

Бакалдин Сергей Витальевич  
кан. психол. наук.

## **Изучение особенностей связи функций Я и переживания одинокчества**

Кто не сталкивался с чувством одиночества, кому оно не знакомо? Может единицам, да и то можно усомниться в возможность полного отсутствия подобного опыта, скорее речь идет об избирательности нашей памяти. Но проблема не в том, что мы способны испытывать одиночество, а в том, что некоторые люди могут испытывать его гораздо сильнее, или не способны самостоятельно справиться с ним и оно становится их верным спутником по жизни. Такое одиночество часто связывают с депрессией, или другими личностными расстройствами, например, пограничными. Такое одиночество является врагом человека, заставляя его страдать и искать пути его преодоления, а, иногда, доведя человека до полного изнеможения подтолкнуть его к мысли расстаться с жизнью.

Если бы все люди в примерно одинаковой степени болезненно переживали одиночество, то, наверное, не было проблемы, которую стоило исследовать. Однако мы знаем, что это не так. Почему люди по-разному переживают одиночество, почему есть одинокие и не одинокие люди? Какими личностными особенностями обусловлено их одиночество или не одиночество?

Выдающийся английский психоаналитик Д. Винникотт, пожалуй, первый задался вопросом, что позволяет человеку находиться в одиночестве и не страдать. Он исследовал способность человека быть наедине с собой не испытывая чувство одиночества, а так же позитивные аспекты способности быть в одиночестве.

Винникотт утверждает, что какие бы формы переживаний ни вели к появлению способности к одиночеству, существует все же один основной вид опыта, без которого способность к одиночеству не возникает. Этот опыт заключается в том, чтобы в младенчестве и раннем детском возрасте быть наедине с собой в присутствии матери. Следовательно, в основе способности быть наедине с собой и не страдать от одиночества лежит парадоксальная на первый взгляд ситуация; оставаться наедине с собой, в то время, когда рядом находится кто-то другой. Винникотт изображает одиночество не только как переживание, относящееся исключительно к Я, оно у него включает в себя других людей.

Здесь подразумевается особый вид отношений между младенцем или маленьким ребенком и матерью. Именно присутствие матери является олицетворением надежности для ребенка, даже если она представлена в какой-то момент только кроваткой, коляской или общей атмосферой, созданной ею. Он предлагает название для этого особого вида отношений - эго-связь (ego-relatedness). Эго-связь подразумевает отношения между двумя людьми, из которых, по меньшей мере, один (или оба) находятся наедине с собой, но в тоже время присутствие одного важно для другого.

Главная мысль его тезиса заключается в том, что мы должны говорить о ранней форме одиночества, и даже если мы согласимся, что способность к настоящему одиночеству не является чем-то первоначальным, эта способность все же основывается на раннем опыте одиночества в присутствии другого человека. Пребывание в одиночестве в присутствии другого человека может переживаться на очень ранней стадии, когда незрелость Я естественным образом компенсируется поддержкой Я со стороны матери. С течением времени индивид интроецирует мать, поддерживающую его Я, и тем самым становится способным быть наедине с собой, не обращая часто к матери или к символу матери. Т.е. постепенно поддерживающее Я окружение интроецируется и встраивается в личность человека, в результате чего возникает подлинная способность находится в одиночестве. Даже в этом случае здесь (теоретически) всегда кто-то присутствует; кто-то, кто бессознательно отождествляется в конечном итоге с матерью, с человеком, который в первые дни и недели временно идентифицировался со своим младенцем и до некоторых пор ничем больше не интересовался, кроме заботы о своем собственном ребенке.

Проблема соотношения одиночества и особенностей функционирования Я нашла свое развитие в работе Дж. Адлер и Д. Бьюи [Адлер Дж., Бьюи Д. Одиночество и пограничная психопатология: отсылка к детскому развитию. Журнал практической психологии и психоанализа. №2, 2003.]. Они отмечают, что переживание интенсивного и болезненного чувства одиночества является обычным для жизни пациентов с пограничным расстройством личности, особенно приближающихся к психотическому полюсу в спектре психических нарушений. Одиночество определяется как аспект, присущий этому расстройству личности, состоящий в относительной или полной неспособности запоминания позитивных образов или фантазий поддерживающих людей в прошлой и настоящей жизни пациента или преобладании негативных воспоминаний и образов. При этом говорится об особой разновидности одиночества, наблюдаемой именно у пограничных пациентов. Речь идет о состояниях одиночества, нередко невыносимых и

исполненных глубочайшей безнадежностью. Дж. Адлер и Д. Бьюи отмечают, что в ходе исследования этих состояний в контексте адекватного терапевтического альянса пациенты рассказывали, что это особое одиночество было самым болезненным переживанием в их жизни, скорее воспринимавшимся в качестве первичной данности в личной истории. Они предполагают, что развитие чувства одиночества у этих пациентов, по-видимому, связано с нарушением развития постоянства объекта и памяти воспроизведения у ребенка (VI стадия сенсомоторного развития по Пиаже). Дж. Адлер и Д. Бьюи постулируем, что основной недостаточностью пограничной личности является недоразвитие способности к аффективному постоянству объекта и ее утрата при регрессии, обусловленной специфическими стрессовыми факторами, до стадии памяти узнавания или более ранних стадий. Другими словами, болезненное переживание одиночества объясняется нарушением способности человека запоминать, сохранять и при необходимости воспроизводить образ значимого человека и самой ситуации близости и приятия, т.е. не одиночества.

Причины этого нарушения Дж. Адлер и Д. Бьюи связывают с возможной недостаточностью родительской эмпатии при прохождении ребенком процесса сепарации-индивидуации, особенно субфазы восстановления.

Таким образом, можно сделать некоторые выводы на основании изученных работ:

- одиночество рассматривается, как негативное, подчас болезненными переживаниями личности;
- истоки одиночества следует искать в особенностях ранних детско-родительских отношений;
- способность быть одному и не испытывать негативных чувств, связана с позитивным опытом быть наедине с собой в присутствии другого в раннем детстве;
- специфическая болезненность переживания одиночества лицами, страдающими пограничными нарушениями, обусловлена недоразвитием способности к аффективному постоянству объекта и ее утрате при регрессии в результате стрессовых факторов, другими словами связано с особенностями развития отдельных функций Я.

Опираясь на вышеизложенные идеи, мы можем предположить, что у людей, испытывающих чувство одиночества часто или постоянно будут выявляться некоторые особенности функционирования Я, и их отношения с

матерью в детстве будут отличаться меньшей доверительностью и теплотой по сравнению с не одинокими.

Для проверки данной гипотезы требуется решить три основные задачи. Во-первых, отделить группу одиноких респондентов от не одиноких, во-вторых, диагностировать характер их детско-родительских отношений, в-третьих, сравнить особенности функций Я одиноких и не одиноких респондентов.

Существует целый ряд тестовых методик, созданных зарубежными и отечественными авторами для выявления одиноких респондентов [Джонг-Гирвельд Дж. и Раадшелдерс Д., Типы одиночества // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1989. - С.301-319., Пепло Л.Э., Мицели М. Мораш Б. Одиночество и самооценка // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. - М.: Процесс, 1989. - С. 69-191., Серма В. Некоторые ситуативные и личностные корреляты одиночества // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1989. - С.227-242., Хоровиц Л., Френч С. и Андерсон К. Прототип одинокий личности // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1989.- С. 243-274., Долгинова]. Наше особое внимание привлечен подход к исследованию одиноких людей представленный в работе Серма В. «Некоторые ситуативные и личностные корреляты одиночества» [Серма В. Некоторые ситуативные и личностные корреляты одиночества // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1989. - С.227-242.]. В ней обращается внимание на то, что люди, которые по внешним признакам должны считать себя одинокими, однако таковыми себя не считают, хотя признают, что испытывают одиночество довольно часто. В данном случае такое отрицание может пониматься, как защита от не желательных оценок. С подобной ситуацией приходится сталкиваться и в процессе психологического консультирования. Человеку бывает очень сложно признать свое одиночество, хотя чувство одиночества может быть у него практически постоянно. Для осознания одиночества такими клиентами необходимы специальные психотерапевтические процедуры, направленные на преодоление сопротивления. Поэтому для диагностики одиночества предлагается использовать вопрос, касающийся частоты переживания чувства одиночества [Moore, Sermat, 1974].

Именно данный подход мы применили в нашем исследовании, нами для диагностики частоты переживания одиночества, использовался вопрос «Чувство одиночества я испытываю». Было предложено пять вариантов ответов на него: 1) никогда; 2) редко; 3) иногда; 4) часто; 5) постоянно. Респондентов, давшие ответ «никогда» и «редко», мы относили к группе не одиноких людей, а ответивших «постоянно» и «часто» к одиноким. Анкеты,

в которых был ответ «иногда», в сравнительном анализе одиноких и не одиноких респондентов не учитывались. По нашему мнению, это позволяет частично обходить сопротивление, связанное с отказом идентифицировать себя с одиноким человеком. Преимущества данного метода заключаются, в том, что в основе лежит, не самооценка себя как одинокого человека, а самооценка частоты возникновения исследуемого чувства. Это позволяет избежать путаницы, которая возможна при самооценке себя как одинокого человека, т.к. в данную категорию могут отнести себя, как одинокие люди, так и люди, стремящиеся к уединению, а также частично обойти возможное сопротивление, возникающее при предложении идентифицировать себя, как одинокого человека.

Для исследования характера детско-родительских отношений респондентам предлагалось ответить на ряд вопросов касающихся их отношений с матерью и отцом в детстве и сейчас.

Вопросы, касающиеся отношений с родителями, предполагали оценку их характера по трем направлениям: эмоциональная близость, надежность и посвященность родителя в дела ребенка (доверие). Оценивался характер взаимоотношений в детстве и в настоящее время. Респондентам предлагались следующие вопросы, касающиеся отношений с матерью в детстве:

- Какие из нижеследующих утверждений вы можете использовать для описания вашей матери и ваших с ней взаимоотношений, когда вы были ребёнком?
- Когда вы были ребёнком, насколько вы считали свою мать надёжной и верной опорой? В какой степени вы могли положиться на нее?
- В какой степени ваша мать была в курсе ваших дел, когда вы были ребенком?

Аналогичные вопросы предлагались относительно отношений в детстве с отцом.

Варианты ответов распределялись следующим образом: 1 и 2 – положительная оценка, 3 – нейтральная, 4 и 5 – негативная. Шестой вариант ответа – «другое», предлагалось указать. Анализ ответов показал, что ответ «другое», связан с отсутствием родителя (ранняя смерть, или полное отсутствие отношений). Поэтому данные ответы добавлялись к негативным.

Для изучения особенностей функций Я, нами был использован опросник оценки центральных личностных функций на структурном уровне «Я – структурный тест Аммона» (ISTA) [Я – структурный тест Аммона. Опросник для оценки центральных личностных функций на структурном уровне. Пособие для психологов и врачей. СПб, 1998, 70 с.]. Данный тест, в

русскоязычной версии, является результатом работы коллектива авторов: доктора медицинских наук, профессора Ю. Я. Тупицина, канд. психол. наук В. В. Бочарова, психолога Т. В. Алхазова, лаборант-исследователь Е. В. Бродской, при участии профессора А. А. Чуркина и профессора Б. С. Положего. Поскольку данная методика в России еще недостаточно известна, мы остановимся на ней несколько подробнее.

Я-структурного теста является первой в России адаптированной психоаналитической тестовой методикой, позволяющей целостно оценить структуру личности в совокупности ее здоровых и патологически измененных аспектов.

Я-структурный тест Аммона (ISTA) представляет собой стандартный перечень, включающий 220 утверждений, которые оцениваются испытуемыми как верные или не верные по отношению к ним. Вопросы перечня затрагивают самочувствие, настроение, особенности эмоциональных переживаний и поведения в различных жизненных ситуациях, фактически, испытуемым предлагается оценить себя и свое поведение в пространстве воображаемых обстоятельств, заданных тестовыми утверждениями.

Конструкция теста отражает теоретические представления о структуре и особенностях развития центральных Я-функций.

ISTA состоит из 18 шкал, объединенных в 6 отдельных блоков. Каждый из блоков описывает деятельность одной из 6-ти рассмотренных ранее центральных Я-функций:

Агрессия, тревога-страх, внешнее Я-отграничение, внутреннее Я-отграничение, нарциссизм, сексуальность.

Каждая из вышеперечисленных центральных Я-функций описывается тремя отдельными шкалами, позволяющими оценить степень выраженности конструктивной, деструктивной и дефицитарной составляющей этих центральных личностных образований. В связи с этим все названные блоки включают конструктивную, деструктивную и дефицитарную шкалы.

Используемая нами версия ISTA является русскоязычным эквивалентом пересмотренного в 1997 году последнего авторского варианта опросника. Методика прошла все необходимые адаптационные процедуры, исследованы показатели валидности и надежности шкал, авторами русскоязычной версии, осуществлена рестандартизация тестовых оценок.

Опросник позволяет оценить степень развития шести основных функций Я: агрессивной, тревоги, внешней границы Я, внутренней границы Я, нарциссизм, сексуальность. Проявления каждой из них оценивается по трем шкалам: конструктивной, деструктивной, дефицитарной.

Для обработки эмпирического материала применяются статистические

методы: критерий Манна-Уитни, корреляционный анализ; пакет статистических программ SPSS 11.0.

Исследование проводилось в г. Краснодаре. В нем приняло участие 274 человека, которые ответили, на вопросы анкеты и теста Аммона. Из них мужчин 81, женщин 193, в возраст респондентов от 18 до 63 лет.

В результате проведенного исследования была выявлена значимая связь чувства одиночества с характером отношений с матерью в детстве и сейчас.

Если отношения с матерью в детстве, оценивают, как хорошие 79,3% не одиноких респондентов, то среди одиноких таких 54,5%, соответственно если среди не одиноких 4,8% оценивают отношения с матерью, как негативные или нарушенные, то среди одиноких таких 18,2%.

Оценка надежности матери в детстве практически не различаются среди одиноких и не одиноких респондентов, а вот ответ на вопрос «В какой степени ваша мать была в курсе ваших дел, когда вы были ребенком?», значимо различается у одиноких и не одиноких респондентов. Только 7,6% не одиноких респондентов считает, что мать мало была в курсе их дел, когда они были детьми, против 22,7% одиноких респондентов.

Таблица 1.

Характер отношений с матерью в детстве и сейчас у одиноких и не одиноких респондентов.

Номера вопросов в анкете и их содержание	Варианты ответов	Процент не одиноких	Процент одиноких
Какие из нижеследующих утверждений вы можете использовать для описания вашей матери и ваших с ней взаимоотношений, когда вы были ребёнком?	1 Хорошие (мы с ней были близки)	79,3	54,5
	2 Нейтральные	15,9	27,3
	<b>3 Нарушенные отношения (плохие, или отсутствовали)</b>	<b>4,8</b>	<b>18,2</b>
Когда вы были ребёнком, Насколько вы считали свою мать надёжной и верной опорой? В какой степени вы могли положиться на нее?	1 В большой степени	82,1	81,8
	2 В средняя степень	11	11,4
	3 Низкая степень	6,9	6,8
В какой степени ваша мать была в курсе ваших дел, когда вы были ребенком?	1 В большой степени	68,3	45,5
	2 В средняя степени	24,1	31,8
	<b>3 В низкой степени</b>	<b>7,6</b>	<b>22,7</b>

Примечание: жирным шрифтом выделены ответы, по которым имеются значимые различия на уровне  $P < 0,05$ , критерий Мнна-Уитни.

Значимые различия в отношениях с отцом у одиноких и не одиноких респондентов в детский период не установлены. Полученные данные свидетельствуют о том, что именно характер отношений с матерью влияет на последующее переживание одиночества взрослым человеком. Мы видим, что у одиноких респондентов чаще наблюдается нарушение этих отношений в плане близости и доверительности. Полученный результат согласуется с представленными выше теоретическими положениями.

Нами были изучены связи чувства одиночества и функций Я. Для анализа полученных данных использовался метод корреляционного анализа.

Анализ выявленных связей показал, что между проявлением чувства одиночества и конструктивными шкалами функций Я (за исключением шкалы С1 – конструктивная тревога), существуют значимая отрицательные корреляция. Это говорит о том, что чем ниже показатели по этим шкалам, тем сильнее проявляется чувство одиночества.

Таблица 2. Корреляция шкал «Я – структурного теста Амона» и частоты проявления чувства одиночества (вопрос №27)

Шкалы «Я – структурного теста Амона»		Коэффициент корреляции шкал теста Амона с чувством одиночества (p)	Средние значения теста Амона	
			не одинокие (146 чел.)	одинокие (44 чел.)
А 1	Шкала конструктивной агрессии	-0,228(**)	8,22	6,43
А2	Шкала деструктивной агрессии	0,129(*)	6,13	7,32
А 3	Шкала дефицитарной агрессии	0,319(**)	4,17	6,55
С 1	Шкала конструктивной тревоги	0,026	7,23	7,98
С 2	Шкала деструктивной тревоги	0,369(**)	3,08	5,70
С 3	Шкала дефицитарной тревоги	0,158(**)	5,09	6,09
О 1	Шкала конструктивного внешнего Я-отграничения	-0,231(**)	7,38	6,27
О 2	Шкала деструктивного внешнего Я-отграничения	0,219(**)	4,32	5,66
О 3	Шкала дефицитарного внешнего Я-отграничения	0,333(**)	4,49	6,82
О' 1	Шкала конструктивного внутреннего Я-отграничения	-0,318(**)	8,45	6,59
О' 2	Шкала деструктивного внутреннего Я-отграничения	0,216(**)	4,65	6,14
О' 3	Шкала дефицитарного	0,300(**)	5,54	7,86



	внутреннего Я-ограничения			
N 1	Шкала конструктивного нарциссизма	-0,192(**)	7,79	6,23
N 2	Шкала деструктивного нарциссизма	0,325(**)	4,19	6,80
N 3	Шкала дефицитарного нарциссизма	0,321(**)	3,41	6,20
Sex 1	Шкала конструктивной сексуальности	-0,195(**)	7,97	6,57
Sex 2	Шкала деструктивной сексуальности	0,098	5,50	6,18
Sex 3	Шкала дефицитарной сексуальности	0,205(**)	3,02	4,14

Примечание: \* связь достоверна –  $p < \text{или} = 0,05$ ; \*\* связь достоверна –  $p < \text{или} = 0,001$ .

Высокая значения корреляции выявлены между чувством и одиночества и деструктивными и дефицитарными проявлениями функций Я, за исключением деструктивной сексуальности, здесь корреляция проявляется на уровне тенденции достоверной связи ( $P < 0,1$ ). Отсутствие выраженной связи в данном случае можно объяснить, тем, что при деструктивной сексуальности, хотя и на рушены эмоциональные связи между партнерами, но они все-таки имеются в наличии, что мешает развиваться осознаваемому чувству одиночества.

Таким образом, можно выявить следующие, отличительные особенностями одиноких респондентов.

**Нарушения в проявлении агрессивности.** Значения шкал конструктивной агрессии понижены, а дефицитарной и деструктивной повышены. Это проявляется в снижении активности, в неспособности к установлению межличностных контактов, теплых человеческих отношений, в снижении предметной активности, в сужении круга интересов, в избегании каких-либо конфронтаций, конфликтов, дискуссий и ситуаций «соперничества», в склонности жертвовать собственными интересами, целями и планами, а также в неспособности брать на себя какую-либо ответственность и принимать решения. Им сложно открыто проявлять свои эмоции, чувства и переживания, претензии и предпочтения. Недостаток активности в какой-то мере обычно субъективно компенсируется нереалистическими фантазиями, несбыточными планами и мечтами. В то же время присутствует повышенная деструктивная агрессивность, что проявляется, проблематичности для них длительное время поддерживать дружеские отношения, они могут быть склонны к конфронтации ради самого противостояния, выражают чрезмерную ригидность в дискуссиях, в конфликтных ситуациях стремятся к «символическому» уничтожению противника, испытывают удовольствие от созерцания, оскорбленного или униженного «врага», отличаются злопамятностью и мстительностью, жестокостью. Агрессивность может проявляться как в открытых вспышках гнева, импульсивности и взрывчатости, так и выражаться в чрезмерной требовательности, ироничности или сарказме. Требуемая реализации энергия проявляется в разрушительных фантазиях или кошмарных сновидениях. В эмоциональных переживаниях на передний план выступают чувства собственного бессилия, некомпетентности и ненужности, ощущение пустоты и одиночества, покинутости, скуки, отсутствие «радости жизни», ощущение бесперспективности существования и непреодолимости жизненных трудностей.

**Повышенной тревожностью.** Показатели по конструктивной тревоге практически не отличаются от показателей у не одиноких респондентов, а вот по деструктивной и дефицитарной они повышены. Таким образом, для одиноких респондентов характерна неспособность дифференцированно относиться к различным опасностям и собственному опыту переживания угрожающих ситуаций. Они испытывают повышенная тревожность, склонность к беспокойству и волнениям даже по самым незначительным поводам, трудности в организации собственной активности, часто ощущают недостаточность контроля над ситуацией, нерешительность, робость, стеснительность, аспонтанность, выраженность вегетативных признаков тревоги (потливость, головокружение, учащенное сердцебиение и т.д.). Может отмечаться «захлестывающая», дезинтегрирующая поведение индивида переоценка степени

опасности. Им свойственны трудности в самореализации, расширении часто ограниченного жизненного опыта, ощущают беспомощность в ситуациях, требующих мобилизации и подтверждения идентичности, переполнены всевозможными опасениями относительно своего будущего, не способны по-настоящему доверять ни себе, ни окружающим людям.

**Слабостью внешней границы Я.** Конструктивные проявления внешней границы Я выражены слабо, а деструктивные и дефицитарные наоборот завышены. Это проявится в нарушении способности к контролю межличностной дистанции, проблемах установления оптимальных интерперсональных контактов. Им характерно послушание, зависимость, конформность, несамостоятельность, они будут искать постоянную поддержку и одобрение, защиту и признание. Свойственна жесткая ориентированность на групповые нормы и ценности, идентификация себя с групповыми интересами и потребностями, а потому не способность сформировать собственную, отличную от других точку зрения. Эти люди склонны к симбиотическому слиянию, а не равноправным зрелым партнерским отношениям и в связи с этим они, как правило, испытывают значительные трудности в поддержании устойчивых продуктивных контактов. Типичным для них являются ощущения собственной слабости, открытости, беспомощности и незащищенности.

**Слабостью внутренней границы Я.** Характеризуется заниженным показателем по шкале конструктивности. Будет наблюдаться рассогласованность эмоционального опыта, дисбаланс внутреннего и внешнего, мыслей и чувств, эмоций и действий; нарушения переживания чувства времени, отсутствие возможности гибко контролировать эмоциональные и телесные процессы, последовательно артикулировать собственные потребности; недифференцированность восприятия и описания различающихся психических состояний; дефицит способности к продуктивной психической концентрации. Функциональная недостаточность внутренней границы проявляется в нарушении взаимодействия с неосознаваемыми процессами, которое в зависимости от показателей по другим шкалам внутреннего Я-отграничения, отражает либо «жесткое» подавление бессознательного, либо отсутствие достаточного интрапсихического барьера.

**Нарушением нарцисстической функции Я.** Характеризуются, понижением конструктивных проявлений и повышенными данными по деструктивному и дефицитарному нарциссизму. Это находит проявление в неуверенности в себе, несамостоятельности, зависимости от людей, крайней обидчивости, болезненных реакциях чужие оценки и критику, нетерпимости к собственным слабостям и недостаткам других. Для них типичны коммуникативные трудности, они не способны поддерживать теплые доверительные отношения вообще или, устанавливая и поддерживая их, не могут сохранять собственные цели и предпочтения. Чувственная жизнь обеднена или слишком «необычна», круг интересов узок и специфичен. Слабость эмоционального контроля и отсутствие полноценного коммуникативного опыта не позволяют этим людям в достаточной степени ощущать полноту жизни.

**Пониженной сексуальностью.** Конструктивная и деструктивная сексуальность понижена. Характеризуется недостаточной способностью к партнерскому сексуальному взаимодействию, сексуальная активность либо слишком инструментализирована, стереотипизирована, либо обеднена. В любом случае отмечается неспособность к сексуальной «игре», партнер воспринимается и выступает лишь как объект для удовлетворения собственных сексуальных желаний. Эротические фантазии приобретают явно эгоцентрический характер или отсутствуют вовсе. Сексуальная активность почти всегда носит не адекватный характер.

Таким образом, у одинокого человека наблюдается, с одной стороны, тенденция к занижению, конструктивных проявлений агрессивности, нарциссизма, сексуальности, а также внешних и внутренних границ Я. С другой стороны, с другой стороны мы видим повышение показателей дефицитарных и деструктивных проявлений тех же функций.

Наличие большого количества выявленных корреляционных связей, с одной стороны убеждает в личностных истоках чувства одиночества, с другой порождает предположение о наличии подгрупп внутри выборки одиноких респондентов.

На основании полученных данных и анализа работ Д. Винникотта и Дж. Адлер и Д. Бьюи можно предложить следующую **психодинамическую модель одиночества**.

Болезненное переживание одиночества (чувство одиночества) связано с нарушением ранних отношений ребенка с матерью или лицом его заменяющим. Мать оказалась не способной дать эмоциональную поддержку и сформировать доверительное отношение к себе. Отсутствие или дефицит раннего опыта эмоциональной близости и доверительных отношений ведет к нарушениям в развитии Я, проявляющихся в относительной слабости конструктивных функций (агрессии, тревоги, границ Я, нарциссизма, сексуальности) и акцентуации деструктивных и дефицитарных проявлений функций Я. Получается, что болезненное чувство одиночества связано со структуральной слабостью Я. Сверхпроницаемость границ Я ведет к тому, что человеку становится очень трудно поддерживать свою идентичность в отсутствии другого, т.к. мысли о собственной неполноценности стремятся в его сознание, подрывая веру в свои возможности. Этому способствует отсутствие устойчивого образа «одиночества вдвоем» о котором пишет Д. Винникотт. Невозможность поддерживать этот образ так же связана с нарушениями в функционировании Я. В то же время контакты с людьми несут угрозу потери себя. Страх перед этим заставляет избегать их. Человек все больше замыкается в себе. Выраженные нарушения в функционировании Я приводят к тому, что они оказываются не способными приближать других людей и приближаться к ним без нарушения границ собственной идентичности. Слабость Я, проявляется так же, в повышенной тревоге при контактах с людьми, страхе перед их оценкой, не могут вступать в конфликтные отношения, даже с целью отстаивания своих интересов. Они скорее пойдут на уступки, чем выразят свою позицию. Сексуальная жизнь их, как правило, обеднена. Для них характерна склонность к добровольному уединению, как защита от болезненности общения с людьми, но при этом они тяжело переживают свое одиночество, не видя возможности его преодолеть.

Если исходить из того, что чувство одиночества определяется особенностями функционирования Я, а сами эти функции формируются под влиянием ранних детско-родительских отношений, то становится понятным, почему одиночество тесно коррелирует с особенностями отношений с матерью в детстве. Т.е. одиночество является в первую очередь порождением особенностей личностной организации, а во вторую актуальной социальной ситуации.

Полученные результаты исследования могут найти применение в сфере практической психологии и в психотерапии, т.к. позволяют по-новому взглянуть на проблему одиночества, как производную проблем личностного развития. Можно рекомендовать акцентировать внимание в коррекционной работе по преодолению одиночества на развитии конструктивных сторон функционирования Я и преодолению недостатков связанных с деструктивными и дефицитарными проявлениями функционирования Я.

### **Литература**

1. Адлер Дж., Бьюи Д. Одиночество и пограничная психопатология: отсылка к детскому развитию. Журнал практической психологии и психоанализа
2. Винникотт Д. Способность быть в одиночестве. Журнал практической психологии и психоанализа. №4, 2002.
3. Джонг-Гирвельд Дж. и Раадшелдерс Д., Типы одиночества // Лабиринты одиночества /Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1989. - С.301-3 19.
4. Масуд Р. Хан Творчество Д. Винникотта. Журнал практической психологии и психоанализа, №1 март 2002.

5. Пепло Л.Э., Мицели М. Мораш Б. Одиночество и самооценка // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. - М.: Процесс, 1989. - С Л 69-191.
6. Серма В. Некоторые ситуативные и личностные корреляты одиночества // Лабиринты одиночества / Пер с англ. - М.: Прогресс, 1989. - С.227-242.
7. Хоровиц Л., Френч С. и Андерсон К. Прототип одинокий личности // Лабиринты одиночества / Пер. с англ. - М.: Прогресс, 1989.- С 243-274.
8. Я – структурный тест Аммона. Опросник для оценки центральных личностных функций на структурном уровне. Пособие для психологов и врачей. СПб, 1998, 70 с.