

УДК 130.3 (045)

**СОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ,
ВЫЗЫВАЮЩИЕ ПОЯВЛЕНИЕ ОДИНОЧЕСТВА В СТАРОСТИ**
SOCIAL FACTORS CONTRIBUTING TO OLD PEOPLE'S LONELINESS

А. Ф. Фаррахов

A. F. Farrakhov

*ФГБОУ ВПО «Ижевский государственный технический
университет имени М. Т. Калашникова», г. Ижевск*

Аннотация. Статья посвящена исследованию причин возникновения такого социального феномена, как одиночество в преклонном возрасте. Было выявлено, что возникновение одиночества в старости является результатом соответствующих одиночеству факторов.

Abstract. The article is dedicated to the research of the reasons of the social phenomenon of loneliness in old age. It was found out that loneliness is the result of many factors.

Ключевые слова: *одиночество, фактор, взаимоотношение, самооценка, Я-концепт, корреляция, личность, социальный.*

Keywords: *loneliness, factor, interaction, self-estimation, I-concept, correlation, personality, social.*

Актуальность исследуемой проблемы. Так как наше время характеризуется определенной социально-экономической нестабильностью, то одиночество захватывает все большие слои населения. Особенно это характерно для пожилых людей. Обуславливается это тем, что в жизни пожилых людей возникают некоторые дополнительные переменные, такие как тоска по умершему близкому человеку, низкий доход, плохое физическое или психическое здоровье, выход на пенсию, когнитивный диссонанс, вызванный неудовлетворенностью социальными связями, отсутствие близкого человека, непонимание в семье, низкая самооценка. Все это подвергает психологическому риску данную страту общества. Целью исследования является выявление социальных факторов, способствующих появлению одиночества у пожилых людей. Предполагается, что их устранение позволит в некоторой степени помочь в преодолении чувства одиночества.

Материал и методика исследований. Экспериментальный подход в исследованиях одиночества позволил проанализировать связь между одиночеством и дефицитом социальных навыков. Опрос был проведен среди пожилых людей – родственников студентов первого и второго курсов – с целью сравнения одиноких и неодиноких лиц для выявления социальных отношений. Для измерения одиночества применялись шкалы Н. Шмидта и В. Серма и анкеты Джонга-Гирвельда. В исследовании принимали участие студенты двух групп, которые и должны были предоставить анкеты своих родственников. Применялся

сравнительный анализ. Направленность исследования потребовала привлечения материала исследователей таких ученых в данной области, как Х. С. Салливан, Р. С. Вейс, С. М. Рубинштейн и Д. А. Гаев.

Результаты исследований и их обсуждение. Можно ли утверждать, что жизнь в одиночку может являться главной причиной одиночества в старости? Не наступает ли одиночество при условии неких дополнительных переменных, обуславливающих его появление? Одной из таких переменных может быть тоска по умершему близкому человеку. Чем короче отрезок времени с момента потери близкого человека, тем чаще наступает ощущение одиночества. Так, расторжение брака или потеря близкого человека становятся факторами, обуславливающими одиночество. При наиболее близких, интимных отношениях особенно сильно может проявиться одиночество. Если брачный или дружеский союз был крепкий, то больнее ощущается потеря и чаще наступает одиночество [1, 228].

Следующие факторы также способствуют появлению состояния одиночества:

- низкий доход (так, согласно нашему исследованию, люди, имеющие материальное благополучие, меньше сообщают о своем одиночестве) [6, 168–173];
- плохое физическое или психическое здоровье;
- выход на пенсию (согласно исследованию Дюркгейма, может вызывать одиночество) [3, 256];
- когнитивный диссонанс, вызванный неудовлетворенностью социальными связями [4, 45–50];
- отсутствие близкого человека, который назван Вейсом «эмоциональным одиночеством» [2];
- непонимания в семье;
- низкая самооценка [5, 74–80].

Исследования психического здоровья людей старшего возраста показали, что наличие партнера считается весьма существенным показателем психического благополучия. Мы получаем источник положительных эмоций от общения с близким человеком. Поэтому потеря этого источника неизбежно может привести к одиночеству. Многие пожилые люди высоко ценят свой брак. Д. Перлман пишет, что пожилые брачные пары соотносили свое одиночество с низкой удовлетворенностью браком. Из его работы можно сделать вывод, что в возникновении одиночества основную роль играют оценивающие когнитивные процессы. Далее он указывает, что овдовевшие и состоящие в несчастливом браке отмечали важность наличия партнеров по интимным отношениям [9, 239–248]. Это объясняется тем, что близкие связи являются как бы компенсацией потери социальных взаимоотношений, таких, например, как вдовство или уход на пенсию. Так, лучшее самочувствие было отмечено у тех пожилых вдовцов, которые имели близкого партнера, чем у тех, кто, хотя и состоял в браке, но утратил партнера по интимным отношениям. Фактором, значительно влияющим на положительное моральное состояние пожилых людей, является возможность ощущать взаимное чувство.

Эти исследования объясняют тот факт, что контакты с родственниками не способствуют изменению чувства одиночества и не повышают психологический комфорт. Это возможно осуществить через общение с равными себе: с друзьями и знакомыми. Вот почему пожилые люди с интересом участвуют в различного рода общественных мероприятиях, где они действительно могут осуществлять полноценную социальную коммуника-

цию. Для пожилого человека важны прежде всего те люди, с которыми у него могут сложиться взаимные отношения, а не просто общение с целью избавления от одиночества без близких контактов. Так, уровень личной самооценки повышается за счет общения с друзьями. Известно, что основанием для дружбы служит некая общность интересов и образа жизни. Пожилые люди, таким образом, склонны общаться больше друг с другом, чем со своей семьей, причем это общение для них более приятное и содержательное.

Самооценка, в свою очередь, согласно исследованиям Янга, зависит от результатов сравнения своей сегодняшней жизни с собственным прошлым опытом [10]. Неудовлетворенность такими результатами служит причиной возникновения фактора, способствующего занижению собственной оценки, что влияет на поведение индивида. Это затрудняет удовлетворительное социальное взаимодействие и способствует появлению чувства одиночества. Такое заключение объясняет, почему пожилые люди, которые всю жизнь жили одни, чувствуют себя менее одинокими, чем те, которые овдовели или расстались со своими партнерами.

В преклонном возрасте дефицит социальных связей вызывает чувство одиночества. В свою очередь широкий круг причин, оказывающих влияние на социальные взаимосвязи, важен в пожилом возрасте. В поздний период жизни один из факторов, влияющих на психологическое самочувствие, – это здоровье. Старые больные люди не удовлетворены своей жизнью. В рамках проведенного нами опроса пожилых людей удалось обнаружить, что среди тех респондентов, которые сообщили, что часто одиноки, 35 % имели серьезные проблемы со здоровьем и только 7 % сообщили о своем относительно удовлетворительном здоровье. Опрос также выявил, что частой причиной одиночества называлось «постоянное пребывание в стенах своего дома», что было связано с физическим состоянием старого человека.

На чувство одиночества большое влияние оказывает супружество. Согласно исследованию Ларсона, люди, стареющие в браке, причем относительно благополучном, не только отличаются лучшим здоровьем, чем одинокие или овдовевшие, но и живут дольше. Они более удовлетворены своей жизнью, и уровень их самооценки выше, чем у несостоящих в браке [8, 109–125].

Исследования психологии одиноких мужчин и женщин показали, что мужчины в меньшей степени приспособлены жить в одиночку, чем женщины. Для мужчин, соответственно, супружество имеет большее значение, так как именно этот социальный институт помогает мужчинам адаптироваться к окружающей обстановке наилучшим образом. Исследования брака и семьи показали, что «и в прошлом, и в настоящем, и в обозримом будущем брак полностью отвечает интересам мужчин» [1, 20–21]. Соответственно, напрашивается вывод, что овдовевшие мужчины в большей степени уязвимы по отношению к чувству одиночества, чем овдовевшие женщины. В подтверждение этого можно привести следующий довод. Как известно, традиционно в браке работа делится на «мужскую» и «женскую». В результате потери супруги пожилому мужчине бывает трудно справиться с теми делами по дому, которые выполняла его жена. В противоположность им пожилые женщины имеют многолетний опыт хозяйки дома, и поэтому одинокая жизнь причиняет им меньше неудобств, чем мужчинам. Это, в свою очередь, не противоречит тому факту, что по статистике женщины больше сообщают об одиночестве, чем мужчины. Эти данные обусловлены тем, что, во-первых, продолжительность жизни женщин выше, чем у мужчин, во-вторых, женщины более склонны эмоционально выражать свои чувства, чем

мужчины. Также следует отметить, что Д. Перлман и его коллеги обнаружили, что овдовевшие мужчины были более одиноки, чем овдовевшие женщины [9]. Данные, полученные во время нашего опроса, частично объясняют вышеизложенные факты. Результаты показали, что одинокие мужчины предпочитают в свободное время заниматься тем, что не требует социального взаимодействия (ремонт машины, одинокая рыбалка, просмотр телевизора и др.), тогда как одинокие женщины уделяют свое свободное время различного рода социальной деятельности (посещение друзей, соседей или родственников, общественные организации и другое). Поэтому считается, что женщины более способны с легкостью поддерживать новые отношения и знакомства, чем мужчины. В подтверждение этого читаем исследование доктора Г. Кнупфера, который в своей книге «Ментальное здоровье безбрачных» пишет, что мужчины в меньшей степени способны завязывать дружбу и поддерживать долговременные отношения с друзьями, и поэтому их жены являются связующим звеном между семьей и людьми внесемейного круга [7, 101]. Таким образом, холостые, разведенные или овдовевшие представители сильного пола испытывают определенные трудности с установлением новых социальных связей. В нашем исследовании мы получили данные, которые соответствуют вышеназванным фактам. В результате опроса было установлено, что среди людей пожилого возраста женщины (85 %) имеют друзей больше, чем мужчины (60 %). Как уже было сказано, это объясняется тем, что женщинам легче заводить новые знакомства даже в преклонные годы, тогда как мужчины предпринимая мало усилий для установления новых социальных связей.

Таким образом, наступление одиночества у пожилых людей связано с:

а) субъективными причинами, такими как: удовлетворенность условиями жизни, сравнение своей жизни с жизнью окружающих или со своим собственным опытом;

б) объективными причинами, такими как количество и качество социальных связей.

Согласно нашим выводам, в большей мере чувствуют одиночество старые мужчины, особенно если их брак был счастливым. Овдовевшие женщины реже вступают в повторный брак, чем овдовевшие мужчины.

Резюме. В ходе исследования были выявлены следующие социальные субъективные и объективные причины, вызывающие появление одиночества у людей преклонного возраста: нарушение межличностных связей в семье, снижение самооценки, потеря социального партнера, чувство психологической изоляции, ощущение потери доверия и неприятия со стороны других, возрастной фактор, субъективно заниженный социальный статус, сравнение настоящей ситуации с собственным жизненным опытом, плохое физическое или психическое здоровье, низкий уровень доходов. Утрата социальных связей и вынужденная низкая активность индивида вследствие плохого физического здоровья в пожилом возрасте взаимодействуют с социальными образованиями и процессами, которые в сочетании с вышеназванными факторами вызывают субъективное ощущение заниженной самооценки, результатом чего может быть одиночество. В данном контексте важное значение придается не количеству социальных связей, а их качеству. Оно, в итоге, определяет, является ли одиночество из качественного состояния личности или внешних обстоятельств. Статья предлагает эмпирическое понимание одиночества, что делает возможным операционализацию данного понятия. В нашем исследовании одиночества упор делается на дефицит эмоциональных или социальных связей. Одиночество понимается нами как аффективное состояние, протекающее в форме наименьшего присутствия или отсутствия эмоциональных и социальных связей.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Аристова, Н. С.* Семья настоящая и предстоящая / Н. С. Аристова // Узы брака, узы свободы. – М. : Мысль, 1990. – С. 20–21.
2. *Вейс, Р. С.* Теоретические подходы к одиночеству / Р. С. Вейс // Лабиринты одиночества. – М. : Прогресс, 1989. – С. 119.
3. *Дюркгейм, Э.* О разделении общественного труда / Э. Дюркгейм // Западно-европейская социология XIX – начала XX века. – М., 1996. – С. 256–309.
4. *Тихонов, Г. М.* Одиночество: стереотип или реальность / Г. М. Тихонов. – Ижевск : Изд-во ИЖГТУ, 2005. – 376 с.
5. *Фаррахов, А. Ф.* Самоизоляция как фактор одиночества / А. Ф. Фаррахов // Наука Красноярья. – 2013. – № 2. – С. 74–80.
6. *Фаррахов, А. Ф.* Социальные факторы, вызывающие чувство одиночества у молодых людей / А. Ф. Фаррахов // Вестник Чувашского государственного педагогического университета имени И. Я. Яковлева. – 2013. – № 3 (79). – С. 168–173.
7. *Knupfer, G.* The mental health of the unmarried. *American Journal of Psychiatry* / G. Knupfer, W. Clark, R. Room. – 1966. – № 122. – С. 841–851.
8. *Larson, R.* Thirty years of research on the subjective wellbeing of older Americans. *Journal of Gerontology* / R. Larson. – 1978. – № 33. – P. 109–125.
9. *Perlman, D.* Loneliness among senior citizens: An empirical report / D. Perlman, A. Gerson, B. Spinner // *Essence*. – 1978. – № 2. – P. 239–248.
10. *Young, J. E.* Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and Application / J. E. Young // *Loneliness: A Sourcebook of current theory, research and therapy*. – New York : Wiley, 1982.