

Петлина Е.И.

студент

4 курс, кафедра «Философии и юридической психологии»,

Владивостокский государственный университет

Россия, г. Владивосток

ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА МОЛОДЫМИ ЛЮДЬМИ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНОГО ДОВЕРИЯ

***Аннотация:** В данной статье рассматривается переживание одиночества молодыми людьми с разным уровнем социального доверия. Исследуются различные аспекты о особенности данного переживания в контексте разного уровня социального доверия у молодых людей.*

***Ключевые слова:** одиночество, доверие, социальное доверие, юность, ранняя взрослость, молодые люди.*

***Annotation:** This article examines the experience of loneliness by young people with different levels of social trust. Various aspects of the peculiarities of this experience are explored in the context of different levels of social trust among young people.*

***Keywords:** loneliness, trust, social trust, youth, early adulthood, young people.*

Актуальность данной работы заключается в том, что проблема переживания одиночества молодыми людьми с разным уровнем социального доверия весьма неоднозначна и требует более детального рассмотрения для понимания механизмов и способов работы с одиночеством, так как негативные аспекты этого переживания, которые могут возникать на фоне отчуждения от мира из-за низкого уровня социального доверия, могут приводить к тяжелым

последствиям, таким как, например, повышение уровня стресса, что приводит к проблемам с иммунной и сердечно-сосудистой системами, развитию психических расстройств, например, депрессии, появлению зависимостей (алкоголь, курение и т.д.), а так же не исключается появление суицидальных мыслей, которые порой переходят из категории «мысли» в категорию «действия».

Сфера доверительного отношения занимает неотъемлемую и важную часть социального бытия личности. Доверие способствует активизации отношений, делает их более продуктивными и результативными, обеспечивает процесс установления связей между социальными объектами на различных уровнях и мобилизует деятельность заинтересованных сторон. Доверие вносит неоценимый вклад в обеспечение коммуникации в соответствии с достигнутым уровнем доверия, снижает напряженность в отношениях, определяет возможность прогноза в развитии взаимодействия сторон в зависимости от проявляемого или достигнутого уровня и т. д. Доверие участвует не только в регуляции системы межличностных отношений, но и определяет способы и качество взаимодействия человека с миром в целом. Социальное доверие является фактором социального развития и становления субъектности человека. Социальное доверие является способностью человека к тому, чтобы наделять явления, которые происходят в мире вокруг него, а также других людей, их возможные будущие действия и собственные предполагаемые действия свойствами безопасности (надежности) и ситуативной полезности (значимости).

Период поздней юности и ранней зрелости знаменуется для личности самостоятельным вхождением в новую систему общественных отношений, выстраиванием новых социальных контактов. И доверие играет ключевую роль в установлении эффективного социального взаимодействия [1]. В данном возрастном периоде доверие проявляется путем вовлечения другого в свой

внутренний мир, когда у двоих появляется возможность обсудить интимную, секретную информацию.

В возрастном периоде от 17 до 25 лет построение близких взаимоотношений является нормативной потребностью человека. Ожидание понимания и признания, потребность в любви, принятии и близких (романтических) отношениях, характерные данному возрастному периоду, приводят к переживанию отчужденности и изоляции, что может привести к появлению переживания одиночества. Важно отметить, что каждый человек независимо от возраста в определенные моменты своей жизни сталкивается с этим феноменом, но впервые в наиболее острой форме одиночество появляется именно в этот возрастной период, поскольку на этом этапе происходит поиск идентичности и взаимоотношений с окружающим миром, появляется чувство собственной ненужности, некомпетентности, застенчивости, неуверенности, способствуя возникновению чувства одиночества как одного из личностных новообразований данного периода [2].

Таким образом, целью данной работы является изучение и описание особенностей переживания одиночества молодыми людьми с разным уровнем социального доверия. Для достижения данной цели были использованы следующие методики: шкала межличностного доверия, ШСД (Дж. Роттер, в адаптации И.Ю. Леоновой, И.Н. Леонова); опросник переживания одиночества, ДОПО-3 (Д.А. Леонтьев, Е. Н. Осин); опросник переживания одиночества (Е.А. Манакова). Для оценки значимости различий был использован непараметрический критерий Краскела-Уоллиса. В исследовании приняло участие 144 человека в возрасте от 17 до 25 лет.

Все респонденты были распределены на три эмпирические группы по уровню социального доверия: высокий уровень социального доверия - 27 человек, средний уровень – 89 человек, низкий уровень - 28 человек. Данные по методикам, направленным на оценку переживания одиночества, были интерпретированы по полученным группам.

На первом этапе был проведен качественный анализ по методикам, направленным на переживание одиночества, благодаря чему были сделаны некоторые выводы.

Для молодых людей с низким уровнем социального доверия характерно переживание одиночества, которое в большей степени носит негативный характер, то есть переживание одиночества может сопровождаться подавленным настроением, выстраиванием большого количества поверхностных контактов для того, чтобы доказать, отсутствие одиночества, но при этом такой способ совладающего поведения может только усугубить эмоциональное состояние, так же переживание одиночества в данной группе молодых людей может характеризоваться духовной изолированностью, то есть невозможностью найти опору и поддержку в других людях, что будет выступать в качестве детерминанты для отчуждения от социума. Однако, помимо всех негативных характеристик, респонденты с низким уровнем социального доверия способны найти позитивные стороны одиночества и переживать его как возможность для познания себя, поиска ресурсов при уединении с самим собой.

Для молодых людей со средним уровнем социального доверия ярко выраженные особенности переживания одиночества выделить сложно, так как большинство респондентов имеют средние уровни выраженности всех аспектов переживания одиночества. Однако, важно отметить, что люди со средним уровнем социального доверия при переживании одиночества скорее склонны переживать его на уровне мыслей и чувств, нежели на физическом уровне, то есть они способны к выстраиванию большого количества взаимоотношений, к их поддержанию, но при этом в связи с сохранением настороженности и, в некоторой степени, мнительности могут возникать затруднения в глубине этих взаимоотношений.

У молодых людей с высоким уровнем социального доверия переживание одиночества в целом как состояния не выражено, так как они,

вероятно, открыты для новых знакомств, выстраивания глубоких, интимных отношений, что в свою очередь позволяет им ощущать себя частью социума, дает возможность делиться с другими людьми своими идеями, мыслями, переживаниями и получать поддержку и понимание. Для данных респондентов, вероятно, важно поддерживать активную социальную жизнь, знакомиться с новыми людьми, находиться в регулярной коммуникации для возможности обмена чувствами и мыслями с другими людьми.

Таким образом, переживание одиночества молодыми людьми с разным уровнем социального доверия имеет свои особенности.

Далее для того, чтобы подтвердить или опровергнуть выводы, сделанные на этапе выявления качественных особенностей в переживании одиночества у молодых людей с разным уровнем доверия был использован непараметрический критерий Краскела-Уоллиса. Результаты будут представлены в таблицах 1, 2.

Таблица 1

Результаты статистической обработки эмпирических данных для выявления достоверности различий особенностей переживания одиночества в зависимости от уровня доверия по методике «Опросник переживания одиночества» (Е.А. Манакова)

Опросник переживания одиночества	Объемы сравниваемых выборок низ/ср/выс	Значение Краскела-Уоллиса, H	Уровень достоверности (p-level)
Общее одиночество	28/89/27	14,174	<0,001
Негативное чувство	28/89/27	15,147	<0,001
Отрицание	28/89/27	2,851	0,24
Временное явление	28/89/27	5,049	0,08
Страх ответственности	28/89/27	11,338	0,003

Духовное	28/89/28	7,413	0,025
Физическое	28/89/28	3,221	0,2

При рассмотрении рангов было выявлено, что выраженность общего одиночества и таких аспектов переживания одиночества как: негативное чувство, страх ответственности и духовное одиночество значимо выше в группе молодых людей с низким уровнем социального доверия.

Таким образом, исходя из результатов, представленных в таблице 1, можно сказать, что для молодых людей с разным уровнем социального доверия некоторые аспекты переживания одиночества будут отличаться. Данные результаты можно объяснить тем, что, молодой человек с высоким уровнем социального доверия, находясь в ситуации одиночества, остается открыт миру, он ощущает его безопасным для себя, может положиться на других людей, что и не дает окрасить одиночество в темные краски. Так же и наоборот, если уровень доверия низкий, то одиночество становится тяжелым испытанием, так как может присутствовать ощущение покинутости, непонятости, изолированности, небезопасности мира и людей вокруг. Духовное переживание одиночества так же связано с уровнем социального доверия, чем меньше человек доверяет другим, тем тяжелее для него становятся переживания одиночества, то есть при низком уровне социального доверия молодой человек не имеет возможности поделиться своими эмоциями, мыслями, идеями с другими, он остается с ними один на один. Молодой человек, имея низкий уровень социального доверия, может считать, что другие не смогут в должной мере его понять, разделить с ним его переживания, на фоне чего развивается чувство не просто одиночества, но и изолированности, покинутости, не в физическом плане, а в моральном.

Так же присутствует различие в таком аспекте как страх ответственности при переживании одиночества у молодых людей с разным уровнем социального доверия. Можно предположить, что страх ответственности может быть вызван низким уровнем социального доверия к

другим, ведь как можно взять ответственность за другого человека, которому нет доверия, нет понимания того, что от него можно ждать, нет уверенности в его чувствах и искренности. Следует отметить, что одиночество вследствие страха брать ответственность за других является достаточно распространенным типом переживания как среди молодых женщин, так и среди мужчин. Обычно молодым людям с низким уровнем социального доверия сложно выстраивать близкие отношения, в том числе строить семью, поэтому они чаще ведут одинокий образ жизни, вступая в отношения, которые не влекут за собой никаких обязательств. Им не свойственно занимать активную жизненную позицию, быть на руководящей должности и получать удовольствие от собственных сил и возможностей, они не готовы справляться с ответственностью, они чувствуют страх и беспомощность от собственной несостоятельности.

Таблица 2

Результаты статистической обработки эмпирических данных для выявления достоверности различий некоторых компонентов переживания одиночества в зависимости от уровня доверия по методике «Опросник переживания одиночества, ДОПО-3» (Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин)

Опросник переживания одиночества, ДОПО-3	Объемы сравниваемых выборок низ/ср/выс	Значение Краскела-Уоллиса, Н	Уровень достоверности (p-level)
Общее одиночество	28/89/27	7,982	0,018
Изоляция	28/89/27	5,162	0,076
Самоощущение	28/89/27	6,801	0,033
Отчуждение	28/89/27	7,2	0,027
Зависимость от общения	28/89/27	1,272	0,529

Дисфория	28/89/28	2,921	0,232
Проблемное одиночество	28/89/29	0,627	0,731
Потребность в компании	28/89/30	0,167	0,92
Позитивное одиночество	28/89/31	8,249	0,016
Радость уединения	28/89/32	10,247	0,006
Ресурс уединения	28/89/32	6,978	0,031

Исходя из данных, указанных в таблице 2, можно отметить следующее: у молодых людей с разным уровнем социального доверия будут качественные особенности переживания одиночества. Для молодых людей с низким уровнем социального доверия при переживании одиночества будут свойственны низкая самооценка, ощущение неполноценности и отрицательное восприятие себя, а также негативные представления об окружающих людях. Вероятнее всего справиться со своим одиночеством будет сложно, низкое доверие будет закрывать молодого человека от внешнего мира, тем самым провоцируя его отчуждение от людей, которое будет заключаться в постепенном уходе в себя, изоляции, что в последствии может привести к тяжелому состоянию одиночества, когда такой человек без сомнений считает себя оторванным от мира. Однако, некоторые молодые люди с низким уровнем социального доверия способны найти в столь тяжелом состоянии положительные стороны, для таких людей переживание одиночества становится не препятствием и проблемой, а ресурсом для самопознания. При низком уровне доверия молодой человек может закрыться от мира, но открыться для самого себя с новых необычных сторон, в таком случае он будет расценивать свое одиночество как позитивное явление, в котором можно найти положительные стороны и ресурсы для дальнейшей жизни. Такое состояние не пугает человека, а наоборот дарит ему новые возможности.

Опираясь на результаты методик, можно прийти к нескольким выводам:

1 Более половины респондентов имеют средний уровень социального доверия, следовательно, эти респонденты склонны к выстраиванию доверительных отношений с другими, но при этом их доверие не безусловно, и, вероятно, для них так же характерны настороженность и бдительность. Для респондентов, у которых низкий уровень социального доверия характерны настороженность и подозрительность при выстраивании коммуникации с другими людьми, а также в целом к обществу. В свою очередь, для респондентов с высоким уровнем социального доверия свойственны открытость при выстраивании взаимоотношений, а также уверенность в других людях.

2 Исходя из полученных данных, можно сказать, что переживание одиночества у молодых людей с разным уровнем социального доверия имеет некоторые отличия. Молодые люди, которые имеют низкий уровень социального доверия, вероятно, имеют сложности при выстраивании доверительных близких отношений, им может быть сложно открываться другим людям, что ведет за собой изоляцию от других и ощущение непричастности к социуму. В свою очередь, для молодых людей с высоким уровнем социального доверия, не будет характерно острое переживание одиночества, они с легкостью вступают в коммуникацию, выстраивают близкие романтические и/или дружеские отношения.

3 Для молодых людей с низким уровнем социального доверия характерна закрытость и отстраненность от других людей при переживании своего одиночества, вероятно они стараются избегать выстраивания глубоких межличностных контактов, так как, по их представлениям, люди вокруг не обеспечивают безопасность и комфорт. Однако, в своем одиночестве молодым людям с низким уровнем социального доверия находится тяжело и сложно, в связи с чем сохраняется потребность в социализации, но только путем выстраивания поверхностных контактов. При низком уровне социального доверия для молодых людей характерны некоторые особенности переживания

одинокости: наиболее выражены все негативные аспекты переживания одиночества, по сравнению с молодыми людьми со средним и высоким уровнями социального доверия, но важно отметить, что, несмотря на негативную окраску одиночества, молодые люди с низким уровнем социального доверия способны найти в нем положительные стороны – возможность побыть один на один с собой, своими мыслями и переживаниями. Такая переоценка наиболее выражена только у молодых людей с низким уровнем социального доверия.

4 Для молодых людей, которые имеют высокий уровень социального доверия, мало характерно острое переживание одиночества со всеми его составляющими, то есть данные респонденты, скорее всего, не считают себя одиночками. Исходя из полученных данных, можно сказать, что респонденты с высоким уровнем социального доверия способны раскрываться, наполняться и активно взаимодействовать с другими и, таким образом, не чувствовать себя изолированно и покинуто. Так же важно отметить, что молодые люди с высоким уровнем социального доверия склонны переживать свое одиночество с помощью выстраивания большого количества контактов, общения с другими людьми.

Использованные источники:

1. Аскарлова, Д. А. Исследование особенностей самоотношения у студенческой молодежи с разным уровнем межличностного доверия: – Текст: электронный / Д. А. Аскарлова // Гуманитарные науки (г.Ялта). – 2021. – № 2(54). – С. 133-141. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46226809>

2. Ахмадеева, Е. В. Представление об одиночестве молодых пользователей Рунета: – Текст: электронный / Е. В. Ахмадеева // Вестник Вятского государственного университета. – 2020. – № 1. – С. 130-137. – URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/predstavlenie-ob-odinochestve-molodyh-polzovateley-runeta>