Одиночество как социальная проблема: причины и виды

Одна из самых отличительных черт одиночества - это специфическое чувство полной погруженности в самого себя. Чувство одиночества не похоже на другие переживания, оно целостно, абсолютно всеохватывающе.В процессе обыденной жизни мы воспринимаем себя лишь в определенном отношении к окружающему миру. Мы переживаем свое состояние в контексте сложной и обширной сети взаимосвязей. Возникновение одиночества говорит нам о нарушениях в этой сети. Часто одиночество появляется в форме потребности быть включенным в какую-то группу или желательность этого или потребности просто быть в контакте с кем-либо. Основополагающим моментом в таких случаях выступает осознание отсутствия чего-то, чувство потери и крушения. Это может быть осознание своей исключительности и неприятия тебя другими.

Можно назвать некоторые факторы, являющиеся предпосылками возникновения социального одиночества:

1. Проблемы семьи. В первую очередь к ним относится изменение роли семьи, отношение к семье в обществе и нуклеаризация семьи. В настоящее время семья утрачивает свои многовековые традиции и свою роль как главной ценности. Создание семьи уже не является обязательным условием проживания вместе двоих людей, все больше предпочитаемой становится личная независимость, отсутствие обязательств. Все это имеет следствием разрушение семьи, которое, в свою очередь, влечет за собой постоянное чувство одиночества. К тому же семья все больше становится нуклеарной - в ней проживают чаще всего только родители и дети. Старшее поколение часто живет отдельно, что является причиной возрастания чувства одиночества именно в старшем поколении, что ясно показывают опросы населения. Для современного общества традиционная мораль ответственности заменяется на компромиссную практическую мораль, потребительскую. Люди все меньше и меньше стали заботиться о ближних, их интересуют только собственные жизни.

3. Обезличенность отношений в больших городах. Термин Рисмена «одинокая толпа» становится все более актуальным в настоящее время. Несмотря на постоянное увеличение плотности жителей в больших городах, плотность социальных контактов не увеличивается. В итоге, несмотря на то что каждый из жителей скученных городов постоянно окружен большим количеством себе подобных, он не чувствует себя в обществе, что ведет к усилению чувства одиночества.

4. Проблема личного пространства связана с предыдущей проблемой. Жизнь в большом городе предполагает постоянные физические контакты с огромным количеством людей. Недостаток личного пространства на протяжении всего дня порождает стремление к обособлению, получению этого пространства, что, в свою очередь, ведет к оторванности от окружения и одиночеству. Особенно это подчеркивается в пожилом возрасте, когда на жизнедеятельность влияют физические составляющие.

5. Замена личной коммуникации суррогатами. Речь идет о том, что с развитием различных высокотехнологичных способов коммуникации (мобильная связь, Интернет) «живая», непосредственная коммуникация между людьми заменяется на различные ее «заменители».

6. Общее ускорение темпа жизни ведет к постоянной нехватке времени, что негативно сказывается на круге общения человека и ведет к его одиночеству. Таким образом, именно технический прогресс и быстрые темпы развития общества и цивилизации ведутк резкому увеличению психологических и социальных проблем, в том числе связанных с чувством и реальным переживанием одиночества значительной частью населения различных стран.

Одиночество сопровождается некоторыми типичными симптомами. Обычно одинокие чувствуют себя психологически изолированными от остальных людей, не способными к нормальному межличностному общению, к установлению с окружающими интимных межличностных отношений типа дружбы или любви. Одинокая личность - это депрессивная, или подавленная, личность, испытывающего помимо прочего дефицит умений и навыков общения.

Одинокий человек чувствует себя не таким, как все, и считает себя малопривлекательной личностью. Он утверждает, что его никто не любит и не уважает. Такие особенности отношения к себе одинокого человека нередко сопровождаются специфическими отрицательными аффектами, среди которых чувства злости, печали, глубокого несчастья. Одинокий человек избегает социальных контактов, сам изолирует себя от других людей. Ему более чем другим людям, присуще так называемое паранормальность, импульсивность, чрезмерную раздражительность, страх, беспокойство, ощущение разбитости и фрустрированности.

Одинокие люди более пессимистичны, чем не одинокие, они испытывают гипертрофированное чувство жалости к себе, ожидают от других людей только неприятностей, а от будущего - лишь худшего. Они также считают свою жизнь и жизнь других людей бессмысленной. Одинокие люди малоразговорчивы, ведут себя тихо, стараются быть незаметными, чаще всего выглядят печально. У них нередко отмечается усталый вид и наблюдается повышенная сонливость.

Впечатляет перечень типичных эмоциональных состояний, которых время от времени охватывают хронически одинокого человека. Это - отчаяние, тоска, нетерпение, ощущение собственной непривлекательности, беспомощность, панический страх, подавленность, внутренняя опустошенность, скука, охота к перемене мест, ощущение собственной недоразвитости, утрата надежд, изоляция, жалость к себе, скованность,

раздражительность, незащищенность, покинутость, меланхолия, отчужденность.

Одиночество – специфическая форма самосознания человека, сопряженная с тяжелыми и мучительными эмоциональными переживаниями и вызываемая разрывом связей человека с внешним (физическим или социальным миром) или с самим собой.

Одиночество - это форма самосознания, которая говорит о разрыве основной сети отношений и связей, составляющих жизненный мир личности. По этому основанию выделяются следующие типы одиночества:

1. Космическое – человек чувствует разрыв связей со Вселенной, космосом, природой, Богом. Потеря связей с самим собой (именно в этом случае человек переживает самое ужасное одиночество – разрываются связи с самим собой), т.к. его способности, талант не реализуются, он живет чужой жизнью. Такое часто случается, когда в пожилом возрасте нет ни ресурсов, ни желания двигаться дальше и воплощать свои мечты.

2. Культурное одиночество возникает, если личностные ценности человека не соответствуют ценностям общества, в котором он живет, т.к. получается, что он живет в чужом мире. Люди пожилого возраста, в связи с изменением ценностей и культуры общества не всегда могут подстроиться под молодых людей, и вследствие этого возникает проблема одиночества.

3. Социальное – когда разрываются связи человека с группой, в которую он хотел бы входить. Его изгнали, отвергли, не приняли. Человек, вышедший на пенсию, не всегда сохраняет тесные связи со своими коллегами, отношения становятся натянутыми, а иногда и вовсе связи обрываются.

4. Личностное или межличностное одиночество – разрыв связей с другими людьми. У человека нет друзей, дефицит доверительного, интимного общения. Когда в преклонном возрасте человек теряет супруга или же в молодом возрасте не смог найти близких друзей, возникает такая глубокая социальная проблема как одиночество.

Предполагаемые виды одиночества, как результаты разного рода нарушений механизмов идентификации - обособления, что проявляется в субъективном переживании невозможности или нежелания воспринимать адекватно свою связь с социумом.

Существуют так же типы одиноких людей:

Первый тип – «безнадежно одинокие», полностью не удовлетворенные своими отношениями люди. Эти люди не имели партнера в сексуальной жизни или супруга. Они редко устанавливали связь с кем-либо (например, с соседями). Им присуще сильное чувство неудовлетворенности своими взаимоотношениями со сверстниками, покинутость, опустошенность. Они, более других, склонны обвинять в своем одиночестве других людей.

Второй тип – «периодически и временно одинокие». Они в достаточной мере связаны со своими друзьями, знакомыми, хотя и испытывают недостаток в близкой привязанности или не состоят в браке. Они чаще других вступают в социальные контакты в различных местах. По сравнению с другими одинокими, они наиболее социально активны. Эти люди считают свое одиночество переходящим, чувствуют себя покинутыми значительно реже, чем другие одинокие.

Третий тип – «пассивно и устойчиво одинокие». Несмотря на то, что они испытывают недостаток в партнере по интимной связи и им не хватает других связей, они не выражают такой неудовлетворенности по этому поводу, как респонденты, относящиеся к первому и второму типам. Это лица, смирившиеся со своим положением, принимающие его как неизбежность.

Таким образом, можно сделать вывод, что все проявления одиночества негативно сказываются не только на индивида, но и на все общество в целом. Разные виды, но суть проблемы одна- невозможность справиться в одиночку с данным феноменом