

# ДИСЦИПЛИНА :ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ

Группа : П-220921

11.12.2023

*Преподаватель: Полякова Юлия Александровна*

*Электронная почта: polyakova.yur@yandex.ru*

## **Раздел 1. Основы социализации и социальной адаптации.**

### **Тема 1. 5. Межличностные отношения.**

#### **План работы**

1. Изучение нового материала.

#### **Задание к уроку**

1. Проработать вопрос, используя лекции преподавателя (прочитать всё). См. Приложение 1
2. Составить конспект.

Требования по оформлению тетради:

1. тетрадь должна быть подписана;
2. страницы в тетради должны быть пронумерованы;
3. номер поставить посередине верхнего поля каждой страницы, а рядом написать фамилию студента (для удобства проверки выполненной работы).

*(Например: 4 – Иванов, 5 – Иванов и т.д.)*

После выполнения заданий работу необходимо отправить на проверку преподавателю на электронную почту.

*Электронная почта: polyakova.yur@yandex.ru*

**ЖЕЛАЮ ВАМ УСПЕХОВ!**

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**Общение в системе общественных и межличностных  
отношений**

Абсолютно все межличностные отношения основаны на общении (взаимодействии) людей.

Если отношения определяются через понятие «связи», то общение следует рассматривать как процесс развития и совершенствования этих связей, осуществляемый с помощью средств речевого и неречевого влияния и преследующий цель достижения изменений в познавательной, мотивационной, эмоциональной и поведенческой сферах участвующих во взаимодействии лиц. В ходе общения его участники обмениваются не только своими физическими действиями или продуктами, результатами труда, но и мыслями, намерениями, идеями, переживаниями и т. д.

В повседневной жизни человек учится общению с детства и овладевает разными его видами в зависимости от среды, в которой живет, от людей, с которыми взаимодействует.

Общение по своему содержанию является сложнейшим видом деятельности людей наряду с совместным трудом, учением и коллективной игрой.

Таким образом, общение — это сложный многоплановый процесс поддержания и развития контактов и связей между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией и выработку единой стратегии взаимодействия. Общение в одно и то же время выступает и как личностно-ориентированный процесс, в котором реализуются установки личности и ее взгляды на социальные нормы, и как социальный процесс, через который общество влияет на нее.

Общение может рассматриваться на трех уровнях анализа.

Первый уровень — *макроуровень*: общение индивида с другими людьми описывается как важнейшая сторона его образа жизни. На этом уровне процесс общения изучается в интервалах времени, сопоставимых с длительностью человеческой жизни с акцентом на анализ психического развития индивида.

Второй уровень — *мезауровень* (средний уровень): общение в этом случае интерпретируется как сменяющаяся совокупность целенаправленных, логически завершаемых контактов или ситуаций обмена информацией, в которых оказываются люди в процессе текущей жизнедеятельности, в конкретных временных отрезках своей жизни. Главный акцент в изучении общения на этом уровне делается на содержательных компонентах ситуаций общения — по поводу «чего» и «с какой целью». Вокруг этого стержня «темы», «предмета» общения раскрывается динамика общения, анализируются используемые средства (вербальные и невербальные) и фазы, или этапы общения, в ходе которых осуществляется обмен представлениями, идеями, переживаниями.

Третий уровень — *микроуровень*: в ходе его осмысливаются элементарные единицы информации, например, «вопрос — ответ», «побуждение к действию — действие», «сообщение информации — отношение к ней» и т. п.

Общение обычно проявляется в единстве пяти его сторон: межличностной, когнитивной, коммуникативно-информационной, эмотивной и конативной.

1. *Межличностная сторона* общения отражает взаимодействие человека с непосредственным окружением: с другими людьми и теми общностями, с которыми он связан своей жизнью. Прежде всего, это семья и профессиональная группа, которые пользуются сложившимися культурно-историческими и профессиональными шаблонами поведения. Вместе с этими шаблонами поведения человек усваивает национально-этнические, социально-возрастные, эмоционально-эстетические и другие эталоны и стереотипы общения.

2. *Когнитивная сторона* общения позволяет ответить на вопросы о том, кто собеседник, что он за человек, чего от него можно ожидать, и многие другие, связанные с личностью партнера. Она охватывает не только познание другого человека, но и самопознание. В результате в процессе общения формируются образы-представления о себе и партнерах, которые регулируют сам этот процесс.

3. *Коммуникативная-информационная* сторона общения представляет собой обмен между людьми различными представлениями, идеями, интересами, настроениями, чувствами, установками и т. п. Если все это рассматривать как информацию, то процесс коммуникации может быть понят как процесс обмена информацией. Но такой подход к человеческому общению очень упрощен. Это обусловлено тем, что в условиях подобного общения информация не только передается, но и формируется, уточняется, развивается.

4. *Эмотивная сторона* общения связана с функционированием эмоций и чувств, настроений и состояний в личных контактах партнеров. Они проявляются в выразительных движениях субъектов общения, их действиях, поступках, поведении. Через них проступают взаимные отношения, которые становятся своеобразным социально-психологическим фоном взаимодействия, предопределяя больший или меньший успех совместной деятельности.

5. *Конативная (поведенческая) сторона* общения служит целям согласования внутренних и внешних противоречий в позициях партнеров. Она обеспечивает управляющее воздействие на личность во всех процессах жизнедеятельности, раскрывает стремление человека к тем или иным ценностям, выражает побудительные силы человека, регулирует взаимоотношения партнеров в совместной деятельности.

Общение характеризуется также своими внешним проявлением и внутренним содержанием. *Внешние проявления* общения выражаются коммуникативной активностью его участников, интенсивностью их действий, инициативностью, мастерством, определенными реакциями на контакт и соответствующим поведением и т. д. *Внутреннее содержание* общения отражает субъективное восприятие взаимодействия его участниками, переживание ими своего отношения на реальный или ожидаемый контакт, определение мотивов и целей, с которыми люди вступают в общение, и т. п.

Общение может происходить на разных уровнях.

Начальный из них — *конвенциональный* (конвенция — соглашение). Он предполагает простой обмен репликами для поддержания разговора в условиях, когда партнеры особенно не заинтересованы во взаимодействии, но вынуждены общаться. Такое общение имеет характер некоего автоматизма и ограниченности; оно не требует никакого осмысления, не содержит в себе никаких позитивных или негативных моментов: оно не является источником активности человека. В то же время не следует его недооценивать. Конвенциональное общение необходимо в стандартизированных ситуациях. Если оно неадекватно ситуации, то человек может столкнуться с негативными социальными санкциями.

Более высокий уровень общения — *информационный*. Здесь уже происходит обмен интересной для собеседников новой информацией, которая выступает источником каких-либо видов активности человека (мыслительной, эмоциональной, поведенческой). Информационный уровень общения имеет обычно стимулирующий характер и преобладает в условиях совместной деятельности или при встрече старых друзей

*Личностный* уровень общения характеризует такое взаимодействие, при котором его участники способны к самому глубокому самораскрытию и постижению сущности другого человека, самого себя и окружающего мира. Он характерен для особых ситуаций и при определенных условиях, «когда у человека появляется вдохновение, озарение, чувство любви, ощущение единения с миром, ощущение счастья и т. д. Это особые ситуации духовного подъема и развития личности, поэтому такой уровень может быть еще определен как духовный. Личностный уровень глубоко нравственный: он снимает всякие ограничения при взаимодействии именно потому, что они становятся совершенно лишними». Личностный уровень общения во многом определяется тождественностью ценностных ориентации участников общения и их возможностями постигать сущность явлений окружающего мира совместно.

### Виды общения

Общение чрезвычайно многогранно, может быть различных видов.

- Различают межличностное и массовое общение. *Межличностное общение* связано с непосредственными контактами людей в группах или парах, постоянных по составу участников. *Массовое общение* — это множество непосредственных контактов незнакомых людей, а также коммуникация, опосредованная различными видами средств массовой информации.

- Выделяют также *межперсональное* и *ролевое общение*. В первом случае участниками общения являются конкретные личности, обладающие специфическими индивидуальными качествами, которые раскрываются по ходу общения и организации совместных действий. В случае ролевой коммуникации ее участники выступают как носители определенных ролей (покупатель — продавец, учитель — ученик, начальник — подчиненный). В ролевом общении человек лишается определенной спонтанности своего поведения, так как те или иные его шаги, действия диктуются исполняемой ролью. В процессе такого общения человек проявляет себя уже не как индивидуальность, а как некоторая социальная единица, выполняющая определенные функции.

- Общение может быть *доверительным* и *конфликтным*. Первое отличается тем, что в его ходе передается особо значимая информация. Доверительность — существенный признак всех видов общения, без нее нельзя осуществлять переговоры, решать интимные вопросы. Конфликтное общение характеризуется взаимным противостоянием людей, выражениями недовольства и недоверия.

- Общение может быть личным и деловым. *Личное общение* — это обмен неофициальной информацией. *А деловое общение* — процесс взаимодействия людей, выполняющих совместные обязанности или включенных в одну и ту же деятельность.

- Наконец, общение бывает прямое и опосредованное. *Прямое (непосредственное) общение* — исторически первая форма общения людей друг с другом. На его основе в более поздние периоды развития цивилизации возникают различные виды опосредованного общения. *Опосредованное общение* — это взаимодействие при помощи дополнительных средств (письма, аудио- и видеотехники).

В социальной психологии многообразие общения может быть охарактеризовано и *по формам*.

*Императивное общение* — это авторитарная, директивная форма взаимодействия с партнером по общению с целью достичь контроля над его поведением, установками и мыслями, заставить его определенным образом действовать и поступать. Конечная незавуалированная цель императивного общения — принуждение партнера. В качестве средств оказания влияния используются приказы, предписания и требования. Партнер по общению в этом случае выступает пассивной стороной. Сферы деятельности, где достаточно эффективно используется императивное общение: отношения «начальник — подчиненный», воинские уставные отношения, работа в экстремальных условиях, в чрезвычайных обстоятельствах. Можно выделить и те межличностные отношения, где применение императива неуместно. Это интимно-личностные и супружеские отношения, детско-родительские контакты, а также вся система педагогических отношений.

*Манипулятивное общение* — это форма межличностного взаимодействия, при которой влияние на партнера по общению с целью достижения своих намерений осуществляется скрытно. Вместе с тем манипуляция предполагает объективное восприятие партнера по общению, скрытым же выступает стремление добиться контроля над поведением и мыслями другого человека. «При манипулятивном общении партнер воспринимается не как целостная уникальная личность, а как носитель определенных, "нужных" манипулятору свойств и качеств. Однако человек, выбравший в качестве основного именно этот тип отношения с другими, итоге часто сам становится жертвой собственных манипуляций. Самого себя он же начинает воспринимать фрагментарно,

переходя на стереотипные формы поведения, руководствуется ложными мотивами и целями, теряя стержень собственной жизни».

Объединенные на основе общих признаков, императивная и манипулятивная формы общения составляют различные виды *монологического общения*, поскольку человек, рассматривающий другого как объект своего воздействия, по сути дела, общается сам с собой, не видя истинного собеседника, игнорируя его как личность.

В свою очередь, *диалогическое общение* — это равноправное субъект-субъектное взаимодействие, имеющее целью взаимное познание, самопознание партнеров по общению. Оно позволяет достичь глубокого взаимопонимания, самораскрытия партнеров, создает условия для взаимного развития.

#### Функции и трудности общения

Общение выполняет определенные *функции*. Их достаточно много, но главных — шесть.

1. *Прагматическая функция* общения отражает его потребностно-мотивационные причины и реализуется при взаимодействии людей в процессе совместной деятельности. При этом само общение очень часто выступает самой важной потребностью.

2. *Функция формирования и развития* отражает способность общения оказывать воздействие на партнеров, развивая и совершенствуя их во всех отношениях.

3. *Функция подтверждения* обеспечивает людям возможность познать, утвердить и подтвердить себя.

4. *Функция объединения — разъединения людей*, с одной стороны, посредством установления между ними контактов, способствует передаче друг другу необходимых сведений и настраивает их на реализацию общих целей, намерений, задач, соединяя их тем самым в единое целое, а с другой стороны, она может способствовать дифференциации и изоляции личностей в результате общения.

5. *Функция организации и поддержания межличностных отношений* служит интересам налаживания, сохранения и развития достаточно устойчивых и продуктивных связей, контактов и взаимоотношений между людьми в интересах их совместной деятельности.

6. *Внутриличностная функция* общения реализуется в общении человека с самим собой (через внутреннюю или внешнюю речь, достроенную по типу диалога). Такое общение может рассматриваться как универсальный способ мышления человека.

Общение всегда рассматривалось как *полифункциональный процесс*. Вот далеко не полный перечень функций общения, которые определены по различным критериям: эмоциональная, информационная, социализирующая, связующая, самопознания (А.В.Мудрик); установления общности, инструментальная, осознания, самоопределения (А. Б.Добрович); сплочения, инструментальная, трансляционная, самовыражения (А. А. Брудный); контактная, информационная, побудительная, координационная, понимания, эмотивная, установления отношений, оказания влияния (Л.А.Карпенко) и др. Если же рассматривать общение в определенной системе отношений, то можно выделить совокупность *трех групп функций*.

*Психологические функции* обуславливают развитие человека как индивида и личности. В условиях общения многие психические процессы протекают иначе, чем в условиях изолированной индивидуальной деятельности. Общение стимулирует развитие мыслительных процессов (когнитивная деятельность), волевых процессов (активность), эмоциональных процессов (аффективность).

*Социальные функции* детерминируют развитие общества как социальной системы и развитие групп как составных единиц этой системы. Интеграция общества возможна только при условии наличия общения во всех его видах, типах и формах.

*Инструментальные функции* определяют многочисленные связи между человеком и миром в самом широком смысле слова; между различными социальными группами.

Кроме того, они отвечают деятельностной природе человека, социальных групп и обществ.

#### *Трудности общения*

В процессе общения человека с человеком могут встречаться трудности, которые часто оказываются препятствиями на пути к достижению индивидом целей и меняются в зависимости от обстоятельств.

Со стороны личности трудности общения могут возникать в связи с *мотивами общения*. Если человек испытывает потребность в самоутверждении, то отсутствие со стороны другого реакции, признающей его первенство, будет раздражать и создавать препятствия в виде появления состояния определенной напряженности, возникающей между партнерами. Это зависит и от их ролевого положения.

Особую группу трудностей общения составляют *нарушения стратегий*, заранее разработанных участниками. Эту же группу трудностей составляют *проблемы социальной перцепции*. Стереотипы восприятия, предвзятость и предубеждения, негативные установки партнеров по отношению друг к другу, несовпадение ценностных ориентации на уровне базовых социальных установок, смысловых пластов сознания и формальное подведение образа другого под категории (плохой — хороший, надежный — ненадежный и т. п.) существенно искажают представление людей друг о друге и вызывают негативные реакции во время встреч, бесед, переговоров, возбуждают недоверие и снижают продуктивность в установлении отношений.

Очевидна и важность умения *не только говорить, но и слушать*. В силу привычки постоянно говорить, давать другим указания, как это часто бывает у некоторых людей, навыки внимательного слушания, основанного на межличностном понимании, могут ослабевать. У некоторых людей, напротив, затруднено формирование навыков говорения, и им нередко бывает трудно «выдавить из себя слово». Эти индивидуальные различия являются одним из факторов затрудненности общения.

Обучение тактикам общения предполагает *знание и учет расстояний*, определяющихся отношениями между людьми. Нарушение этих расстояний приводит к психологическому дискомфорту общающихся.

#### *Барьеры общения*

*Психологические барьеры*, т. е. препятствия, преграды в общении могут возникать как в связи с эмоциональным состоянием общающихся лиц, так и по причине несовпадения смыслов высказывания, просьб, приказов и т. п. у различных людей.

*Барьер общения (психологический)* — психологическое состояние, переживаемое как неадекватная пассивность, препятствующая общению. В состоянии субъекта при возникновении барьеров наблюдаются усиленные отрицательные переживания (например, переживание стыда, вины, страха, тревоги, снижение самооценки и др.).

В целом барьеры общения можно подразделить на барьеры эстетические, моральные, эмоциональные.

*Коммуникативный барьер* — это психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению.

Рассмотрим причины, провоцирующие возникновение коммуникативных барьеров.

Прежде всего причины могут крыться в содержательных и формальных характеристиках самого сообщения — фонетических, стилистических, семантических, в самой логике его построения.

*Фонетический барьер* возникает, когда участники общения говорят на различных языках и диалектах, имеют существенные дефекты речи и дикции, искаженный грамматический строй высказываний. Его порождают также невыразительная речь, речь-скороговорка и речь с большим количеством звуков-паразитов. Можно привести примеры искусственного создания такого рода барьеров, например детьми, создающими на базе общего языка свой, мало понятный взрослым. Никакие фонетические помехи не являются

непреодолимым препятствием. Если реципиент заинтересован в информации, он извлечет ее из непростой беседы с сильно заикающимся человеком, из шипящего и свистящего радиоприемника. Но в случае, если он не уверен в значимости информации или, напротив, убежден в ее опасности, фонетические искажения и несоответствия легко помогут ему создать необходимый барьер.

Барьер может порождаться и семантическими особенностями сообщения. *Семантический барьер* возникает из-за несовпадения, значительных различий, существующих в системах значений партнеров по общению — тезаурусах. Семантический барьер — это прежде всего проблема жаргонов и сленгов. Известно, что даже в рамках одной и той же культуры есть множество микрокультур, каждая из которых создает свое поле значений, характеризуется своим специфическим объяснением различных понятий, явлений, ими выражаемых. В различных микрокультурах не одинаково понимается смысл таких ценностей, как «красота», «долг», «естество», «приличие» и т.д. Кроме того, каждая среда создает свой язык общения, свой сленг, в каждой свои любимые цитаты и шутки, выражения и обороты речи. Все это вместе может значительно затруднять процесс общения, создавая семантический барьер. Для ряда профессий снятие такого рода барьеров является весьма актуальной проблемой, так как успешность в них напрямую связана с созданием ситуации взаимопонимания. Это прежде всего относится к педагогам, врачам, психологам, специалистам в области управления, рекламы и т.д. Для них важно уметь усваивать чужие семантические системы, чтобы говорить с людьми на их языке, не провоцируя собственной специфической речью возникновения семантических барьеров. Многие годы для меня лидером среди психологических выражений, провоцирующих семантические барьеры, было словосочетание «фрустрация потребности в достижении». Понятное профессионалу, оно порождает у неспециалистов самые разнообразные чувства (от благоговения до агрессии) и психологическую защиту — от очень умного психолога и его информации.

Не меньшую роль в разрушении нормальной межличностной коммуникации может сыграть *стилистический барьер*. Он возникает при несоответствии стиля речи коммуникатора и ситуации общения или стиля речи и актуального психологического состояния реципиента. Так, партнер по общению может не принять критического замечания, потому что оно будет высказано в не соответствующей ситуации панибратской манере, или дети не воспримут интересный рассказ из-за сухой, безэмоциональной или наукообразной речи взрослого. Наиболее серьезная ошибка, часто приводящая к защите со стороны реципиента, — использование так называемого стиля долженствования. Названием выражена главная особенность этого стиля — употребление речевых оборотов типа «Ты должен», «Необходимо», «Вам надо», «Мы обязаны». Удивительно, насколько похоже люди реагируют на такое построение фразы! Сопротивление может быть явным или скрытым, но от этого его природа не меняется. Стилилу долженствования противостоит не просто другой стиль — другая философия отношений. Ее называют парадигмой возможного: «Возможно», «Желательно, чтобы вы...», «Вы можете...»

### Деформации общения

Деформации общения - это такого рода изменения (нарушения, затруднения, искажения) в общении, которые снижают его эффективность, продуктивность или ведут к разрушениям: самого общения (контакта, координации, взаимопонимания, отношений), здоровья партнеров, их достоинства или душевного благополучия, материальных ценностей и т.п. Восприниматься деформации могут по-разному в зависимости от их вида: мы поругались, чувствую, что надо мной насмеются, ощущение, что мы чужие, между нами вражда, нам не удастся понять друг друга, обнаруживаю, что одурачен и многие другие.

Деформации общения связаны с отклонением от норм взаимодействия, которые приняты в обществе и соответствуют мировым стандартам. Мировые стандарты в области

международного права регулируют социальные отношения, а они, в свою очередь, влияют на нормы конкретного межличностного общения, учитывая социокультурную и этнопсихологическую специфику.

Основные критерии, которые характеризуют нормальное состояние социальных отношений, должны базироваться на гарантиях свободы совести, слова, на праве собственности, передвижения, тайны переписки, телефонных разговоров, на нормах морали и культуры. Названные ценности формируют основу нормальных, цивилизованных отношений, а отклонение от них приводит к деформации социальных отношений и общения.

Прежде деформации социальных отношений вызывают деформацию сообществ, групп и личности как субъекта общения. Речь идет о социальной патологии, которая проявляется в искажении шкалы ценностей, приоритетов личности, ее «Я-образа», самооценки, в утрате культуры, нравственности, самоуважения и достоинства человека, в приобретении индивидом признаков комплекса неполноценности, в росте преступности, наркомании, и т.п.

Социальная патология ведет к милитаризации общественного мнения, к массовой мистификации (увлечение шаманством, колдовством), к наличию в сфере локусов контроля внешней стратегии поведения (объяснение неудач внешними препятствиями), формирование одномерного человека, которому свойственны не критичность, отсутствие индивидуальности, снижение активности, повышенная внушаемость и др.

Считается, что основой деформаций социальных отношений и общения является этатизм-абсолютизация роли государства по отношению к жизни общества.

Есть такие виды деформации социальных отношений:

1. изоляционный;
2. жестко определенный (преобразование личности на «винтика»);
3. хаотичный;
4. искусственно конфликтный;
5. моральный (дегуманизации отношений, обесценивание человеческой жизни);
6. уголовный (засилье преступного мира, сращивание власти и мафии и т.д.).

Последняя, криминальная деформация, в сфере общения распространяется не только на людей, находящихся в местах лишения свободы, но и на общественные отношения в целом. Однако в среде осужденных криминогенное общение проявляется сильнее.

В общении осужденных можно выделить следующие признаки изменений: определенный информационный голод; ограниченность пространства взаимодействия; эмоциональное напряжение; повышение агрессивности; стрессогенность отношений; однополость общения; потеря возможности выбирать контакты, референтный круг общения; повышение уровня тревожности; нравственное искажение направленности контактов; жесткое ролевое поведение и т.д. Конечно, не все осужденные в равной степени проявляют названные виды деформаций в общении.

#### Одиночество: его сущность, виды и факторы.

Одиночество является одной из глобальных проблем человечества. Психологи выделяют следующие определения одиночества:

Карпенко считает, что одиночество- это один из факторов влияющих на эмоциональное состояние человека попавшего в условия изоляции от других людей или оказавшегося в непривычной, измененной обстановке.

По мнению С. Кьекегора, одиночество- это замкнутый мир внутреннего самосознания, мир принципиально не размыкаем ни кем кроме Бога.

Психолог А. У Хараш считает, что это индивидуальное явление, не способность индивидуальной биографии, а объективный всеобъемлющий факт бытия независимо от того, осознается он индивидуумом или нет.



Одиночество многообразно, однако чаще всего – это ощущение, которое проявляется в форме потребности быть включенным в какую-либо группу или желательность этого, или потребность просто быть в контакте с кем-либо.

Таким образом, одиночество- это тяжелое психологическое состояние, сопровождающееся тяжелыми эмоциональными переживаниями человека попавшего в непривычные для него условия изоляции, может проявляться в потребности быть включенным в какую- либо группу.

Понятие одиночества связано с переживанием ситуаций, субъективно воспринимаемых как нежелательный, личностно неприемлемый для человека дефицит общения и положительных интимных отношений с окружающими людьми. Одиночеству не всегда сопутствует социальная изолированность индивида. Можно постоянно находиться среди людей, контактировать с ними и вместе с тем чувствовать свою психологическую изоляцию от них, то есть одиночество (если, например, это чужие или чуждые для человека люди).

Можно выделить две точки зрения на проблему одиночества в современной психологической литературе.

Первая точка зрения восходит к «советскому» пониманию одиночества как состоянию, «противоречащему самой сути человека как существа общественного». Одиночество определяется следующим образом: в отличие от объективной изолированности, оно отражает внутренний разлад человека с самим собой, воспринимаемый им как неполноценность своих отношений с миром, как «кризис ожидания», потерю всякой надежды и разочарование в любой возможной перспективе. В одиночестве высвечивается опустошенность внутреннего мира человека. Однако нужно отличать одиночество и уединение. Уединение в отличие от одиночества не пресекает общение, а лишь концентрирует человека на наиболее важных, обогащающих его в духовных формах общения.

Вторая точка зрения провозглашает амбивалентное отношение к одиночеству. С одной стороны признается трагичность одиночества, с другой подчеркиваются возможности, которые открывает для становления человека уединение, разговор с собой. «Только в тишине собственной души человек осознает глубокий смысл своего личного бытия. Однако кроме спокойного, умиротворенного уединения существует мучительное и напряженное одиночество- тоска, субъективное состояние духовной и душевной изоляции, непонятости, чувства неудовлетворенной потребности в общении, человеческой близости». Один из путей преодоления одиночества - наличие богатого внутреннего мира, возможности для развития которого, кстати, в свою очередь открывает одиночество. Обладая богатым внутренним миром, человек не чувствует себя одиноким, «он не страшится часов одиночества, а порой даже ищет их – чтобы разобраться в себе».

Исходя из обобщенной картины, мы можем выделить четыре условных вида: «космическое», культурное, социальное, межличностное одиночество.

1) Космическое одиночество- это переживание человеком своей отдаленности от «всеобъемлющей» сущности, каковой может представляться:

Природа, космос, мир;

Бог, «высший разум»;

Человеческая история.

Здесь имеется в виду душевное состояние человека, осознающего, что его «жизненная программа» остается не реализованной, что его личность не замечена обществом, что он не оставил «свой след в истории».

2) Культурное одиночество- это переживания человека, связанные с тем, что его ценности, идеалы, представления о должном, сформировавшиеся в определенной культурной среде, не находят отклика и понимания у окружающих людей. Ситуации, в

которых у человека возникают такого рода переживания, могут быть обусловлены следующими факторами:

Миграция (переезды людей на жительство в другую страну, город, деревню);

Быстрая переориентация общества на новые ценности (чаще всего в связи с революциями, крупными реформами) В таких ситуациях типичны «конфликты отцов и детей», представляющих старую и новую культуру;

Быстрое интеллектуальное развитие отдельной личности, делающее проблематичным общение с близкими прежде людьми.

3) Социальное одиночество- это переживания человека, обусловленные исключением его из определенной группы или невозможностью вступления в группу. Такого рода ситуации чрезвычайно многообразны, наиболее распространенные: Увольнение с работы, отставка, выход на пенсию, исключение из команды, неприятие коллективом по новому месту работы и др. Наиболее подвержены социальному одиночеству люди, относящиеся к двум возрастным группам – подростки («тинэйджеры») и старики: первые испытывают острую потребность впервые обрести друзей, но еще не имеют необходимых навыков общения; вторые, в силу преклонного возраста, покидают привычные и обжитые сферы деятельности, утрачивают прежних друзей.

4) Межличностное одиночество- это переживание человеком утраты или недостатка духовной связи с другой конкретной, единственной и неповторимой личностью (близкий родственник, друг, любимый).

Выделяют три типа одиночества:

Хроническое - наступает тогда, когда индивид в течении длительного периода жизни не может установить удовлетворительные взаимоотношения со значимыми для него людьми.

Ситуативное - одиночество проявляется как результат, каких-либо стрессовых событий в жизни человека, таких например, как смерть близкого человека или разрыв интимных отношений, например брачных.

Переходящее - одиночество выражается в кратковременных приступах чувства одиночества, которое полностью и бесследно проходит, не оставляя после себя никаких следов.

Одиночество является одной из глобальных проблем человечества, когда взаимоотношения почему-то не складываются, не порождая ни дружбы, ни любви, оставляя людей равнодушными по отношению друг к другу.

Таким образом, одиноким человек может стать по различным причинам:

из-за потери друга или возлюбленного;

поменяв место жительства;

перейдя на следующий этап развития;

из-за расставания с домом при поступлении в вуз;

вдовство, развод или разрыв личностных отношений. В подобных случаях оно зарождается вследствие недавно возникшей полной или частичной эмоционально-психологической изоляции человека.

Из-за неумение общаться.

Также оно возникает в тех ситуациях, когда ролевые ожидания не оправдываются, происходит приклеивание ярлыков или штампов в общении.

Одним из факторов, способствующих одиночеству, является нежелание человека оказаться в такой ситуации межличностного общения, при которой он подвергается риску получить отказ в установлении нужных для него взаимоотношений, почувствовать смущение и разочарование. Из-за боязни отрицательных результатов проявления инициативы в установлении межличностных контактов человеку становится все труднее преодолевать одиночество, и страх, порожденный прежним неудачным опытом, способствует созданию обстановки, которая еще более усиливает чувство одиночества.

Потеря одного из родителей в результате развода или недостаток эмоционально близких, доверительных отношений, родительской поддержки в детстве могут сделать индивида более чувствительным к одиночеству в зрелом возрасте. Эмоциональная рана, полученная в детстве, превращается в характерологическую личностную ранимость взрослого и сохраняется в течение длительного времени, иногда всю жизнь, заставляя таких людей острее, чем другие, реагировать на разлуку и социальную изолированность.

Таким образом, одиночество – это сложный психологический процесс, сопровождающийся различными эмоциональными переживаниями. Появлению одиночества способствуют следующие факторы: эмоциональная травма, страх неудачи в налаживании межличностных контактов, потеря любимого человека и тд. Чаще всего одиноким человек становится из-за отсутствия необходимых навыков общения, что способствует появлению у человека страха в установлении взаимоотношений с другими людьми. Одиночество дифференцируют на следующие виды: космическое, культурное, межличностное и социальное. А также в зависимости от того, какой промежуток времени человек находится в состоянии изоляции, одиночество может быть продолжительным, или кратковременным.

Одинокими становятся из-за других людей(в том числе из-за родителей), так как другие не поняли, забыли или отвергли этого человека. Также и черты характера человека могут способствовать становлению его одиночества, такие как эгоизм, самовлюбленность и тд. А также и из-за поведения и манеры общения человека. Причиной может также стать застенчивость, неуверенность в себе, страх общения и неумение общаться. Причиной может стать употребление наркотиков и глупость.

Некоторые люди предпочитают быть свободными и независимыми, поэтому предпочитают одиночество.