

УДК 159.9

Психологическое будущее студентов с разным типом переживания одиночества¹

Гурова О.С.

Алтайский государственный университет

o-gurova@bk.ru

Аннотация

В статье рассматриваются результаты проведенного эмпирического исследования, направленного на выделение особенностей психологического будущего у студентов, переживающих одиночество. Описываются достоверные различия в отношении к собственному будущему, специфика факторной структуры психологического будущего студентов со следующими типами переживания одиночества: «одиночество как ресурс», «экзистенциальный кризис», «избегание одиночества», «страдание от одиночества».

Актуальность изучения психологического времени связана с необходимостью объяснения ряда социально-психологических факторов, оказывающих ощутимое влияние на осуществление жизни личностью, таких как субъективная картина жизненного пути, жизненная перспектива, образ, стиль, стратегия жизни, а также возможность более полного понимания особенностей процессов, происходящих с личностью в её самоощущении, самосознании, самопринятии. По мнению ряда исследователей (К. Левин, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, Е.И. Головаха, А.А. Кроник, В.С. Мухина и др.), время, как психологический конструкт, является связующим звеном между всеми структурами реальности, пронизывает все сферы жизнедеятельности человека.

Многие современные исследования психологического будущего как квинтэссенции прошлого опыта, актуальных событий и жизненных ожиданий доказали его ведущую роль в управлении личностью временем собственной жизни, показали, что опорой планирования будущего служат жизненные цели, поставленные адекватно ее способностям, возможностям, системе знаний и опыта, а также, способы их реализации в актуальном социальном контексте. Спланированная будущая перспектива помогает субъекту направлять усилия в нужное русло, целенаправленно формировать личные достижения, ощущать осмысленность собственных действий и планомерность прохождения жизненных этапов, оценивать значимость принимаемых решений, структурировать время собственной жизни [1, 2, 3]. Особое значение планирование собственного психологического будущего приобретает в юношеском возрасте, который является сензитивным периодом в формировании адекватных, удаленных, позитивно окрашенных жизненных перспектив.

После окончания школы изменяется объективное социальное положение юношей и девушек, структура их социальных и межличностных связей. Перед многими студентами встает задача вступления в новые социальные связи. Неудивительно поэтому, что серьезной проблемой личности именно на этапе обучения в вузе становится переживание одиночества. Юноши и девушки нуждаются в общении с близкими взрослыми, в обращении к их жизненному опыту в решении проблемы самоопределения, но эффективное взаимодействие возможно только в условиях сотрудничества на основе взаимопонимания. В связи с обозначенными возрастными особенностями меняется переживание психологического времени в целом, психологического будущего в частности, что в свою очередь может оказывать влияние на переживание одиночества [4].

Таким образом, в связи с актуальностью рассматриваемой проблематики, нами было проведено эмпирическое исследование, направленное на изучение особенностей психологического будущего студентов с разным типом переживания одиночества.

¹ Исследование выполнено при поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, проект 17-36-00023 «Жизненные перспективы человека в изменяющемся мире».

Исследование проводилось с использованием методики «Шкалы временных установок» Ж. Нюттена, дифференциального опросника переживания одиночества Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева.

Обработка результатов исследования проводилась при помощи однофакторного дисперсионного анализа, факторного анализа с использованием компьютерной программы spss 21.00.

В исследовании приняли участие студенты Алтайского государственного университета, Алтайского государственного технического университета, Алтайского государственного медицинского университета, Российской академии народного хозяйства и государственной службы при президенте Российской Федерации, Алтайского архитектурно-строительного колледжа, Барнаульского юридического института МВД России. Всего 115 человек, из которых 65 девушек и 50 юношей в возрасте от 18 до 23 лет.

Все респонденты с помощью дифференциального опросника переживания одиночества Е.Н.Осина и Д.А.Леонтьева [5] были разделены на четыре подгруппы, в зависимости от типа переживания одиночества:

1. Тип, условно названный «одиночество как ресурс», характеризуется высокими показателями позитивного одиночества при низких показателях зависимости от общения и переживания одиночества (40 человек).

2. Тип, условно названный «экзистенциальный кризис» демонстрирует высокие показатели переживания одиночества в сочетании с принятием собственного одиночества (7 человек).

3. Тип, условно названный «избегание одиночества», обнаруживает неприятие одиночества в сочетании с низкими показателями актуального переживания одиночества. Данный тип характеризуется успешным избеганием одиночества путем погружения в социальные контакты или отношения с другими людьми (54 человека).

4. Тип, условно названный «страдание от одиночества», демонстрирует высокий уровень переживания одиночества в сочетании с неприятием одиночества. Это наиболее психологически трудная ситуация, свидетельствующая об актуальном страдании личности (14 человек).

С помощью дисперсионного анализа были определены достоверные различия в переживании будущего у четырех групп респондентов (таблица 1).

Таблица 1 – Различия в переживании будущего у четырех групп респондентов

Названия шкал	Средние баллы по группам респондентов				Досто- верность различий (p)
	одиночество как ресурс	экзистенциальный кризис	избегание одиночества	страдание от одиночест ва	
Скучное/интересное	6,45	6,28	6,37	5,50	0,011
Неважное/важное	6,40	5,43	6,55	5,93	0,014
Ужасное/прекрасное	6,02	6,14	6,24	5,21	0,04
Пустое/полное	6,07	6,00	6,33	4,50	<0,0001
Угрожающее/привлекательное	6,22	6,00	6,28	4,92	0,005
Безнадежное/полное надежд	6,45	5,42	6,31	5,50	0,023
Скучное/интересное	6,45	6,28	6,37	5,50	0,011

Негативное переживание собственного будущего более характерно для группы респондентов, переживающих страдание от собственного одиночества. В целом у таких респондентов снижается уровень жизненной удовлетворенности, поскольку, по их мнению, впереди ждет только ужасное, скучное, безнадежное будущее, что в свою очередь усугубляет отрицательное отношение к одиночеству.

С помощью факторного анализа была выделена структура психологического будущего в каждой группе респондентов (таблица 2).

Таблица 2 – Факторная структура психологического будущего четырех групп респондентов

одиночество как ресурс (60% объясненной дисперсии)	экзистенциальный кризис (92% объясненной дисперсии)	избегание одиночества (66% объясненной дисперсии)	страдание от одиночества (85% объясненной дисперсии)
F1 (23,95%): прекрасное (a=0,856), светлое (a=0,844), привлекательное(a=0,814), интересное (a=0,770), полное (a=0,625), теплое (a=0,611), приятное (a=0,498).	F1 (43,25%): прекрасное (a=0,965), приятное (a=0,953), привлекательное(a=0,953), завершенное (a=0,936), интересное (a=0,898), светлое (a=0,896), полное (a=0,856), постоянно меняющееся (a=0,837), активные действия (a=0,837), теплое (a=0,657).	F1 (33,84%): привлекательное (a=0,914), приятное (a=0,891), теплое (a=0,873), светлое (a=0,830), прекрасное (a=0,784), полное (a=0,778), полное надежд (a=0,714), завершенное (a=0,588), интересное (a=0, 538).	F1 (53,99%): завершенное (a=0,952), теплое (a=0,942), светлое (a=0,926), прекрасное (a=0,920), полное надежд (a=0,909), долгое (a=0,888), привлекательное (a=0,886), приятное (a=0,826), важное (a=0,760), открытое (a=0,747), легкое (a=0,720), интересное (a=0,677), полное (a=0,671), постоянно меняющееся (a=0,655), знакомое (a=0,541), мое личное (a=0,582).
F2 (18,39%): постоянно меняющееся (a=0,798), активные действия (a=0,734), полное надежд (a=0,722), важное (a=0,643), мое личное (a=0,624), стремительное (a=0,621), открытое (a=0,585).	F2 (26,69%): личное (a=0,937), долгое (a=0,937), легкое (a=0,932), близкое (a=0,914), стремительное (a=0,837), открытое (a=0,601).	F2 (20,03%): постоянно меняющееся (a=0,729), легкое (a=0,727), открытое (a=0,719), знакомое (a=0,712), близкое (a=0,615), стремительное (a=0,514).	F2 (18,24%): важное (a=0,494), открытое (a=0,507), интересное (a=0,591), близкое (a=0,864), активные действия (a=0,820), знакомое (a=0,679).
F3 (17,65%): знакомое (a=0,779), легкое (a=0,756), завершенное (a=0,12), близкое (a=0,671), долгое (a=0,574).	F3 (22,12%): важное (a=0,960), полное надежд (a=0,960), знакомое (a=0,644), открытое (a=0,642).	F3 (12,41%): важное (a=0,861), долгое (a=0,739), активные действия (a=0,694).	F3 (12,86%): легкое (a=0,579), постоянно меняющееся (a=0,536), стремительное (a=0,884), мое личное (a=0,648).

Факторная структура психологического будущего отражает в целом положительное к нему отношение у всех групп респондентов, однако, в группе «страдание от одиночества» в первый фактор вошло большинство дескрипторов, что свидетельствует о недостаточной дифференцированности образа будущего. Это может способствовать, с одной стороны, идеализации предстоящего отрезка жизни, а, с другой стороны, отсутствию продуманных планов, четко поставленных целей и выбранных средств их достижения. Данный факт находит подтверждение и в отсутствии именно у этой группы студентов фактора «постоянно меняющееся будущее», что демонстрирует их неготовность сталкиваться с новыми, неожиданными жизненными ситуациями. Подобного рода неготовность может увеличивать чувствительность при переживании негативных жизненных событий, в том числе и одиночества.

Таким образом, полученные в исследовании результаты свидетельствуют о взаимосвязи и взаимовлиянии психологического будущего и переживания одиночества у

студенческой молодежи, что можно использовать при оказании психологической помощи данной возрастной группе.

Библиографический список

1. Гурова О.С., Ральникова И.А. Проблема изучения жизненных перспектив личности как системного образования на примере исследования представлений о будущем участников локальных войн // Личность: психологические проблемы субъектности. – Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2005. – С. 230-244.
2. Ипполитова Е.А., Ральникова И.А. Особенности представлений о жизненных перспективах личности, переживающей кризис 35–45 лет // Личность: психологические проблемы субъектности. – Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2005. – С. 244-258.
3. Ральникова И.А., Гурова О.С., Ипполитова Е.А. Жизненные перспективы личности: риски воспроизводства девиантного поведения: монография. – Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2012. – 286 с.
4. Корчагина С.Г. Генезис, виды и проявления одиночества. – М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2005. – 193 с.
5. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т.10, №1. – С. 55–81.