

функционирования слухов своевременно и умело применять, сочетая профилактические мероприятия с оперативными контрмерами.

Четкие, структурированные знания о представленной проблеме позволяют успешно сглаживать негативное воздействие слухов как на межличностное взаимодействие в малой социальной группе, так и в масштабах всех общественных отношений.

В данной работе нами были выполнены поставленные задачи. По полученным результатам сделаны объективные выводы.

Также мы подтвердили следующие гипотезы:

1. Малая социальная группа склонна доверять либо не доверять слухам.

2. В малой социальной группе есть информационный лидер.

Гипотеза о том, что исследуемая малая социальная группа считает слухи источником рекламы была подтверждена частично, т.к. половина группы считает, что слухи не могут носить рекламный характер.

В заключении представленной работы хотелось бы отметить, что феномен слухов сложен и многообразен и требует тщательной проработки в изучении.

О.М. Ботова, И.В. Воробьева
РГППУ, г. Екатеринбург

Одиночество как ресурс развития личности в юношеский период

Одиночество является одной из наиболее актуальных проблем современного общества. Это не только сложный феномен индивидуальной жизни человека, но и важнейшее общественное явление, требующее психологического осмысления.

Современная ситуация в обществе характеризуется структурными и динамическими изменениями в социальной, экономической и политической жизни. Техническая легкость коммуникаций, развитие электронных средств общения, избавляет человека от физического состояния одиночества, позволяет не утратить контакта с другими людьми, в действительности же еще больше обостряет проблему одино-

чества. Электронное общение зачастую носит поверхностный характер, не связанный с эмоциональной включенностью, ощущением присутствия другого человека. Обилие информации лишь создает иллюзию связанности с другими людьми, но не ведет к преодолению эмоциональной изоляции. Недостаток и «поверхностность» значимых отношений вызывает острые негативные переживания одиночества. Однако, оставаясь одиноким, человек лишен уединенности. Из-за обилия информации, увеличения количества контактов, у современного человека часто нет времени остаться наедине с собой, погрузиться в мысли, задуматься о своем «Я». В этих условиях поиск путей конструктивного решения проблем одиночества приобретает особую актуальность.

Большинство исследований одиночества в современной науке рассматривает данный феномен как негативное эмоциональное переживание в социальной изоляции от других людей, как болезненное эмоциональное состояние. В современных исследованиях переживание одиночества рассматривается во взаимосвязи с такими феноменами, как депрессия, суицид, агрессия, девиантное поведение. Анализ научной литературы и исследований в психологии по данной проблеме показывает, что до сих пор нет единого понимания сущности одиночества, его генезиса и особенностей проявления.

На наш взгляд, одиночество можно рассматривать в двух разных аспектах: одиночество как проблема (негативный аспект) и одиночество как ресурс развития личности (позитивный аспект). Негативный характер одиночества проявляется в деформации «сложной и обширной сети взаимосвязей» человека, «основополагающим моментом ... выступает осознание отсутствия чего-либо, чувство потери и крушения» (Н.Е.Водопьянова, 2009). Позитивный аспект одиночества заключается в том, что оно является неотъемлемой частью становления индивидуальности человека. Одиночество позволяет человеку обратиться к самому себе, глубже понять себя, раскрыть свои возможности. Одиночество актуализирует внутренний

диалог, интегрирует знания о себе в целостный образ «Я».

Наше исследование было посвящено определению психологических особенностей феномена одиночества и выявление специфики его переживания у студентов юношеского возраста. Предметом исследования стали особенности переживания одиночества студентами юношеского возраста. Оно проводилось в городе Екатеринбурге, в ФГАОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет» в 2011 году. К участию привлекались 114 студентов.

Гипотезами нашего исследования стали следующие предположения:

1. Студенты, остро испытывающие одиночество, обладают определенными формально-динамическими особенностями личности;
2. К переживанию позитивного одиночества более склонны студенты с высоким уровнем креативности;
3. Существуют различия в переживании одиночества у студентов художественных и нехудожественных специальностей.

В своей работе мы использовали такие методики, как: диагностический опросник «Одиночество» С.Г. Корчагиной, опросник структуры темперамента В.М. Русалова, самоактуализационный тест. Также нами была разработана анкета, с помощью которой выяснялось отношение респондентов к феномену одиночества.

В ходе анкетирования было выявлено, что одиночество – субъективное состояние, которое в той или иной степени переживается студентами юношеского возраста. По результатам анкеты, одиночками себя считают 18% респондентов, не считают себя одиночками 66%, ответ «не знаю» получен от 16% респондентов. Интересно отметить, что из тех респондентов, кто считают себя одиночками, стремятся избежать одиночества 40%, не стремятся избежать одиночества – 60%. Из тех респондентов, кто не считает себя одиночкой, избегают одиночества – 35%, не избегают – 46%, ответили «не знаю» - 19% респондентов. В общей выборке избегают одиночества 45%, не избегают одиночества – 45%, ответили «не знаю» - 10%.

Результаты описательной статистике в общей выборке по методике «Одиночество» С.Г. Корчагиной показали, что высокий уровень диффузного одиночества преобладает у 25 % студентов. Для этих студентов характерна подозрительность в межличностных отношениях, противоречия личностных и поведенческих характеристик: сопротивление и приспособление в конфликтах; наличие всех уровней эмпатии; возбудимость, тревожность и эмотивность характера, коммуникативная направленность. Высокий уровень отчуждающего одиночества выявлен у 31% студентов. Для них характерно проявление таких характеристик, как недоверие, подозрительность, тоска, приписывание другим плохих намерений. Для таких людей характерна личностная тенденция к обособлению от других людей, ценностей, принятых в обществе. Высокий уровень диссоциированного одиночества выявлен у 2 % студентов. Переживание такого вида одиночества проявляется в тревожности, возбудимости, демонстративности характера. Для таких студентов характерно яркая выраженность процесса идентификации и отчуждения и резкая их смена по отношению даже к одним и тем же людям.

Для оценки достоверности различий между группами студентов художественных и нехудожественных специальностей был применен критерий сравнительной статистики – непараметрический U-критерий Манна-Уитни. В результате проведенного исследования были выявлены статистически достоверные отличия по некоторым шкалам методик.

Студенты художественных и нехудожественных специальностей показали различия по шкале социальной эргичности опросника структуры темперамента В.М. Русалова. Достоверные различия между студентами получились по шкале представление о природе человека самоактуализационного теста. У студентов художественных специальностей этот показатель гораздо выше. Высокий балл по шкале свидетельствует о склонности человека воспринимать природу человека в целом как положительную («люди в массе своей скорее добры») и не считать дихотомии мужественности –

женственности, рациональности – эмоциональности и т.д. антагонистическими и непреодолимыми. Также различия в подвыборках получились по показателю креативности, что может быть обусловлено тем, что, выбирая творческую специальность, студент уже обладает определенным уровнем творческих способностей, также и профессиональная деятельность позволяет развивать эти способности.

Различия также выявились и по показателю выхода из состояния одиночества «печальная пассивность» анкеты. Студентов нехудожественных специальностей для выхода из одиночества не предпринимают активных действий, предпочитают действовать пассивно («ничего не делаю», «сплю»), слишком много ем», «смотрю телевизор», «плачу», «употребляю алкоголь»). Студенты художественных специальностей предпочитают печальной пассивности активное уединение («пишу», «музицирую», «занимаюсь любимым делом», «иду в кино, театр»). Можно говорить о том, что одиночество помогает найти в себе новый опыт, помогает творить студентам художественных специальностей. Также были выявлены различия по шкале причины одиночества «осознанное стремление к одиночеству» анкеты. Эти данные говорят о том, что творчеству способствует «осознанное уединение», занятия творческой деятельностью связаны с принятием одиночества, которое наполняется позитивным смыслом. Именно в таком одиночестве легче найти новый позитивный опыт, понять себя, прислушаться к себе.

В результате корреляционного анализа, который проводился с помощью коэффициента корреляции Спирмена, были выявлены следующие взаимосвязи в выборке студентов юношеского возраста.

Выявлена высокозначимая прямая взаимосвязь между шкалой ориентация во времени и диффузным одиночеством ($r = 0,445$, $p = 0,01$). Человек, испытывающий диффузное одиночество ориентирован на настоящее. Это может быть связано с тем, что человек решает проблему идентификации с другими, подтверждение своей значимости и бытия в общении с

людьми, поэтому он должен жить настоящим, в сфере решения данной проблемы. Тесная прямая взаимосвязь получилась между шкалой поддержки и шкалой диффузным одиночеством ($r = 0,444$, $p = 0,01$). Человек, переживая диффузное одиночество, стремится идентифицировать себя с другими людьми, группой. Поэтому он выбирает стратегию поиска сочувствия и поддержки. Обратная взаимосвязь выявлена между шкалой самоуважение и диффузным одиночеством ($r = -0,430$, $p = 0,01$). Диффузное одиночество обусловлено потерей собственного «Я», его растворением в социуме, отчуждением от самого себя, поэтому человек не способен адекватно оценить себя, выявить достоинства и недостатки. Выявлена тесная взаимосвязь между шкалой самопринятия и диффузным одиночеством ($r = -0,345$, $p = 0,01$). Это может быть связано с тем, что человек, испытывающий диффузное одиночество и идентифицирующий себя с другими, отказывается от проявлений своих собственных особенностей, стремлений, интересов. Выявлена обратная взаимосвязь между шкалой креативности и диффузным одиночеством ($r = -0,294$, $p = 0,01$). Для переживания диффузного одиночества характерен поиск и установление контактов с другими людьми, незаинтересованность своим внутренним миром, боязнь уединения. Для креативности бывает необходима уединенность, в которой можно найти новый опыт для развития творческих способностей. Таким образом, перед педагогом-психологом встает вопрос о разработке психолого-педагогической модели помощи, позволяющая актуализировать позитивный потенциал одиночества у студентов юношеского возраста.

Библиографический список

1. *Водопьянова Н.Е.* Психодиагностика стресса: практическое пособие / Н.Е. Водопьянова. Санкт-Петербург: Питер, 2009. 329 с.
2. *Долгинова О.Б.* Изучение одиночества как психологического феномена / О.Б. Долгинова // Практическая психология. 2000. №4. С. 28- 36.

3. *Кирпиков А.Р.* Позитивные аспекты переживания одиночества в подростковом возрасте: диссертация ... кандидата психологических наук / А.Р. Кирпиков. Москва, 2002. 181 с.

4. *Корчагина С.Г.* Психология одиночества: учебное пособие / С.Г. Корчагина. Москва: МПСИ, 2008. 228 с.

5. *Перлман Д., Пепло Л.Э.* Теоретические подходы к одиночеству / Д. Перлман [и др.] // Лабиринты одиночества: пер. с англ. Сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. Москва: Прогресс, 1989. С 152-169.

Л.А. Вахрушева
РГППУ, г. Екатеринбург

Изучение особенностей копинг-поведения у студентов- психологов

Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного человека, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. Это связано со многими факторами и угрозами, в том числе политическими, информационными, социально-экономическими, экологическими, природными. Для совладания со стрессовыми ситуациями человек на протяжении своей жизни вырабатывает так называемые копинг-стратегии, то есть систему целенаправленного поведения по сознательному овладению ситуацией для уменьшения вредного влияния стресса. В связи с этим особую актуальность приобретают вопросы, связанные с функционированием, адаптацией и выработкой личностью эффективных стратегий преодоления ситуаций, связанных с неопределенностью, различными стрессовыми ситуациями.

Особенно актуально изучение копинг-поведения у студентов-психологов, так как это будущие специалисты, которые в своей профессиональной деятельности должны будут оказывать помощь людям, испытывающим стрессовые ситуации. Будущему психологу безусловно необходимо самому эффективно справляться со стрессовыми ситуациями, а если у них пока не выработаны продуктивные спо-

собы реагирования на стресс, то в кратчайшие сроки им необходимо это исправить.

В настоящее время теория «копинга» получила всеобщее признание и является наиболее разработанной среди зарубежных и отечественных исследований. Однако до сих пор в литературе нет единого мнения об оценке и механизме воздействия копинг-поведения на стресс.

Под «копингом» подразумеваются постоянно изменяющиеся когнитивные, эмоциональные и поведенческие попытки справиться со специфическими внешними или/и внутренними требованиями, которые оцениваются как напряжение или превышают ресурсы человека с ними справиться.

Можно выделить основные проблемы, с которыми приходится сталкиваться исследователям копинг-поведения:

1. Проблема выделения критериев копинг-поведения. В связи с этим важно прояснить соотношение понятий «копинг-поведение» и «психологическая защита» - с одной стороны, и понятий «адаптация», «саморегуляция» и «совладающее поведение», - с другой. Критериями копинг-поведения выступают его осознанность, целенаправленность, контролируемость ситуации, адекватность ситуации и моменту времени, регуляция уровня стресса, значимость выбора стратегии поведения для психологического благополучия субъекта, социально-психологическая обусловленность и возможность обучения этому виду поведения.

2. Проблема определения понятия «копинг-ресурс» личности а также изучение различных групп этих ресурсов. Копинг-ресурс – это те средства, возможности, осознанное использование которых позволяет получить желаемый результат, т.е. справиться с трудной ситуацией. Обычно выделяют внешние (средовые) и внутренние (индивидуально-психологические) ресурсы копинг-поведения. Одна из задач практической психологии – помощь в осознании и актуализации имеющихся ресурсов данным субъектом, то есть расширение доступного поля ресурсов.