

Одиночкина Елена Викторовна

аспирант

УО «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»

г. Гомель, Республика Беларусь

DOI 10.21661/r-113061

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОТЧУЖДЕНИЯ

***Аннотация:** в статье автором проведен сравнительный анализ феномена отчуждения с психологической и психиатрической точки зрения. В работе рассмотрены некоторые результаты исследования лиц, переживающих психологическое отчуждение.*

***Ключевые слова:** психологическое отчуждение, синдром отчуждения, переживание, жизнестойкость.*

Суть понятия «отчуждение» отражена в различных сферах научного знания. В данной статье остановимся на психологическом аспекте данного феномена и его отличии от психиатрического понимания явлений, лежащих в основе отчуждения. Анализ многочисленных дефиниций термина «психологическое отчуждение» показал единую суть, вкладываемую авторами в данное понятие. Так, под психологическим отчуждением понимается нарушение осмысленных связей между личностью и различными аспектами бытия, внешнего мира, а также между различными психическими содержаниями и частями «Я», проявляющееся в чувстве бессилия, негативизма, одиночества и бессмысленности совершаемой личностью деятельности.

В психиатрии описан синдром отчуждения и лежащий в его основе феномен деперсонализации, характеризующийся как расстройство жизненного «Я», сознания самого себя. При этом такие психические процессы, как восприятие, ощущение собственного тела, эмоции, мышление, осознаются как уже не принадлежащие «Я». Весь спектр жизненных процессов отчуждается. Если внешний мир больного втягиваются в отчуждение, тогда говорят о деперсонализации или пе-

реживании отчуждения. Феномен также включает в себя потерю жизненных отношений к самому себе и к окружающему миру [1, с. 115]. Личность с проявлениями синдрома отчуждения теряет внутреннюю сбалансированность, что лишает возможности осознанно действовать вплоть до физиологических нарушений в движениях.

Таким образом, понятия «психологическое отчуждение» и «синдром отчуждения» феноменологически различны. Деперсонализация характеризуется тотальностью нарушений сознания и психических содержаний. При психологическом отчуждении различные содержания психики потенциально доступны осознанию, личность достаточно интегрирована и способна преодолеть жизненные трудности.

Критерием или демаркационной линией между способами взаимодействия личности с миром, внешним и собственным, может служить понятие жизнестойкости. Жизнестойкость характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности [2, с. 3–6]. При синдроме отчуждения понятие жизнестойкости сложно применять вследствие отсутствия внутреннего баланса у больных и невозможностью ими выдерживать стрессовую ситуацию в острый период.

В рамках исследования автором статьи были выявлены различия в уровне проявления жизнестойкости между испытуемыми, переживающими психологическое отчуждение и лицами, не переживающими данный феномен. Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Это диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Выраженность этих компонентов и жизнестойкости в целом препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых [2, с. 5]. Жизнестойкость испытуемых, переживающих психологическое отчуждение достоверно ниже, чем у испытуемых, не находящихся в данном процессе ($p \leq 0.01$).

Испытуемые, переживающие психологическое отчуждение, уверены, что почти невозможно найти в их жизни, работе или собственной личности нечто стоящее и интересное. Они не получают удовольствие от собственной деятельности, ощущают себя будто вне жизни. Также они убеждены в том, что борьба не позволяет повлиять на результат происходящего, их одолевает ощущение собственной беспомощности и отсутствие личного выбора за свой путь. Принятие риска для переживающих психологическое отчуждение в отсутствие надежных гарантий успеха невозможно, поскольку вызывает сильную тревогу от неопределенности и возможности негативного исхода.

Таким образом, жизнестойкость представляет собой личностную характеристику, в разной степени проявляющуюся в континууме психологического отчуждения.

Список литературы

1. Телле Р. Психиатрия с элементами психотерапии / Пер. с нем. Г.А. Обухова. – Мн.: Выш. шк., 1999. – 496 с.
2. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.