

Взаимосвязь особенностей переживания одиночества с копинг-механизмами личности у пожилых людей

Научный руководитель – Ахрямкина Тамара Александровна

Логинова Татьяна Андреевна

Студент (бакалавр)

Московский городской педагогический университет, Самарский филиал, Самара, Россия

E-mail: lapoleno@mail.ru

Одной из актуальных глобальных проблем современности является проблема старения общества. За многие годы медицина далеко шагнула вперёд, позволив бороться с различными заболеваниями, были разработаны новые технологии, позволяющие облегчить наш ежедневный быт, активно велась пропаганда здорового образа жизни, что в совокупности увеличило качество и продолжительность жизни людей. Вместе с этими удивительными достижениями обнаружилось, что старение населения влечёт за собой множество проблем не только экономического, социального, но и психологического порядка.

В современном быстроразвивающемся мире особенно остро стоит вопрос одиночества людей. Широкое распространение различных гаджетов и интернета снизило качество общения между людьми, способствовало изолированию их друг от друга, а также обособило молодое поколение от старшего. Большинство пожилых людей не успевают подстроиться под те изменения, которые происходят в мире. Многие уже не являются частью работающего населения, не имеют возможности в полной мере общаться со своими сверстниками, а их собственные дети уже имеют свои семьи и, к сожалению, не всегда понимают, как важно поддерживать постоянную связь с престарелыми родственниками. Всё это приводит к тому, что пожилые люди остаются почти в полной изоляции, теряют чувство собственной принадлежности к этому миру, причастности к жизни своих детей, они стремятся найти любовь и понимание с их стороны, но зачастую не получают его или получают в недостаточном количестве. Также некоторые сталкиваются с таким феноменом как смерть супруга. Как следствие, мы можем увидеть у пожилых людей преобладание негативных эмоциональных состояний и даже депрессию. Таким образом, все вышеперечисленные факты говорят о важности изучения проблемы одиночества в пожилом возрасте, однако, исследований по данной проблематике недостаточно.

У. Садлер даёт определение одиночества как переживания, вызывающего острое, комплексное чувство, выраженное в определённой форме самосознания и представляющее раскол сети отношений человека и связей внутреннего мира личности [4]. Г. Зилбург, Ф. Фромм-Рейхман, Г. Салливан характеризуют одиночество как отрицательное, неприятное и непреодолимое состояние [1].

В современной психологии не существует общепризнанного понимания процессов преодоления и универсальных классификаций типов копинга. Само понятие «coping» происходит от английского «to cope» (преодолевать). Как отмечает С.К. Нартова-Бочавер, в российской психологии его понимают как адаптивное, совладающее поведение, или психологическое преодоление [3]. Копинг - понятие, которое объединяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие механизмы, которые используются, чтобы справиться со стрессовыми ситуациями.

Согласно исследованиям А.В. Левченко преодоление одиночества в пожилом возрасте связано с самоактуализацией. Респонденты с высоким и средним уровнем самоактуализации демонстрируют наиболее благоприятный вариант адаптации к реалиям пожилого

возраста. Это обусловлено тем, что пожилые люди с высоким уровнем самоактуализации прибегают к наиболее конструктивным копинг-механизмам («альтруизм» и «отвлечение»)[2].

Всё вышесказанное послужило основанием для обращения к теме нашего исследования и обозначения её как взаимосвязь уровней и видов одиночества с копинг-механизмами личности у пожилых людей. Целью нашего исследования является установление взаимосвязи между особенностями переживания одиночества и копинг-механизмами личности у пожилых людей. Объект - особенности переживания одиночества пожилых людей. Предмет - взаимосвязь особенностей переживания одиночества с копинг-механизмами личности у пожилых людей. Таким образом, результаты исследования проблемы одиночества в пожилом возрасте позволили выдвинуть следующее предположение: существует взаимосвязь между особенностями переживания одиночества и копинг-механизмами личности у пожилых людей.

Для подтверждения выдвинутой гипотезы на эмпирическом уровне использовались следующие диагностические методики: Шкала одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона; Опросник для определения вида одиночества С.Г. Корчагиной; Тест Э.Хейма Диагностика копинг-механизмов личности. Данные, полученные в ходе диагностических процедур, были подвергнуты математико-статистической обработке с использованием корреляционного анализа Спирмена (Spearman).

Корреляционный анализ показал взаимосвязь показателей по шкале одиночества и по шкале диссоциативный вид одиночества ($r=0.648$, при $p<0.05$). При этом в большинстве случаев доминируют неадаптивные копинг-механизмы («смирение», «самообвинение», «подавление эмоций» и т.д.). Таким образом, у людей, чувствующих свое одиночество больше, чем другие, вероятнее всего будет именно диссоциативный вид одиночества и неадаптивные копинг-механизмы личности.

Источники и литература

- 1) Алейникова О. С. Одиночество: философско-культурологический анализ : дисс. кан. филос. наук : 24.00.01 / Ольга Сергеевна Алейникова. - СПб. : СПбГУ, 2005. - 155 с.
- 2) Левченко А.В. Переживание одиночества в пожилом возрасте. Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. 2014, - № 10. - с 199 - 203.
- 3) Нартова-Бочавер С.К. "Coping behavior" в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. -1997. - Т. 18, № 5. - С. 20-30
- 4) Садлер У. А., Джонсон Т. Б. От одиночества к аномии // Лабиринты одиночества / Под ред. Н.Е. Покровского. - М.: Прогресс, 1989. - С. 25-27.