

К ИССЛЕДОВАНИЮ ПРИРОДЫ ОДИНОЧЕСТВА КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ФЕНОМЕНА

Н.В. Михайлова

Гуманитарный университет, г. Екатеринбург, Россия

Публикация посвящена изучению феномена одиночества в работах отечественных и зарубежных авторов. Описаны некоторые различия в представлениях на проблему одиночества у разных авторов, получены объяснения некоторых точек зрения на эту проблему. Показано, что состояние одиночества способно формироваться и может по-разному переживаться в любом возрасте и в любой период жизни человека. При этом оно способно выступать и как ресурс развития, и как тяжелое бремя, являющееся следствием действия психологических защит, а также неотрефлексированных личностных проблем. Состояние одиночества часто является следствием попыток уклонения от реальности, поиска спасения от нее в способах существования с использованием виртуальной реальности, например, в различных аддикциях. Выделена главная проблема переживающих одиночество: их неспособность находиться наедине с самим собой на фоне отсутствия интереса к себе и к другим людям.

Ключевые слова: одиночество, экзистенциализм, аддикция, потребность общения, невроз, размытая идентичность, дефицит социального взаимодействия.

Одной из центральных междисциплинарных проблем изучения феномена одиночества является выбор оснований для формулирования дефиниций самого этого ключевого понятия. По крайней мере, сегодня представляется достаточно очевидным, что у разных авторов, изучающих проблему одиночества, наблюдаются различные точки зрения относительно данного феномена.

Пожалуй, интуитивно не противоречивым и логичным представляется некоторое обобщающее по своему характеру представление о том, что одиночество является неким следствием лишения возможности участия в различных качественных социальных контактах, и, в частности, в общении. Его сущность заключается в наличии определенного внутреннего субъективного опыта, который ни в коей мере не идентичен социальной изолированности. Как правило, одиночество представляет собой тягостное и негативное состояние, конструктивно пережить которое могут лишь люди, осознавшие его как потребность в уединении (Покровский, Иваненко, 2008).

Гармонизация взаимоотношений человека с другими людьми возможна в случае самоопределения, которое может быть достигнуто только в уединении. По мнению Ю.Н. Емельянова (1981), желание индивида обеспечить гармонизацию всей системы своих взаимоотношений с другими людьми состоит в стремлении к самоощущенности, которое,

в свою очередь, является одной из основных потребностей человека.

Размышления об одиночестве К. Хорни базируются на представлении о нем как испытываемом индивидом негативном переживании, основанном на опыте, извлекаемом из детства. Развитие ребенка в благоприятной атмосфере позволяет ему в будущем идти по пути самореализации и развития ресурсов реального Я, способности самовыражения и в установлении гармоничных взаимоотношений с другими. В противоположность этому, развитие в неблагоприятных условиях, в невротической обстановке, например, среди людей, отличающихся раздражительностью, отстраненностью, лживостью, поглощенностью собой и др., формирует основу восприятия окружающих как потенциально враждебных людей. Такая основа была названа К. Хорни «базальной тревожностью», которая, по мнению ученого, порождает три вида взаимодействия:

1) движение к людям, характеризующееся привязанностью;

2) движение против других людей, отличительной особенностью которого будет являться враждебность;

3) движение от других, отличающееся эмоциональной отстраненностью.

В дальнейшем один из этих трех видов взаимодействия окажется доминирующим (Хорни, 1993).

Следует отметить мнение о том, что одиночество в современном обществе берет начало с момента изоляции ребенка от матери, считавшегося правильным способом взаимодействия в послевоенное время, когда ношение ребенка на руках признавалось непозволительным и заслуживающим порицания (Прекоп, 2004).

В работах по психологии, изучающих проблему одиночества в начале второй половины XX века, считалось, что это состояние может переживаться подростками, в крайнем случае – детьми в предподростковом возрасте (Sullivan, 1953; Weiss, 1973), но современные исследования обнаружили, что дети любого возраста равным образом, как и взрослые, испытывают одиночество (Burgess, 1999; Cassidy, 1992).

Одной из основных потребностей в подростковом возрасте является необходимость в обособлении, которое, по мнению И.С. Кона (1989), характеризуется нежеланием ощущать контроль со стороны взрослых, при том что и среда сверстников подчас начинает обременять подростка.

Проведенное Я.Л. Коломинским (1976) экспериментальное исследование причин нарушения межличностного взаимодействия среди школьников младших классов и подростков позволило обнаружить, что непопулярность тех или иных детей в обществе их одноклассников связана с некоторыми личностными качествами, например, их несправедливостью, завистливостью, неуживчивостью, ленью, упрямством, драчливостью и др. В свою очередь, некоторые авторы выделяют среди таких черт прежде всего агрессивность, полагая, что именно она является одной из существенных причин непопулярности (Coie, 1995; Erskine, 1973). Вместе с тем, по мнению Н.А. Николаевой (2005), агрессивность может рассматриваться не только как непосредственная причина появления изоляции, но наряду с этим – и как следствие последней. По мнению некоторых других исследователей, проблемы одиночества у дошкольников и школьников младших классов, оказавшихся в изоляции сверстников, связана с их непривлекательностью, неряшливостью, что создает основания воспринимать сверстниками их как некрасивых и грязнуль (Раттер, 1987; Kunlen, Bretsh, 1967).

В категорию изолированных часто попадают и одаренные дети, поскольку считается,

что у талантливого ребенка не существует осознания его одаренности, скорее он ощущает свое отличие от других детей, которое впоследствии может переживаться как отдельность и отчужденность от них (Битянова и соавт., 1999).

В зарубежных исследованиях универсальность состояния одиночества связывается с общечеловеческой потребностью в принадлежности, с необходимостью ощущать себя объектом заботы, проявляющемся, в частности, в чувстве привязанности к себе других людей. Ввиду того, что в полной мере такая потребность, как правило, остается не удовлетворенной, индивид начинает испытывать одиночество (Baumeister, Leary, 1995).

Считается, что в современном обществе отсутствуют гендерные различия относительно признания семьи как существенного источника удовлетворенности собственной жизнью, рассматриваемого по сравнению, например, с фактором работы, трудовой занятости (Erskine, 1973; Faver, 1984). Одновременно с этим с течением исторического времени уменьшается доля мужчин и женщин, готовых придавать важное значение непосредственно семье, поскольку психологические и экономические интересы для наших современников часто становятся превыше всего (Yankelovich, 1981). Существует мнение, что современная действительность создает почву для формирования мобильного общества одиночек, а одной из основ и причин сохранения института брака и семьи является не столько любовь или их материальный фундамент, сколько страх партнеров перед одиночеством (Бек, 2000).

Таким образом, состояние одиночества может переживаться в любом возрасте человека и в любой период его жизни. И даже если его окружают люди, испытывающие по отношению к нему теплые чувства, ощущение, связанное с изолированностью и покинутостью, может проявиться у него в любой момент.

Следует отметить ставшее классическим мнение о наличии трех видов изоляции – межличностной, внутриличностной и экзистенциальной (Ялом, 1999). Отличительной особенностью внутриличностной изоляции является отделение друг от друга частей самого себя, что проявляется переживанием состояния сильного одиночества и почти полной сепарацией от своего организма. Экси-

стенциальная изоляция заключается в еще более глубокой ситуации, связанной с собственным существованием, отличающейся ощущением отделенности индивида с миром в целом, сохраняющимся даже несмотря на его в целом удовлетворительное общение с другими людьми, блистательное знание себя и интегрированность с социумом.

Переживание одиночества может формироваться и в случае неудовлетворенной потребности в общении, проявляющейся на объективном и субъективном уровнях. Объективный уровень характеризуется конфликтами, ссорами, трениями во взаимодействии, а субъективный – изменением эмоционального самочувствия и усилением чувства нервно-психического напряжения (Лабунская с соавт., 2001).

Выделяются три вида затруднений в общении, заключающихся в трудностях, барьерах и нарушениях (Куницына, 1995). При этом трудности являются причиной несбалансированных желаний, умений и возможностей для общения, присущих людям, характеризующихся невоспитанностью, беззастенчивостью и эгоцентризмом, которые часто приводят к отвержению их окружающими. Барьеры в общении создаются человеком, отличающимся предубежденностью, ригидностью в восприятии другого, приверженностью к предрассудкам и стереотипам. Такие психологические характеристики связаны с наличием подозрительности, завистливости, эгоцентризма, тщеславия, себялюбия, ревности и др. Эгоцентризм как личностная особенность проявляется как на высшем, так и на низшем уровне затруднений в общении, и обусловлен непониманием в общении, проблемами несдержанности, нездоровыми реакциями на прежние семейные проблемы, отношениями зависимости и личной несовместимостью (Крабб, 2002).

Ощущение одиночества может быть обусловлено поиском идеала. Так, по мнению, К. Хорни (1997), благоприятные обстоятельства в процессе развития ребенка способствуют раскрытию и осуществлению заложенного в нем потенциала. В противоположность этому, неблагоприятные обстоятельства порождают у ребенка неспособность удержания образа потенциального Я, вместо которого развивается совершенно другой образ – идеальное Я, требующее от него направления всей жизненной энергии на свое поддержа-

ние. При этом для невротиков важно быть лучшим, идеальным, но только не быть самим собой, а риск любого несоответствия порождает тревогу. В контексте вышеизложенного следует отметить позицию Карен Хорни, считавшей, что «базовая тревога» возникает у детей, в семье которых отсутствовали надежные, теплые и доверительные отношения. Со временем у таких детей формируется особый склад характера, вызванный ощущением одиночества, бессилием, неполноценностью. Такой склад характера, по мнению Карен Хорни, не создает неврозов, однако составляет ту питательную почву, на которой в любой момент может сформироваться определенный невроз (Хорни, 1993).

В свою очередь, Ф. Зимбардо (1991) отмечает, что сопоставление себя с идеалом влечет за собой утрату удовольствия от процесса самосовершенствования, вызванную тем, что все силы и помыслы субъекта обращены на идеальный результат.

Состояние одиночества может быть связано с аддикцией и аддиктивным поведением, проявляющимися стремлением к уходу от реальности на фоне измененного психического состояния вследствие употребления каких-либо психоактивных веществ либо постоянной непреодолимой фиксации на конкретных предметах или различных видах неконструктивной активности. С течением времени любая привязанность инициирует облигатное управление жизнью индивида, лишая его воли противодействовать аддикции. Первоначально аддиктивный процесс представляет собой переживание интенсивного изменения психического состояния, заключающегося в повышенном настроении, чувстве радости, экстазе, необычном подъеме, ощущении драматизма, риске, связанном с конкретными действиями. Второй этап формирования аддикции отличается аддиктивным ритмом, состоящим в конкретной последовательности использования средств аддикции. Третий этап характеризуется аддиктивным поведением, обусловленным иерархически измененной мотивационной сферой личности, состоящем в стереотипном способе реагирования с целью получения удовольствия и эйфории с помощью аддиктора. На следующем этапе происходит доминирование аддиктивного поведения, отличающегося функционированием в качестве самообеспечивающейся системы. На этом этапе взаимодействие с людьми затруднено

как на психологическом, так и на социальном уровнях. Именно на этой стадии происходит нарастание чувства одиночества, которое аддикты пытаются отрицать. Психологическое содержание пятого этапа состоит в общем кризисе, подавленности, апатии, опустошенности, отчаянии (Короленко, Донских, 1990).

С некоторых позиций и любовь рассматривается как аддикция, что, например, вызвало среди зарубежных исследователей бурные дискуссии при обсуждении соответствующего раздела Международной классификации болезней 11-го пересмотра. В действительности в качестве таковой может рассматриваться не сама любовь, а исключительно схожие с ней пустые, холодные отношения с человеком, реализующим роль объекта потребности в безопасности (Пил, Бродски, 2005).

Одним из распространенных видов аддикций является «нарциссическое нарушение личности» (Kohut, 1973). По мнению А.Б. Холмогоровой и Н.Г. Гаранян (2004), пациенты, переживающие размытую идентичность, как правило, страдают нарциссическим расстройством, проявляющимся в отсутствии желаний и интересов, которые заменяются искусственными эталонами совершенства и стремлением соответствовать ожиданиям окружающих.

В современной клинической психологии описанному выше явлению, связанному с ригидными невротическими идеалами, дано название «перфекционизм», феномен которого впоследствии стал предметом многих теоретических и эмпирических исследований (Гаранян, 2001).

Философское основание концепции понимания патологического перфекционизма было заложено еще С. Кьеркегором, который описывал «эстетического человека», совершающего краткие посещения к собственному Я, стремясь при этом удостовериться в долгожданных переменах. По мнению А. Б. Холмогоровой и Н.Г. Гаранян (2004), основным мотивом такого человека является не просто стремление к совершенству, а желание избавиться от своего Я путем обретения вместо него другого Я. При этом главным смыслом жизни и доминирующей мотивацией такой личности оказывается желание получить одобрение, восхищение и признание окружающих.

Таким образом, на основании вышеизложенного можно заключить, что одиночество –

это психическое состояние личности, способное выступать и в качестве ресурса развития, и как изнурительное испытание, являющееся следствием психологических защит, неотреллексированных личностных проблем и аддикций.

Для некоторых людей одиночество обусловлено амбивалентным состоянием, выражающимся в неоднозначности и двойственности ощущений, сопровождающих это состояние. В этом случае эффективным средством может явиться преодоление одиночества и возможность научиться ему.

К возможным способам преодоления одиночества можно отнести: психологическое автобиографирование, которое в некоторой степени поможет преодолеть это состояние; оказание помощи другим людям, в частности, участие в благотворительных акциях, в волонтерской деятельности и др. В свою очередь, оказывая помощь другим, некоторые люди при этом стараются избегать обязательств, выражающихся в отказе принимать что-либо от других, мотивированное стремлением сохранить свое право в дальнейшем потребовать что-либо от них. Однако при этом существует риск того, что люди впоследствии не пожелают ничего принимать от того, кто сам не принимает от других. Как подчеркивает Б. Хеллингер (2003), таких людей с течением времени ожидает одиночество и чувство озлобленности.

Возможностью пребывать в изоляции чаще всего обладают люди, сами способные к установлению связи с другими и стремящиеся к продвижению в направлении, обусловленном зрелым ростом личности (Ялом, 1999).

К проблеме одиночества необходимо подходить дифференцированно, с выделением различных типов людей, переживающих состояние одиночества, и, в частности, с определением причинной связи, обусловленной временным состоянием и длительностью переживания чувства одиночества (Знаков, 2005).

В публикации Н.Е. Харламенковой (1998) описаны три типа личности, при которых по-разному происходит переживание состояния одиночества:

- 1) зависимый тип;
- 2) доминирующий тип;
- 3) самодостаточный тип.

К первому из них относятся люди, отличающиеся низкой потребностью в самоутвер-

ждении, завышенной самооценкой и суженой системой ценностей. При доминирующем типе личности характерны гиперпотребность в самоутверждении, завышенная самооценка, ориентация на сверхценность самореализации. Самодостаточный тип людей выделяется конструктивными способами самоутверждения, ориентацией на собственную независимость, ценность общения с окружающими и на саморазвитие. У самодостаточной личности состояние одиночества обусловлено ощущением свободы, собственной независимости и некоего блага (Харламенкова, 1998).

По мнению А. Лэнгле, истинно одиночками являются лишь люди, не способные оставаться наедине с собой. При этом неспособность пребывать в уединении обусловлена утратой человеком своего Я либо поиском своего истинного Я (Лэнгле, 2003).

Изучающий проблему экзистенциальной тревожности Д.А. Леонтьев отмечает, что, например, наличие у человека какого-либо заболевания не является существенным, а важным является то, как он с этим заболеванием справляется. Ввиду этого, главную роль начинает играть вопрос не о соотношении нормы и патологии, а о наличии и характере человеческих ресурсов противодействия либо, напротив, подчинения этой патологии. Решающий момент, имеющий первостепенное значение, обусловлен проявлениями мужества, продиктованными определенными личностными предпосылками. Именно наличие мужества лежит в основе необходимости принятия негативных аспектов, вызванных тревогой, смертью, небытием как неких неотъемлемых экзистенциальных аспектов нашей жизни (Леонтьев, 2003).

Ульрих Бек, рассматривая в своей работе проблему мужского и женского одиночества, описывает ее через современную социальную реальность, которая порождает необходимость индивидуализированного образа жизни, обусловленного созданием и культивированием контактных кругов на все возможные случаи жизни, требующие, в свою очередь, от индивида непосредственной основательной готовности к оказанию помощи другим в попытках пережить ими выпавшие на их долю тяготы. Увеличение числа дружеских контактов оказывается неизбежным условием и составляет то удовольствие, которое предоставляет одинокая жизнь. Такой образ жизни предусматривает предельную устойчивую позицию, состоящую в необходимости приобрете-

ния источника дохода для самоутверждения и получения социального опыта, нуждающуюся в культивировании и укреплении. Однако по мере претворения в жизнь выбранного образа жизни возрастает и опасность, что такой образ породит неразрешимые проблемы для создания семьи. Одинокое существование усиливает тоску по Другому/Другой, но в то же время включение другого человека в свою жизнь уже оказывается неприемлемым. В избранном образе жизни более нет места Другому. Заветное партнерство сопряжено с угрозой разрушения старательно созданной неустойчивой гармонии. Выбранная конструкция самостоятельности впоследствии может повлечь за собой переживание одиночества и является одной из главных причин индивидуализации (Бек, 2000).

Таким образом, осмысление и объяснение феномена одиночества, различно – от осознания его необходимости до осмысления его как негативного явления, однако до сих пор не существует единого понимания этого феномена.

Состояние одиночества может переживаться в любом возрасте и в любой период жизни. Оно способно выступать и в качестве ресурса развития, и как тяжелое бремя, являющееся следствием психологических защит, неотрефлектированных личностных проблем. С этим состоянием чаще всего сталкиваются люди, уклоняющиеся от реальности и ищущие спасения от нее в воображаемых способах существования, в частности, в различных аддикциях. Главная проблема людей, переживающих одиночество, состоит в их неспособности находиться наедине с самим собой и в отсутствии интереса непосредственно к себе и к другим людям.

Литература

1. Бек, У. *Общество риска. На пути к другому модерну* / У. Бек. – М.: Прогресс-Традиция, 2000. – 383 с.
2. Битянова, М.Р. *Психология одаренности. От теории к практике* / М.Р. Битянова, А.Н. Адашкина, В.Н. Дружинин и др. – М.: Институт психологии РАН, 1999. – 128 с.
3. Гараян, Н.Г. *Перфекционизм, депрессия, тревога.* / Н.Г. Гараян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеева // *Моск. психотерап. журн.* – 2001. – № 4. – С. 18–48.
4. Емельянов, Ю.Н. *Стремление к самостождественности как социогенная потребность индивида. Проблемы социогенных потребностей* / Ю.Н. Емельянов. – Тбилиси, 1981. – С. 97–100.

5. Зимбардо, Ф.М. Застенчивость / Ф.М. Зимбардо. – М.: Педагогика, 1991. – 208 с.
6. Знаков, В.В. Психология субъекта и психология человеческого бытия. Субъект, личность и психология человеческого бытия / В.В. Знаков. – М.: Институт психологии РАН, 2005. – 384 с.
7. Коломинский, Я.А. Психология взаимоотношений в малых группах / Я.А. Коломинский. – Минск: Изд-во БГУ, 1976. – 350 с.
8. Кон, И.С. Психология юношеского возраста / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1979. – 170 с.
9. Короленко, Ц.П. Семь путей к катастрофе. Деструктивное поведение в современном мире / Ц.П. Короленко, Т.А. Донских. – Новосибирск: Наука, 1990. – 222 с.
10. Крабб, А. Мужчины и женщины / А. Крабб. – СПб., 2002. – 204 с.
11. Куницына, В.Н. Нарушения, барьеры, трудности межличностного общения. Актуальные проблемы психологической теории и практики / В.Н. Куницына. – СПб., 1995. – 402 с.
12. Лабунская, В.А. Психология затрудненного общения / В.А. Лабунская, Ю.А. Менджерская, Е.Д. Бреус. – М.: Академия, 2001. – 288 с.
13. Леонтьев, Д.А. Экзистенциальная тревога и как с ней бороться? / Д.А. Леонтьев // Моск. психотерап. журн. – 2003. – № 2 (37). – С. 107–119.
14. Лэнгле, А. Психотерапия – научный метод или духовная практика? О соотношении между имманентным и трансцендентным на примере экзистенциального анализа / А. Лэнгле // Моск. психотерап. журн. – 2003. – № 2 (37). – С. 7–35.
15. Николаева, Н.А. Изолированность и одиночество в юношеском возрасте / Н.А. Николаева. – Изд-во ОГПУ, 2005. – 139 с.
16. Раттер, М. Помощь трудным детям / М.М. Раттер. – М.: Прогресс, 1987. – 424 с.
17. Пил, С. Любовь и зависимость / С. Пил, А.М. Бродски. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2005. – 384 с.
18. Покровский, Н.Е. Универсум одиночества: социологические и психологические очерки / Н.Е. Покровский, Г.В. Иванченко. – М.: Логос, 2008. – 408 с.
19. Прекоп, И. Маленький тиран. Как дети манипулируют родителями / И. Прекоп. – СПб.: Речь, 2004. – 192 с.
20. Харламенкова, Н.Е. Дифференциальный подход к проблеме одиночества: зависимость, доминирование, самодостаточность / Н.Е. Харламенкова. – Психология личности: новые исследования. – М., 1998. – С. 85–97.
21. Хеллигер, Б.М. И в середине станет тебе легко: книга для тех, кто хочет найти гармонию в отношениях, любви и стать счастливыми / Б.М. Хеллигер. – М.: Институт психотерапии, 2003. – 204 с.
22. Холмогорова, А.Б. Нарциссизм, перфекционизм и депрессия / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян // Моск. психотерап. журн. – 2004. – № 1. – С. 18–35.
23. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни. – М.: Дайджест, 1993. – 217 с.
24. Хорни, К. Невроз и развитие личности / К. Хорни // Собр. соч.: в 3 т. – М., 1997. – Т. 3. – С. 235–69.
25. Ялом, И.Д. Экзистенциальная психотерапия / И.Д. Ялом. – М.: Класс, 1999. – 576 с.
26. Baumeister R.F., Leary M.R. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation // Psychological Bulletin. 1995. N 3. P. 497–529.
27. Burgess K.B. Loneliness during early childhood: the role of interpersonal behaviors and relationships / K.B. Burgess, G.W. Ladd., B.J. Kochenderfer et al. // Loneliness in Childhood and Adolescence. Cambridge, 1999. – P. 109–134.
28. Cassidy, J. Loneliness and peer relations in young children / J. Cassidy, S.R. Asher // Child development. – 1992. – Vol. 63. – P. 350–365.
29. Coie J. et al. Childhood peer rejection and aggression as predictors of stable patterns of adolescent disorder. / J. et al. Coie. // Development and Psychopathology. 1995. – V. 7. – P. 697–713.
30. Erskine, H. The Polls: Hopes, Fears, and Regrets. / H. Erskine // Public Opinion Quarterly. – 1973. – Vol. 37. – P. 132–145.
31. Faver, C.A. Women in Transition: Career, Family and Life Satisfaction in three Cohorts / C.A. Faver. – N.Y., 1984. – 248 p.
32. Kohut, H. Narcissism / H. Kohut. – Frankfurt a. – М.: Suhrkamp, 1973. – 400 p.
33. Kunlen, R.G. Sociometric Status and Personal Problems of Adolescent / R.G. Kunlen, H.S. Bretsh // Sociometry. – 1967. – № 10. – P. 38–49.
34. Sullivan, H.S. The interpersonal theory of psychiatry / H.S. Sullivan. – New York: W.W. Norton, Inc., 1953. – 393 p.
35. Weiss, R.S. Loneliness: the experience of emotional and social isolation / R.S. Weiss. – Cambridge, MA: MIT Press, 1973. – 236 p.
36. Yankelovich, D. New Rules: Searching for Fulfilment in a World Turned Upside Down / D. Yankelovich. – N.Y., 1981. – P. 185–186.

Михайлова Наталья Владимировна, аспирант факультета социальной психологии, Гуманитарный университет (Екатеринбург), Российская Федерация, natalja.makhmutova@yandex.ru

Поступила в редакцию 19 января 2018 г.

TOWARD THE STUDY OF LONELINESS AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

N.V. Mikhailova, natalja.makhmutova@yandex.ru
Liberal Arts University, Ekaterinburg, Russian Federation

The article is devoted to studying the phenomenon of loneliness in domestic and foreign researches. The purpose of the study was to consider controversies on the issue of loneliness from different authors and explain various opinions on the phenomenon of loneliness. It was showed that the state of loneliness can be experienced in different ways at every age and in every period of life. However, it is able to act both a resource for development and a heavy burden, which is a consequence of psychological defenses as well as unreflected personal problems. Loneliness is often result of avoiding reality, searching rescue from it in ways of using virtual reality, for example, in various addictions. It was emphasized the main problem of people experiencing loneliness: it is their inability to be alone with themselves and in the absence of interest directly to themselves and to other people.

Keywords: loneliness, existentialism, addiction, communication need, neurosis, fuzzy identity, lack of social interaction.

References

1. Bek U. *Obshchestvo riska. Na puti k drugomu modernu* [Risk Society. On the Way to Another Modernity]. Moscow, Progress-Traditsiya Publ., 2000. 383 p.
2. Bityanova M.R., Adaskina A.N., Druzhinin V.N., Popova L.V., Ushakov D.V., Churbanova S.M. *Psikhologiya odarennosti. Ot teorii k praktike* [Psychology of Giftedness. From Theory to Practice]. Moscow, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences, 1999. 128 p.
3. Garanyan N.G., Kholmogorova A.B., Yudeeva T.Yu. [Perfectionism, Depression, Anxiety]. *Mosk. psikhoterap. zhurn.* [Moscow Psychotherapeutic Journal], 2001, no. 4, pp. 18–48. (in Russ.)
4. Yemelyanov Yu.N. *Stremeniye k samotozhdestvennosti kak sotsiogenaya potrebnost' individa. Problemy sotsiogennykh potrebnostey* [Striving for Self-identity as a Sociogenic Need of the Individual. Problems of Sociogenic Needs]. Tbilisi, 1981, pp. 97–100.
5. Zimbardo F. *Zastenчивost'* [Shyness]. Moscow, Pedagogika Publ., 1991. 208 p.
6. Znakov V.V. *Psikhologiya sub'yekta i psikhologiya chelovecheskogo bytiya. Sub'yekt, lichnost' i psikhologiya chelovecheskogo bytiya* [The Psychology of the Subject and the Psychology of Human Existence. Subject, Personality and Psychology of Human Existence]. Moscow, Institut psikhologii RAN Publ., 2005. 384 p.
7. Kolominsky Ya.A. *Psikhologiya vzaimootnosheniy v malykh gruppakh* [Psychology of Relationships in Small Groups]. Minsk, Publishing house of the Belarusian State University, 1976. 350 p.
8. Kon I.S. *Psikhologiya yunosheskogo vozrasta* [Psychology of Adolescence]. Moscow, Education Publ., 1979. 170 p.
9. Korolenko Ts.P., Donskikh T.A. *Sem' putey k katastrofe. Destruktivnoye povedeniye v sovremennom mire* [Seven Ways to Disaster. Destructive Behavior in the Modern World]. Novosibirsk, Science Publ., 1990. 222 p.
10. Crabb A. *Muzhchina i zhenshchina* [A Man and a Woman]. St. Petersburg, 2002. 204 p.
11. Kunitsyna V.N. *Narusheniya, bar'yery, trudnosti mezhlichnostnogo obshcheniya. Aktual'nyye problemy psikhologicheskoy teorii i praktiki* [Violations, Barriers, Difficulties of Interpersonal Communication. Actual Problems of Psychological Theory and Practice]. St. Petersburg, 1995. 402 p.
12. Labunskaya VA, Mendzheritskaya Yu.A., Breus E.D. [Psychology of Difficult Communication]. Moscow, Academy, 2001. 288 p.
13. Leontiev D.A. [Existential Anxiety and How Cope with it?]. *Mosk. psikhoterap. zhurn.* [Moscow Psychotherapeutic Journal], no. 2 (37), 2003. pp. 107–119. (in Russ.)
14. Langle A. [Psychotherapy – a Scientific Method or Spiritual Practice? On the Relationship between Immanent and Transcendent on the Example of Existential Analysis]. *Mosk. psikhoterap. zhurn.* [Moscow Psychotherapeutic Journal], 2003, no. 2 (37), pp. 7–35. (in Russ.)
15. Nikolaeva N.A. *Izolirovannost' i odinochestvo v yunosheskom vozraste* [Isolation and Loneliness in Adolescence]. OGPU Publ., 2005. 139 p.
16. Rutter M. *Pomoshch' trudnym detyam* [Help to Difficult Children]. Moscow, Progress Publ., 1987. 424 p.
17. Pil S., Brodski A.M. [Love and Dependence]. Moscow, Institute for General Humanitarian Research, 2005. 384 p.

18. Pokrovsky N.E., Ivanchenko G.V. [Universum of Loneliness: Sociological and Psychological Essays]. Moscow, Logos Publ., 2008. 408 p.
19. Prekop I. *Malen'kiy tiran. Kak deti manipuliruyut roditelyami* [A Small Tyrant. How Children Manipulate their Parents]. St. Petersburg, Speech Publ., 2004. 192 p.
20. Kharlamenkova N.E. [Differential Approach to the Problem of Loneliness: Dependence, Domination, Self-sufficiency]. *Psikhologiya lichnosti: novyye issledovaniya* [Psychology of Personality: New Research]. Moscow, 1998, pp. 85–97. (in Russ.)
21. KHelliiger B.M. *I v seredine stanet tebe legko: kniga dlya tekhn, kto khochet nayti garmoniyu v otnosheniyakh, lyubvi i stat' schastlivymi* [And in the Middle it will be Easy for You: a Book for those Who Want to Find Harmony in Relationships, Love and Become Happy]. Moscow, Institute of Psychotherapy, 2003. 204 p.
22. Kholmogorova A.B., Garanyan N.G. [Narcissism, Perfertsionizm and Depression]. *Mosk. psikhoterap. zhurn.* [Moscow Psychotherapeutic Journal], 2004, no. 1, pp. 18–35. (in Russ.)
23. Horney K. *Nevroticheskaya lichnost' nashego vremeni* [Neurotic Personality of our Time]. Moscow, Digest Publ., 1993. 217 p.
24. Horney K. *Nevroz i razvitiye lichnosti* [Neurosis and Personality Development. T.3]. Moscow, 1997, pp. 235–269.
25. Yalom I.D. *Ekzistentsial'naya psikhoterapiya* [Existential Psychotherapy]. Moscow, Class Publ., 1999. 576 p.
26. Baumeister R.F., Leary M.R. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 1995, no. 3, pp. 497–529. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>.
27. Burgess K.B., Ladd G.W., Kochenderfer B.J., Lambert S.F., Birch S.H. Loneliness during early childhood: the role of interpersonal behaviors and relationships. *Loneliness in Childhood and Adolescence*. Cambridge, 1999, pp. 109–134. DOI: <https://doi.org/10.1017/CBO9780511551888.006>.
28. Cassidy J., Asher S.R. Loneliness and peer relations in young children. *Child development*, 1992, vol. 63, pp. 350–365. DOI: <https://doi.org/10.2307/1131484>.
29. Coie J. et al. Childhood peer rejection and aggression as predictors of stable patterns of adolescent disorder. *Development and Psychopathology*, 1995, vol. 7, pp. 697–713. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0954579400006799>.
30. Erskine H. The Polls: Hopes, Fears, and Regrets. *Public Opinion Quarterly*, 1973, vol. 37, pp. 132–145. DOI: <https://doi.org/10.1086/268068>.
31. Faver C.A. *Women in Transition: Career, Family and Life Satisfaction in three Cohorts*. N.Y., 1984. 248 p.
32. Kohut H. *Narzissismus*. Frankfurt a. M., Suhrkamp, 1973. 400 p.
33. Kunlen R.G., Bretsh H.S. Sociometric Status and Personal Problems of Adolescent. *Sociometry*, 1967, no. 10, pp. 38–49.
34. Sullivan H.S. *The interpersonal theory of psychiatry*. New York, W.W. Norton, Inc., 1953. 393 p.
35. Weiss R.S. *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA, MIT Press, 1973. 236 p.
36. Yankelovich D. *New Rules: Searching for Fulfilment in a World Turned Upside Down*. N.Y., 1981. Pp. 185–186.

Received 19 January 2018

ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Михайлова, Н.В. К исследованию природы одиночества как психологического феномена / Н.В. Михайлова // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2018. – Т. 11, № 2. – С. 37–44. DOI: 10.14529/psy180204

FOR CITATION

Mikhailova N.V. Toward the Study of Loneliness as a Psychological Phenomenon. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*. 2018, vol. 11, no. 2, pp. 37–44. (in Russ.). DOI: 10.14529/psy180204

От редакционной коллегии

В журнале «Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология», 2018 г., т. 11, № 1 в содержании (с. 3) и в статье «Субъективное переживание одиночества и эмоции, испытываемые представителями этнического меньшинства в инкультурной среде» (с. 51–57) на с. 51 (под заголовком), на с. 57 (внизу полосы) следует читать:

«Михайлова Н.В.»