

УДК 1

DOI 10.21661/r-130134

*Е.В. Одиночкина*

## ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОГИ ПРИ ПЕРЕЖИВАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОТЧУЖДЕНИЯ

*Аннотация:* в статье рассматриваются особенности проявления тревоги взрослой личностью, находящейся в процессе переживания психологического отчуждения. Раскрыты основные понятия исследования. Показаны различия между уровнями проявления тревоги взрослых, переживающих психологическое отчуждение. Описаны перспективы дальнейших исследований по данной проблематике.

*Ключевые слова:* смысл тревоги, экзистенциальная тревога, субъективное отчуждение, переживание психологического отчуждения.

*E.V. Odinochkina*

## THE PECULIARITIES OF ANXIETY WHILE EXPERIENCING PSYCHOLOGICAL ALIENATION

*Abstract:* the article describes the features of anxiety of an adult who is in the process of experiencing psychological alienation. The basic concepts of research have been revealed. The differences between levels of anxiety of adults experiencing psychological alienation have been shown. The prospects of further research on this problem have been described.

*Keywords:* the meaning of anxiety, existential anxiety, subjective alienation, the experience of psychological alienation.

Говоря о тревоге, стоит разделять тревогу как ожидание чего-либо неопределенного и ситуативного, что присуще и животным, и человеку, и экзистенциальную тревогу как ожидание постоянного присутствия непредсказуемых ситуаций и непредвиденных событий, осознание конечности собственной жизни, что свойственно только человеку [1]. Способность быть аутентичным зависит от

способности встретиться со своей тревогой и действовать в пространстве своей жизни вопреки существующей тревоге [4].

П. Тиллих описал разные виды тревоги в зависимости от уровня самоутверждения: практическое, духовное и нравственное. На каждом уровне присутствует абсолютная и относительная угроза. На практическом уровне угроза проявляется в виде фаталистического восприятия мира, жизненного пространства, на абсолютном – в виде конечности биологического существования. В отношении духовного самоутверждения угроза представлена в виде пустоты и скуки, а абсолютно – в форме отсутствия смысла. Относительная угроза нравственному самоутверждению лежит в области вины, а абсолютная представляется в осуждении [7]. Нормальный уровень тревоги возникает, когда человек оказывается в незнакомой и потенциально опасной для личностных ценностей ситуации. Попытка убрать тревогу приводит к переходу нормальной тревоги в патологическую, невротическую тревогу, которая неадекватна ситуации и является следствием неспособности принять и переработать нормальную тревогу. Она включает в себя всевозможные формы защиты. Невротическая тревога возникает вследствие того, что человеку не удалось в сложной для него ситуации совладать с кризисом. Избавиться от невротической тревоги возможно только в том случае, если научиться конструктивно справляться с тревогой нормальной, экзистенциальной. Стремление человека избежать, избавиться от тревоги ведет к избеганию жизни вообще, к утрате смысла, к психологическому отчуждению [6; 7]. С. Мадди выделил такие формы отчуждения, как бессилие, нигилизм, авантюризм и вегетативность. Вегетативность – невозможность поверить в важность или ценность любой деятельности, отсутствие жизненной позиции. Бессилие – утрата способности верить в собственные внутриличностные ресурсы при сохранении важности и ценности деятельности. Нигилизм – отрицание ценностей при наличии желания найти смысл жизни. Авантюризм – постоянно повторяющийся поиск жизненности, вовлеченности в опасные виды деятельности ввиду бессмысленности повседневной жизни [8].

Понятие отчуждения связано с ценностными и смысловыми структурами. Под переживанием психологического отчуждения мы понимаем процесс избегания экзистенциальной тревоги, утраты связи личности с собственными ценностями, потребностями, смыслами, с другими людьми, сопровождаемый чувствами одиночества, обособленности, отвержения, субъективными ощущениями потери себя, своего «Я», ценностной дезориентацией. Понятие психологическое отчуждение включает субъективность восприятия личностью собственного состояния и объективную дистанцированность от социума.

В исследовании приняли участие 240 человек от 26 до 44 лет. Основную группу респондентов составили взрослые, переживающие психологическое отчуждение. Для изучения феномена отчуждения был использован опросник субъективного отчуждения Е.Н. Осина. Проявления невротической тревоги изучались с помощью опросника «Личностная шкала проявления тревоги» (Дж. Тейлор, адаптация Т.А. Немчина). Статистическая обработка данных осуществлялась с помощью программы Statistika 6.0 (Stat Soft. Ins.). Проверка на однородность дисперсий и нормальность распределения позволила использовать  $t$  – критерий Стьюдента для сравнения средних показателей независимых выборок. Для установления связи между нормально распределенными признаками использовался метод линейной корреляции Пирсона [2; 3].

Результаты исследования показали, что респонденты с высоким уровнем общего показателя субъективного отчуждения статистически значимо отличаются от респондентов со средним уровнем общего субъективного отчуждения по уровню тревоги. Средний уровень тревоги с тенденцией к высокому уровню тревоги, высокий и очень высокий уровень тревоги характерен для респондентов со средним уровнем общего субъективного отчуждения. Средний уровень тревоги с тенденцией к низкому уровню тревоги характерны для респондентов с высоким уровнем общего субъективного отчуждения (рисунок 1). Это может свидетельствовать об избегании чувства тревоги взрослыми, переживающими высокий уровень психологического отчуждения.

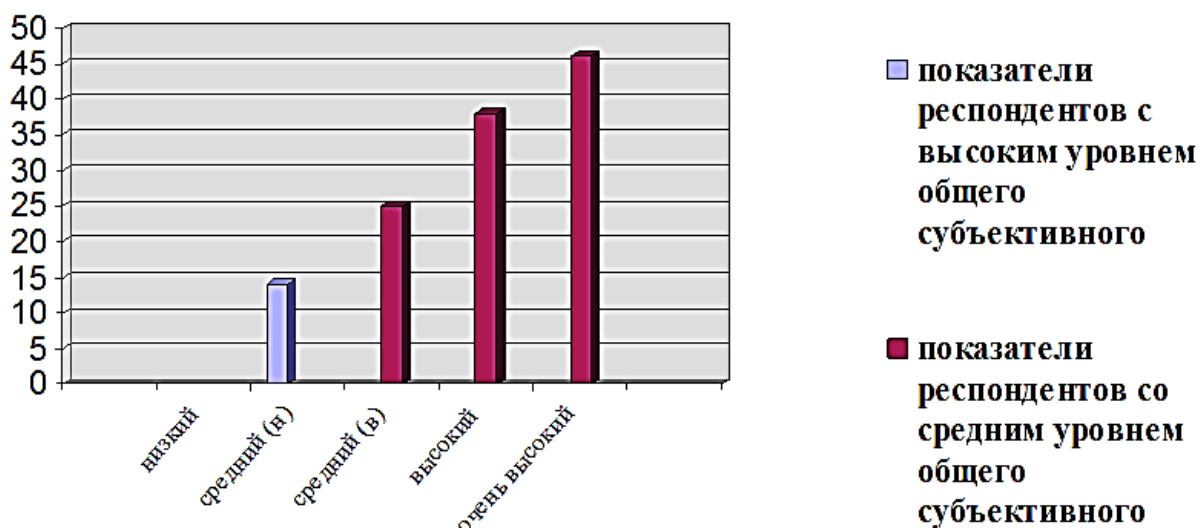


Рис. 1. Результаты сравнения средних показателей уровня тревоги в выборках респондентов, переживающих субъективное отчуждение на низком и среднем уровне

Таким образом, при переживании психологического отчуждения уровень тревоги отрицательно коррелирует с высоким уровнем субъективного отчуждения, положительно коррелирует с низким уровнем субъективного отчуждения, пик показателей тревоги приходится на выборку респондентов со средним уровнем субъективного отчуждения. Дальнейшие исследования необходимы для уточнения справедливости вывода о снижении уровня тревоги при усилении переживания психологического отчуждения.

### **Список литературы**

1. Кьеркегор С. Страх и трепет. – М.: Республика, 1993. – 109 с.
2. Личностный потенциал. Структура и диагностика смысла: Монография / Коллектив авторов. – М.: Смысл, 2011. – 73 с.
3. Личностная шкала проявлений тревоги (Дж. Тейлор, адаптация Т.А. Немчина) / Диагностика эмоционально-нравственного развития / Под. ред. И.Б. Дерманова. – СПб., 2002. – С. 126–128.
4. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. – 2000. – №1. – С. 15–25.
5. Мэй Р. Смысл тревоги / Перевод с англ. – М.: Класс, 2001. – 384 с.

6. Мэй Р. Человек в поисках себя / Перевод с англ. – М.: ИОИ, 2015. – 224 с.
  7. Тиллих П. Теология культуры. – М.: Юристъ, 1995. – 479 с.
  8. Maddi S.R. The existential neurosis // Journal of Abnormal Psychology. – 1967. – Vol. 72. – №4. – P. 311–325.
- 

**Одиночкина Елена Викторовна** – аспирант УО «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины», Гомель, Республика Беларусь.

**Odinochkina Elena Viktorovna** – postgraduate of Gomel State University named after F. Skorina, Gomel, Republic of Belarus.

---