

ОСОБЕННОСТИ ОДИНОЧЕСТВА ЖЕНЩИН РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Мамбетниязова Б.С.

студентка 4 курса отделения практической психологии
Каракалпакский государственный университет.

Турумбетова З.Ю.

научный руководитель.
и.о.доцент кафедры «Педагогика и психологии»

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14739209>

Аннотация. В статье рассмотрен феномен одиночества, раскрыта важность его изучения в зрелом возрасте и взаимосвязь с депрессией. Приведено исследование взаимосвязи одиночества и депрессии в период ранней, средней и поздней взрослости.

Ключевые слова: одиночество, виды одиночества, депрессия, взрослость.

FEATURES OF LONELINESS IN WOMEN IN EARLY ADULTITY

Abstract. The article considers the phenomenon of loneliness, reveals the importance of studying it in adulthood and its relationship with depression. A study of the relationship between loneliness and depression in early, middle and late adulthood is presented.

Keywords: loneliness, types of loneliness, depression, adulthood.

Одиночество, одна из наиболее серьезных социальных проблем современности,— комплексное явление. «Не знающее классовых, расовых или возрастных границ, одиночество сегодня — это великий уравниватель всего и вся»

Проблема одиночества всегда волновала человечество, занимая умы ученых, писателей, философов. В последнее время этой проблеме посвящаются все новые и новые работы, исследующие сущность одиночества, причины его возникновения, характерные проявления и влияние на разные категории людей в разные периоды жизни.

Однако в настоящее время не существует единого мнения о том, что же такое одиночество: беда или счастье, норма или патология. Различные философские течения и психологические школы рассматривают одиночество то как единственно возможную основу человеческого бытия, то как противоестественное для человека состояние, патологию и проявление слабой приспособляемости личности, то - как социальную проблему, следствие развития современных общественных сил. «Одиночество принадлежит к числу тех понятий, реальный жизненный смысл которых, казалось бы,

отчетливо представляется даже обыденному сознанию, однако подобная ясность обманчива, ибо она скрывает сложное, противоречивое философское содержание, как бы ускользающее от рационального смысла».

Для одних одиночество - результат осознания человеком оторванности и конечности его существования, сопровождающееся отчаянием и потерей надежды, для других - активное творческое состояние, благоприятная возможность для общения с самим собой и источник силы.

А.Маслоу - один из основателей гуманистической психологии - считал, что действия человека определяются двумя типами мотивов: восполнение дефицита и рост. Он выделил следующие характеристики человека, ориентированного на рост: способность реализации собственного потенциала, большая самодостаточность, меньшая зависимость от подкрепления среды, меньшая потребность в межличностных отношениях, восприятие людей не с позиции полезности («использования»), а с позиции уникальности каждого человека. Т.о., эти люди руководствуются не социальными или средовыми детерминантами, а внутренними. Исходя из этого, Маслоу предложил выделить два типа любви - бытийную и дефицитарную. Сравнивая эти типы Маслоу считал, что для бытийной любви характерны: минимум тревоги-враждебности, независимость, автономность, минимум ревности, большая бескорыстность, альтруистичность, заботливость.

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 паронормальность, импульсивность, чрезмерную раздражительность, страх, беспокойство, ощущение разбитости и фрустрированности.

Одиноким людям более пессимистичны, чем не одиноким, 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. Одиноким людям малоразговорчивы, ведут себя тихо, стараются быть незаметными, чаще всего выглядят печально. У них нередко отмечается усталый вид и наблюдается повышенная сонливость.

Как известно каждый возрастной этап несет в себе определенные задачи развития и от успешности их решения индивидом во многом зависит и особенности переживания им одиночества. Сказанное делает очевидным необходимость в рамках темы данного исследования изучение психологических особенностей периода ранней взрослости.

Ранняя взрослость рассматривается как возраст: от 21 года до 25 лет Д.Бромлеем; Дж.Биррен выделяет для этого возраста период 17-25 лет; в периодизации Э.Эриксона это возраст от 20 до 25 лет.

Главные проблемы, требующие своего разрешения в период ранней взрослости,— это достижение идентичности (в противоположность смешению ролей) и близости (в противоположность изоляции). Близость требует установления приносящих взаимное удовлетворение тесных отношений с другим человеком и представляет собой единение двух идентичностей, но без утраты каждым индивидуумом своих неповторимых особенностей, Изоляция же наступает в результате невозможности или неспособности достичь взаимности, иногда вследствие того, что идентичность индивидуума настолько слаба, что возникает риск потерять себя при единении с другими.

Период ранней взрослости в теории возрастного развития Э.Эриксона – это период от конца юности до начала среднего возраста. Это время ухаживания мужчины за женщиной и ранние годы их семейной жизни. Эриксон, учитывая уже совершившееся на предыдущем этапе опознание «Я» и включение человека в трудовую деятельность, указывает на специфический для этой стадии параметр, который заключен между положительным полюсом близости и отрицательным одиночества.

Коротко резюмируя все вышеизложенное, можно сказать, что основными узловыми моментами развития личности периода ранней взрослости являются профессиональное самоопределение, как реализация своей жизненной стратегии, и установление интимных(в широком понимании), доверительных отношений с людьми, что, так или иначе, связано и со статусом личности в обществе, и, что немаловажно, с социальным одобрением.

REFERENCES

1. Бодалев, А.А. Личность и общение: [Текст]/А.А. Бодалев. – М., 2006. – 272с.
2. Вейс Р. “Вопросы изучения одиночества // Лабиринты одиночества” М.; Прогресс.1989г.
3. Возрастная психология. / Под ред. Т. Марцинковской. М., Академия, 2011.
4. Dinara A., Zamira T. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING XULQ ATVORIGA IJTIMOIIY MUXITNING TASIRI. – 2024.
5. Dinara A., Zamira T. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING XULQ ATVORIGA IJTIMOIIY MUXITNING TASIRI. – 2024.
6. Turumbetova Z., Dauletmuratova K. PEDAGOGIKAL PSYCHOLOGIKAL FEATURES OF THE INFLUENCE ON THE BEHAVIOR OF PRESCHOOL CHILDREN //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 1. – С. 848-854.
7. Turumbetova Z. Y., Ismailova X. X. AGGRESSIVE BEHAVIOR OF PRESCHOOL CHILDREN //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 934-937.
8. Turumbetova Z. Y., Kaljanova U. M. MENTAL DEPRIVATION IN CHILDHOOD //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 862866.
9. Turumbetova Z. Y., Xudaybergenova S. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ИГРЫ В ПРОЦЕССЕ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 12. – С. 178-182.
10. Турумбетова З. Ю., Олжабаева Д. А. Психологические Особенности Ребенка Дошкольного Возраста //International Journal of Formal Education. – 2023. – Т. 2. – №. 12. – С. 121-126.
11. Dinara A., Zamira T. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING XULQ ATVORIGA IJTIMOIIY MUXITNING TASIRI. – 2024.
12. Turumbetova Z., Dauletmuratova K. PEDAGOGIKAL PSYCHOLOGIKAL FEATURES OF THE INFLUENCE ON THE BEHAVIOR OF PRESCHOOL CHILDREN //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 1. – С. 848-854.
13. Turumbetova Z., Abdiraxmanova D. INFLUENCE OF THE SOCIAL ENVIRONMENT ON THE BEHAVIOR OF PRESCHOOL CHILDREN //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 5. – С. 1196-1199.

14. УЗБЕКИСТАН С. О. Р. КАРАКАЛПАКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ЗЮ ТУРУМБЕТОВА. – 2022.
15. Turumbetova Z. Y. INTEGRATIVE APPROACH TO HIGHER EDUCATION AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ, ОБЩЕСТВА, ПРОИЗВОДСТВА И ПРОМЫШЛЕННОСТИ: ПРОБЛЕМЫ И ВОЗМОЖНОСТИ. – 2022. – С. 51-55.