

УДК 159.9

**ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА У СТУДЕНТОВ СО СКЛОННОСТЬЮ К
РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ ЗАВИСИМОСТИ****Холупова Ксения Андреевна**

Студент специальности «Клиническая психология»

Тихоокеанского государственного медицинского университета

690002, Россия, Приморский край г. Владивосток, пр-т Острякова, 2

E-mail: whitestand.offish@gmail.com

Яворская Марина Владимировна

Старший преподаватель кафедры клинической психологии

Тихоокеанского государственного медицинского университета

690002, Россия, Приморский край г. Владивосток, пр-т Острякова, 2

E-mail: marina31255@mail.ru

Аннотация

В статье представлены результаты исследования переживания одиночества и склонности к различным видам зависимости у студентов медицинского университета. В работе был использован психодиагностический метод тестирования, включающий адаптированные российскими учеными методики; а также статистические методы обработки. В исследовании приняли участие 44 студента медицинского университета от 17 до 29 лет (N=44). Результаты определили, что испытуемые отличаются низким и средним уровнями переживания одиночества, а ситуация изоляции воспринимается ими скорее негативно, что свидетельствует о наличии высокой потребности в социальных контактах. При этом была выявлена взаимосвязь переживания одиночества со склонностями к любовной зависимости и интернет-зависимости. Таким образом, результаты имеют преимущественно теоретическое значение: они могут расширить имеющийся теоретический пробел об особенностях субъективного переживания одиночества человека, имеющего склонность к различным видам зависимости.

Ключевые слова: одиночество, переживание, зависимость.**THE EXPERIENCE OF LONELINESS BY STUDENTS WITH TENDENCY TO
DIFFERENT TYPES OF ADDICTION****Kseniya A. Kholupova**

Student of the specialty "Clinical Psychology"

Pacific State Medical University

Ostryakov Ave., 2, Vladivostok, Primorsky Krai, Russia, 690002

E-mail: whitestand.offish@gmail.com

Marina V. Yavorskaya

Senior Lecturer of the Department of Clinical Psychology

Pacific State Medical University

Ostryakov Ave., 2, Vladivostok, Primorsky Krai, Russia, 690002

E-mail: marina31255@mail.ru

ABSTRACT

The article presents the results of a study of the experience of loneliness and a tendency to various types of addictions among students of a medical university. In the work, a psychodiagnostic testing method was used, including methods adapted by Russian scientists; as well as statistical processing methods. The study involved 44 medical university students aged 17 to 29 (N=44). The results determined that the subjects have low and medium levels of experiencing loneliness, and the situation of isolation is perceived by them rather negatively, which indicates a high need for social contacts. At the same time, the relationship between the experience of loneliness and propensities for love addiction and Internet addiction was revealed. Thus, the results are primarily of theoretical significance: they can expand the existing theoretical gap about the features of the subjective experience of loneliness in a person who is prone to various types of addiction.

Keywords: loneliness, anxiety, addiction

Введение. На протяжении всей истории феномен одиночества оставался часто обсуждаемым объектом исследования. Начиная с древнегреческих легенд и религиозных представлений до современных научных исследований, образ одиночества продолжает вызывать повышенный интерес у человека. Стоит также отметить наличие полярного взгляд у представителей разных времён на данный феномен. В древних легендах можно встретить как негативное представление об одиночестве, так и позитивное: во многих легендах и мифах изоляция могла стать определённым страшным испытанием для главного героя, пройдя через которое можно получить могущественную силу [2]. На сегодняшний день современные исследователи разделяют понятия «одиночество» и «уединение». Так, С.А. Ишанов и Е. Н. Осин в своей работе определяют ситуацию уединения, как некое внутреннее состояние человека, независимо от того, отдалён ли он фактически от социума или нет. Данное состояние описывается, как возможность человека остаться наедине с собой и своим внутренним миром; при этом отсутствует какое-либо негативное влияние на личность. Одиночество же, в отличие от уединения, определяется как негативное состояние, при котором у человека потребность в окружающих и коммуникациях с ними остаётся нереализованной [1]. Также, говоря о негативном влиянии одиночества на психику человека, стоит отметить работу немецкого и американского врача Ф. Фромм-Рейхман, которая в своей работе «Одиночество» определила разрушительный характер изоляции от общества путём клинических исследований психических заболеваний, в результате которых она пришла к выводу о том, что одиночество с высокой вероятностью может привести к развитию психотических состояний [5]. Таким образом, можно подытожить, ситуация изоляции от общества в силу различных факторов, в том числе – неудовлетворённая социальная потребность; может оказывать негативное влияние на психику человека, в результате чего повышается вероятность развития различных психических нарушений. Е.Е. Тен в работе «Одиночество как фактор зависимости

индивида» отмечает, что так как ситуация изоляции от социальных контактов может повлечь за собой возникновение различных негативных переживаний; человек, стремясь избавиться от них, ищет альтернативных способов совладания, которые в свою очередь ведут к зависимости [6]. На настоящее время под зависимым поведением понимают одну из форм деструктивного поведения, которая характеризуется наличием у человека стремления уйти от реальности путем изменения своего психического состояния с помощью определённых химических веществ, предметов или активностей (видах деятельности), которые сопровождаются развитием интенсивных эмоций [4]. Так, благодаря так называемой фиксации психики на различные предметы аддикции человек пытается адаптироваться к переживанию одиночества, однако при этом не всегда замечая о возрастающей постоянной потребности в данных предметах фиксации. Г.В Лозовой были выделены 13 видов основных зависимости: алкогольная, телевизионная, любовная, игровая, сексуальная, пищевая, религиозная, трудовая, лекарственная, компьютерная, табачная, зависимость от здорового образа жизни и наркотическая зависимость [3]. Мы делаем акцент на том, что предметом нашего исследования является переживания одиночества у студентов со склонностью к различным видам зависимости; таким образом, на основании результатов исследования невозможно сказать об объективном наличии той или иной зависимости.

Цель исследования – изучить и описать переживание одиночества студентами со склонностью к различным видам зависимости.

Материалы и методы исследования.

Методическое обеспечение исследования составили: модифицированная шкала измерения одиночества UCLA (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон), дифференциальный опросник переживания одиночества (Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев), диагностика склонности к различным видам зависимости (Лозовая Г.В).

Обработка данных, полученных в ходе исследования, производилась с использованием программного пакета «SPSS». В работе также произведен расчет коэффициента корреляции r-Спирмена.

Результаты и их обсуждение.

Результаты, полученные по модифицированной шкале измерения одиночества UCLA, представлены в таблице 1.

Таблица 1

Уровень переживания одиночества у студентов медицинского университета

Уровень одиночества	переживания	Количество человек
Низкий		32
Средний		12

Следовательно, было выявлено, что всего из 44 исследуемых всего 32 человека имеют низкий уровень переживания одиночества, что, вероятно, свидетельствует о том, что на данный момент участники исследования удовлетворены своими социальной и коммуникативной ситуациями. 12 человек из 44 показали средний уровень переживания одиночества, что может говорить как о наличии умеренного недостатка в социальных контактах, так и о ситуативном переживании одиночества: то есть, для исследуемых будет характерно сильное переживание одиночества, но в зависимости о ситуации, в которой он будет находиться. Стоит также отметить отсутствие у данной выборки переживание высокого уровня одиночества.

Таким образом, можно отметить, что студенты, принявшие участие в нашем исследовании, не подвержены острым переживанием нехватки социальных взаимодействий.

Результаты, полученные по дифференциальному опроснику переживания одиночества, представлены в таблице 2

Таблица 2

Результаты дифференциального опросника переживания одиночества у студентов

Шкала	Низкий уровень выраженности, чел.	Средний уровень выраженности, чел.	Высокий уровень выраженности, чел.
Общее переживание одиночества	11	28	5
Зависимость от общения	2	36	6
Позитивное одиночество	10	32	2

Так, принимая во внимание наличие низкого и умеренного уровней одиночества, можно дополнить, что саму ситуацию одиночества, согласно представленным результатам, исследуемые, воспринимают негативно. Вероятно, коммуникации с окружающими являются важными для студентов, а пребывание в изоляции от социума является болезненным. Также стоит обратить внимание на то, что 32 человека из 44 могут воспринимать одиночество не только в негативном ключе. Как можно предложить, опять же в зависимости от ситуации, для респондентов характерно положительное отношение к ситуации уединения, в которой можно отдохнуть, набраться сил и ресурсов.

Результаты методики диагностики склонности к различным видам зависимости представлены в таблице 3

Таблица 3

Шкалы	Низкий уровень выраженности, чел.	Средний уровень выраженности, чел.	Высокий уровень выраженности, чел.
Алкогольная зависимость	24	17	3
Интернет-зависимость	17	20	7
Любовная зависимость	7	24	13
Наркотическая зависимость	37	6	1
Игровая зависимость	36	4	4
Никотиновая зависимость	31	8	5
Пищевая зависимость	6	29	9
Сексуальная зависимость	28	15	1

Трудовая зависимость	19	23	2
ТВ-зависимость	34	9	1
Религиозная зависимость	40	3	1
Зависимость от здорового образа жизни	18	23	3
Лекарственная зависимость	19	16	9
Общая склонность к зависимостям	4	37	3

По результатам методики диагностики склонности к различным видам зависимости было выявлено преобладание у респондентов интернет-зависимости, любовной зависимости, а также пищевой зависимости. Так, вследствие недостаточных социальных контактов, вероятно, исследуемые стремятся справиться с данной ситуацией с помощью виртуального способа коммуникации, что может появляться как интернет-зависимость. Также, принимая во внимание высокую потребность в социальных контактах у данной выборки, можно предположить, что совладание с ситуацией отсутствия контактов может проявляться в виде фиксации на определённом человеке, который вызывает определённые эмоции; так проявляется любовная аддикция. Интересно и наличие высоких показателей по шкале пищевой зависимости, что может определять её также как альтернативный способ справиться с негативными переживаниями, связанными с переживанием одиночества.

Статистическая обработка эмпирических данных с помощью U-критерия ранговой корреляции Ч. Спирмена в программе SPSS 20 позволила выявить связи между уровнем одиночества и склонность к различным видам зависимости. Была обнаружена прямая связь между Общим переживанием одиночества и интернет-зависимостью: чем выше переживание одиночества, тем сильнее проявляется склонность к интернет-зависимости, что может проявляться как временный способ замещения реальных коммуникаций виртуальными. Также была выявлена прямая связь между шкалами «Зависимость от общения» и «Любовная зависимость»: чем сильнее потребность в общении, тем сильнее проявляется любовная аддикция; что также объясняется тем, что повышенная потребность в коммуникациях и объективное отсутствие этих коммуникаций может привести к психологической фиксации личности на другом человеке, что будет проявляться как любовная зависимость. Стоит также добавить наличие прямой связи между показателем «Общее переживание одиночества» и «Общая склонность к зависимостям»: то есть, чем выше уровень одиночества, тем выше уровень выраженности склонности к зависимостям.

Выводы.

В результате проведённого исследования у студентов медицинского университета было выявлено наличие низкого и среднего уровней переживания одиночества, которые включают в себя ситуативные представления об одиночестве, как о состоянии уединения и способе остаться с внутренним миром наедине; а также, как о болезненном состоянии невозможности коммуницировать с окружающими. Были также получены данные, свидетельствующие о наличии сильной связи между переживанием одиночества и склонностью к таким видам зависимости, как интернет-зависимость, а также любовная и пищевая зависимости; которые являются способом совладания с негативными переживаниями вследствие изоляции от социума. Стоит также отметить, что результаты

показали связь между переживанием одиночества и общей склонностью к зависимостям. Повышение вероятности склонности к аддиктивному поведению подтверждает негативное и деструктивное влияние объективного одиночества на личность человека.

Список литературы:

1. Ишанов, С. А. Наедине с собой: уединение и одиночество / С. А. Ишанов, Е. Н. Осин // Человек. – 2019. – Т. 30. – № 3. – С. 164-183. – DOI 10.31857/S023620070005386-1.
2. Лебедев В.И. Психология и психопатология одиночества и групповой изоляции: Учебное пособие для вузов. М., 2002
3. Лозовая Г. В. Методика диагностики склонности к различным зависимостям // Психологические основы педагогической деятельности: материалы. – 2007. – С. 121-124.
4. Парахина М.В. Психофизиологические и психологические особенности опийных наркозависимых в разные периоды ремиссии // диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Ростовский государственный университет. Ростов-на-Дону, 2003. 175 с.
5. Перлман Д., Пепло Л. Теоретические подходы к одиночеству // Лабиринты одиночества / пер. с англ.; сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. – М.: Прогресс, 1989
6. Тен, Е. Е. Одиночество как фактор зависимости индивида / Е. Е. Тен // Ученые заметки ТОГУ. – 2017. – Т. 8. – № 2. – С. 95-98. – EDN ZQNSJX.

References:

1. Ishanov S.A., Osin E.N. Alone with oneself: Solitude and Loneliness // Chelovek. 2019. Vol. 30, N 3. P. 164–183. DOI:10.31857/S023620070005386-1
2. Lebedev V. I., Kuznetsov O. N. Psychology and psychopathology of loneliness. - M.: Book on Demand. 2002.
3. Lozovaya, G.V. (2007). Methods for diagnosing susceptibility to various dependencies. In A.N. Nikolaev (ed.), Psychological bases of pedagogical activity, St. Petersburg State University of Physical Culture (pp. 121 – 124).
4. Parakhina M.V. (2003) Psychophysical and psychological characteristics of opium addicts in different periods of remission: PhD thesis in Psychology
5. Perlman D., Peplo L. Theoretical approaches to loneliness // Labyrinths of loneliness, 1989
6. Ten, E. E. Loneliness as an individual's dependence factor / E. E. Ten // Uchenye zametki TOGU. - 2017. - T. 8. - No. 2. - P. 95-98. - EDN ZQNSJX.