощо результатом чого має стати якісно новий етап розвитку особистості: ріст суб'єктності, усвідомлення своєї відповідальності, ріст рефлексії тощо [3]. До першої групи також належать концепції Г.Зілбурга, К.Роджерса, Є. Пепло, М.Міцелі, Б.Морош, К.Голдберг, Дж. Коен та інші. До другої групи належать представники в основному екзистенціального напрямку. Серед них: К.Мустакас, П. Хартоколіс, Р.Мей, І.Ялом, а також думку про позитивне значення відчуття самотності підтримує І.Кон.

Поняття самотності, як видно з попереднього викладу, наділено у різних авторів близьким, але не однаковим змістом. Очевидно, сам феномен самотності багатомірний. Резюмуючи сказане вище, А.Б. Демідов виділяє наступні аспекти даного явища: самотність-"бездомність", самотність-незлитність, самотність-відповідальність, самотність-усамітнення.

Самотність-"бездомність" – це невизначеність ролі й змісту людського перебування у світі; неприкаяність людини в нескінченності; відсутність наперед встановленої гармонії людини зі світом (Паскаль, Кіркегор, Ніцше, Бубер, екзистенціалісти);

Самотність-незлитність – це споконвічна відособленість існування "я" від інших існувань (феноменологія, екзистенціалізм);

Самотність-відповідальність – це "приреченість" кожної людини на самостійний вибір способу дії, неможливість перекласти відповідальність за свій вибір на іншого (Сартр і інші екзистенціалісти);

Самотність-усамітнення – це добровільне уникнення контактів з іншими людьми, що переслідують ціль зосередитися на якійсь справі, предметі, самому собі (Торо й ін.).

XX століття породило проблему самотності. Додатково до всіх фізичних характеристик, а часто і на противагу ним,

самотність набуває суто психологічного забарвлення. Вона стає, перш за все, особистісною. У ХХ столітті іншим чином розглядається вплив суспільства на індивіда, і велике значення надається тому, як сама людина визначає своє положення в суспільстві залежно від свого внутрішнього світу. Всі ці роботи сходяться в тому, що самотність пов'язана, перш за все, з переживанням людини її відірваності від людей, сім'ї, історичної реальності. В той же час багато дослідників визнають, що фізична ізоляваність не завжди ототожнюється з самотністю.

Висновки. Визначення поняття переживання самотності в сучасній психологічній науці потребує конкретизації і систематизації. Так термін самотність використовуються для вивчення фізичної ізоляції, соціальної ізоляції та власне переживання самотності. Не зважаючи, що така різноманітність використання поняття самотності не висвітлена, як методологічна проблема, розширення явищ до яких застосовується поняття самотність зростають, що в свою чергу формує і розширює напрями дослідження даної теми самотності. Якщо розширення сфер дослідження самотності є безумовно позитивним для розвитку прикладного та практичного аспекту даної теми, то для теоретичної площини такий стрімкий ріст визначень самотності потребує відповідних теоретичних досліджень. Як зазначено вище поняттю самотності надаються визначення, що виражено відрізняються за

використанням даного поняття в контексті різних категорій (відчуття, стан, процес, відношення). В даному теоретичному дослідженні також було виявлено відмінність у визначенні самотності за критерієм значення даного переживання для особистості. Так одна група концепцій визначає самотність як негативне явище, що призводить до деструктивних наслідків для особистості. Інша група концепцій визначає самотність як позитивне явище, що є необхідним для розвитку особистості. Як проаналізовано вище, як і в першій так і в другій групі концепцій наявна велика кількість емпіричних досліджень, базуються відповідно на першому і другому визначенні самотності. Така різноманітність використання поняття самотність складає методологічну проблему у дослідженні даного явища, практичній та прикладній роботі з ним. Дана методологічна неузгодженість потребує вирішення і чіткого визначення поняття самотності, в залежності від течій і напрямків психології в контексті яких воно досліджується. Як висвітлено вище, в психології самотності накопичений великий об'єм фактажу, який дозволяє і потребує узагальнення даного поняття.

Так, виявлену в даному дослідженні неоднорідність та багатомірність визначення явища суб'єктивного відчуття самотності необхідно враховувати, як у практичній діяльності психолога, так і в дослідженнях даного явища загалом.

Література

1. Лабиринты одиночества: Пер. с англ./ Сост., под общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. - М.: Прогресс, 1989. С.289
2. Неумоева Е.В. Одиночество как психологический феномен и ресурс развития личности в юношеском возрасте: автореф. дис. канд. псих. наук. Тюмень, 2005. - 27с.
3. Артамонова А.А. Переживание одиночества как фактор развития личностного потенциала студентов-первокурсников. Автореф. дисс. канд. психол. наук. М., 2008
4. Хараш А.У. Психология одиночества // Педология/новый век. № 4, 2000 г
5. Айвазян Л.Ю. Взаємозв'язок суб'єктивного відчуття самотності і розвитку особистості // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України / За ред. С.Д.Максименка, Л.А.Онуфрієвої. – Вип. 13. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2011. – С.12-21.
6. Варава Л.А. Особливості переживання особистісно почуття самотності у стані соціальної депривації. Автореф. дисс. канд. психол. наук, К., 2009
7. Амбрумова А.Г. Личность. Психология одиночества и суицид // Актуальные вопросы суицидологии. - М., 1988