

## **ФЕНОМЕН МЕЖЛИЧНОСТНОЙ ИЗОЛЯЦИИ, ПЕРЕЖИВАЕМОЙ КАК ОДИНОЧЕСТВО: ПОНЯТИЕ И СТРУКТУРА**

*М.А. Чулкова*

В статье рассматриваются подходы зарубежных и отечественных авторов к пониманию проблемы межличностной изоляции. Разводятся понятия изоляции, уединения и одиночества. «Одиночество» – это переживания человека (психическое состояние), вызванное его отделенностью, оторванностью от значимого окружения людей. Межличностная изоляция, как проблема, связана с негативной формой переживания одиночества, которая сопровождается неспособностью быть с другими в отношениях. Выделяются два аспекта межличностной изоляции: объективный (наличие ситуации изоляции) и субъективный (отношение человека к собственной изоляции).

Ключевые слова: межличностная изоляция; одиночество; логотерапия; экзистенциальный подход; деятельностный подход.

Проблему межличностной изоляции исследовали представители различных направлений зарубежной персонологии. Так, представители психоаналитического направления (З. Фрейд, Х. Ремшмидт) рассматривали ее через феномены дереализации и деперсонализации.

Для неофрейдистского направления (Г. Салливан, Э. Фромм) характерно изучение проблемы межличностной изоляции через культуральные и межличностные факторы. С точки зрения Г. Салливана, межличностная изоляция – это неспособность человека строить взаимоотношения с другими людьми, с природой, с самим собой. Аналогичную мысль высказывает Э. Фромм, указывая на значимость связи с другими людьми.

Представители феноменологического подхода рассматривают проблему межличностной изоляции через феномен одиночества. В их представлениях, одиночество означает слабую приспособляемость индивида к внешним условиям. Согласно К. Роджерсу, на личность оказывают влияние не ранние детские впечатления, а содержание опыта одиночества. Это существенным образом отличает его взгляды от взглядов сторонников психодинамической теории.

В экзистенциальном направлении понятиям изоляции и одиночества присваивается особый смысл. Считается, что сам характер человеческого существования подразумевает драматизм отчуждения и одиночества, изначально присущий человеку. Следовательно, было бы бессмысленным ставить задачу «снять» у человека одиночество, скорее, необходимо дать ему возможность осознать свое одиночество, пережить его. Изоляция и переживаемое при этом чувство одиночества является условием для развития и становления личности (К. Ясперс, В. Франкл, И. Ялом и др.).

В отличие от западных философских и психологических научных школ, которые вели интенсивное системное и полиаспектное исследование феномена межличностной изоляции, отечественные психологические школы, опиравшиеся на деятельностный подход, не могли в принципе рассматривать изоляцию, так как данное явление не свойственно общественно-историческому пониманию природы психического. Интерес к данной проблеме со стороны отечественных исследователей появился лишь в последние несколько десятилетий.

Изучение феномена изоляции в отечественной психологии проводилось по двум направлениям: 1) проблема психического состояния в экстремальных ситуациях (О.А. Кузнецов, В.И. Лебедев, Б.Ф. Ломов, В.Н. Мясищев, Н.Ю. Хрящева, С.Г. Юрских и др.); 2) исследование изоляции в психолого-педагогическом аспекте (В.В. Абраменкова, Я.Л. Коломенский, И.С. Кон, Н.А. Николаева С.Г. Малышева, В.С. Мухина, А.Б. Орлов и др.). В рамках исследований второго направления были получены эмпирические факты, подтверждающие, что межличностная изоляция как одиночество наиболее остро переживается в юношеском возрасте и оказывает существенное влияние на формирующуюся самооценку.

В.В. Абраменкова, В.С. Мухина, А.Б. Орлов и др. выделяют проблему взаимосвязи обособления и способности к идентификации. Посредством идентификации в этот период происходит активное усвоение ценностных ориентаций общества, формируется мировоззрение, посредством же обособления подросток защищает свое «Я» [1, 10].

Несмотря на существенные достижения отечественных и зарубежных исследователей, необходимо отметить, что феномен межличностной изоляции изучен к настоящему времени недостаточно. Во-первых, существуют разногласия в определении самого понятия межличностной изоляции. Во-вторых, недостаточно изучены ее причины, факторы и условия проявления в юношеском возрасте.

Понятия «уединенность» («уединение») и «одиночество» долгое время использовались как синонимы.

Для того чтобы определить собственную позицию в существующем пересечении понятий, рассмотрим содержание каждого из них в отдельности.

Понятие «отчуждение» впервые было использовано З. Фрейдом для объяснения патологического развития личности в чуждой и враждебной его естественной природе культуре. Феноменологически оно выражалось в невротической потере субъектом чувства реальности происходящего (дереализации) или в утрате своей индивидуальности (деперсонализации). Через феномены дереализации и деперсонализации рассматривают проблему отчуждения И.С. Кон и Х. Ремшмидт.

Так и для С.Л. Рубинштейна: «Отчужденный человек – это человек, не способный соотнести себя с тем, от чего он отчужден. Это может быть природа, другой человек, а также он сам. Это нецеленаправленный, слабый, неустойчивый, «маленький человек». [11, с. 378]. Основные проблемы человека, человеческой жизни рассматриваются С.Л. Рубинштейном через обращение к глубинным, в том числе и нравственным основаниям, через самореализацию личности, как предмет отношения к ним человека.

Понятие «обособленность» («обособление») часто используется в трудах отечественных психологов – Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна и их многочисленных учеников. Эти ученые рассматривали личность с позиции присвоения материальной и духовной культуры, накопленной человечеством в ходе исторического развития (уподобление одного индивида другому), а также с позиции сохранения, отстаивания присвоенной духовной культуры (обособление индивида от других людей). Посредством идентификации в этот период происходит активное усвоение ценностных ориентаций общества, формируется мировоззрение, посредством обособления молодой человек отстаивает – защищает – свое «Я» [7]. В.В. Абраменкова считает, что механизм становления развивающейся личности также является двуединым процессом, суть которого заключается в ассимиляции социального опыта (идентификации) и его последующей селекции (обособлении) [1].

Трактовку понятия «одиночество» можно встретить в работах В. Садлера и Т. Джонсона, которые определяли его как переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое отражает определенную форму самосознания, и показывает раскол основной, реальной сети отношений и связей внутреннего мира личности [5].

Э. Фромм выделяет два вида одиночества – физическое и моральное. «Моральное одиночество так же невыносимо, как и физическое, более того, физическое одиночество становится невыносимым лишь в том случае, если оно влечет за собой одиночество моральное» [14, с. 312]. В юности нередко встречается обостренное чувство одиночества, которое, как считает Э. Фромм, если оно длится долго и не исчезает с переходом в новый возраст, может привести к психическому разрушению.

На основании всех рассмотренных трактовок можно сделать промежуточный вывод о том, что межличностная изоляция представляет собой серьезную проблему в том случае, когда вынужденное отчуждение (обособление) сопровождается болезненным переживанием одиночества.

Более подробное рассмотрение эмоциональных реакций и состояний, сопутствующих переживанию одиночества, содержится в работах Мустакаса, Янга, а также Рубинстайна и Шейвера. Мустакас (1959) к эмоциям, вызванным состоянием одиночества, относит: страх, чувство вины, депрессию, раздражение. Рубинстайн и Шейвер добавили к ним отчаяние, гнев, самоуничижение. Янг (1982) выделяет следующие признаки у людей, переживающих одиночество:

- неспособность к уединению вызывает ощущение скуки и пустоты;
- из-за низкого самоуважения, неудовлетворительного прошлого опыта появляется печаль и чувство безнадежности;
- коммуникативная неуклюжесть в сочетании с низкой эмпатией и неопределенностью в оценке собственных чувств ведет к разочарованию, обманутым ожиданиям;
- недоверие к другим людям ведет к озлобленности;
- неспособность завязывать глубинные личностные отношения переживается в виде бессилия и боязни эмоциональной близости.

Из предшествующего анализа следует, что для определения межличностной изоляции требуется еще раз уточнить, как соответствующий феномен соотносится с феноменами уединения и одиночества. В решение данного вопроса существенный вклад внесли работы отечественных психологов О.Б. Долгиновой (2000), а также С.В. Малышевой и Н.А. Рождественской (2001).

О.Б. Долгинова разводит понятия «одиночество», «изоляция», «уединение» следующим образом: «Отличие изоляции от одиночества связано с тем, что изоляция – это ситуация, а не психическое состояние, причем та ситуация, при которой эмоциональная оценка необязательно негативная. Примером изоляции могут служить описания жизни монахов-отшельников [2].

С.В. Малышева и Н.А. Рождественская трактуют одиночество как негативное переживание, возникающее в результате неудовлетворения потребностей в разделении чувств, общении и понимании человека значимыми людьми [12].

С учетом всех рассмотренных точек зрения, можно дать определение межличностной изоляции и сопутствующих ей явлений.

Межличностная изоляция – это физическая отстраненность от других людей (добровольная либо вынужденная), сопровождающаяся переживанием одиночества.

Добровольная физическая отдаленность соответствует понятию «уединение». Под «одиночеством» следует понимать переживания человека (психическое состояние), вызванные его отделенностью, оторванностью от значимого окружения, сообщества людей, исторической реальности.

Таким образом, межличностная изоляция – это феномен, который включает два аспекта: 1) объективный – физическая отдаленность человека от общества (вынужденная либо добровольная); 2) субъективный – переживание одиночества (негативное либо позитивное). Межличностная изоляция, как проблема, связана с негативной формой переживания одиночества, которая сопровождается неспособностью быть с другими в отношениях.

Исходя из сформулированного определения межличностной изоляции, очевидно, что для дальнейшего изучения содержания данного феномена необходимо определить структуру и виды межличностной изоляции. Для этого, в первую очередь, обратимся к работам двух авторов (Р. Вейса и И. Ялома), которые предприняли попытки классифицировать проявления межличностной изоляции.

Р. Вейс, представитель психоаналитического направления в психологии личности, выделяет социальную и эмоциональную изоляцию. И. Ялом выделяет три вида изоляции: 1) межличностную; 2) внутриличностную; 3) экзистенциальную. Межличностная изоляция, обычно переживаемая как одиночество, – это изоляция от других индивидуумов. Внутриличностная изоляция – это процесс, посредством которого человек отделяет друг от друга части самого себя [15].

Приведенные классификации не только не противоречат сформулированному нами определению межличностной изоляции, но и подтверждают правомерность схемы, разработанной автором и приведенной на рис. 1.



Рис. 1. Структура и виды межличностной изоляции

Исходя из представленной схемы, очевидно, что добровольная изоляция способствует саморазвитию, процессам переосмысления и выбору жизненных ориентиров. Последствия вынужденной изоляции могут быть разными, в зависимости от субъективного отношения человека к сложившейся ситуации – отсутствия, либо наличия переживания одиночества.

В первом случае активизируется механизм психологической защиты личности, который проявляется в форме ухода от реальности. Во втором – имеют место деструктивные процессы, связанные с проявлением агрессивных реакций, как в отношении себя, так и в отношении окружающих; либо процессы конструктивные, во многом сходные с процессами, происходящими в случае добровольной изоляции (уединения).

#### Библиографический список

1. Абраменкова, В.В. Проблема отчуждения в психологии / В.В. Абраменкова // Вопросы психологии. – 1990. – № 1. – С. 5–12.
2. Долгинова, О.Б. Изучение одиночества как психологического феномена / О.Б. Долгинова // Прикладная психология. – 2000. – № 4. – С. 28–36.
3. Кон, И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1964. – 335 с.
4. Кон, И.С. Психология юношеского возраста / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1979. – 175 с.
5. Лабиринты одиночества: сб.ст.: пер. с англ. / сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. – М.: Прогресс, 1989. – 624 с.
6. Малышева, С.В. Особенности чувства одиночества у подростков / С.В. Малышева, Н.А. Рождественская // Вестник Московского университета. Сер. 14, Психология. – 2001. – № 3. – С. 63–68.
7. Мухина, В.С. Проблема генезиса личности / В.С. Мухина. – М.: МГПИ, 1985. – 103 с.
8. Николаева, Н.А. Понимание и переживание изолированности в юношеском возрасте: дис...канд. психол. наук / Н.А. Николаева. – М., 1999. – 131 с.
9. Орлов, Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера / Ю.М. Орлов. – М.: Педагогика, 1987. – 224 с.
10. Подросток на перекрестке эпох: проблемы и перспективы соц.-психолог. адаптации подростков / под ред. С.В. Кривцова. – М.: Генезис, 1997. – 288 с.
11. Рождественская, Н.А. Как понять подростка / Н.А. Рождественская. – М.: Роспедагентство, 1995. – 75 с.
12. Рождественская, Н.А. Образ «Я» и образ сверстника у подростков с высоким и низким уровнями восприятия социальной поддержки / Н.А. Рождественская. – 2006. – № 4. – С. 52–56.

Наука ЮУрГУ: материалы 66-й научной конференции  
Секции социально-гуманитарных наук

13. Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности / Х. Ремшмидт. – М.: Мир, 1994. – 320 с.
14. Фромм, Э. Иметь или быть? / Э. Фромм. – М.: Прогресс, 1986. – 238 с.
15. Ялом, И.Д. Экзистенциальная терапия: пер. с англ. / И.Д. Ялом. – М.: Аспект-Пресс, 1997. – 512 с.