

**РАЗДЕЛ III. ЭФФЕКТИВНОЕ РАЗВИТИЕ И САМОРЕАЛИЗАЦИЯ
СУБЪЕКТА ТРУДА И ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ**

**SECTION III. EFFECTIVE DEVELOPMENT AND SELF-REALIZATION
OF THE SUBJECT OF LABOR AND LIFE STRATEGY**

УДК: 159.9.072.432

DOI: 10.25629/НС.2022.02.13

**АМБИВАЛЕНТНОСТЬ ОДИНОЧЕСТВА В ПСИХОЛОГИИ
ЛИЧНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО**

Данилов С.И., Лозинская О.А.

Военный университет Министерства обороны Российской Федерации

Аннотация. В статье развивается экзистенциально-психологический подход к исследованию одиночества военнослужащих. Авторы показывают амбивалентность одиночества военнослужащих, анализируют причины кризисно-деструктивного одиночества, делают вывод о позитивной роли ресурсного одиночества. Статья содержит обобщение наблюдений и бесед с курсантами военного образовательного учреждения высшего образования, подтверждающих заключения авторов. Материал статьи может представлять интерес для специалистов психологической работы с военнослужащими.

Ключевые слова: психология личности военнослужащего, экзистенциальная психология, психология одиночества, ресурсное одиночество, кризисно-деструктивное одиночество, амбивалентность одиночества.

Введение в проблему

Одиночество личности является настолько серьезной проблемой современного общества, что Н.А. Бердяев назвал ее одной из основных в философии человеческого существования [4, с. 267, 273, 283.]. Исследователи отмечают наметившуюся в современном мире тенденцию: неуклонно возрастает число жителей планеты самых разных возрастов и социальной принадлежности, предпочитающих «жизнь соло». По данным исследовательской компании Euromonitor International, во всем мире число людей, проживающих в одиночестве, за 10 лет (с 1996 по 2006 г.) возросло на 33 %. [14]. Масштабы явления подтверждаются и психологическими исследованиями: от десяти до тридцати процентов людей в различных выборках утверждают, что испытывали глубокое чувство одиночества со скачкообразными колебаниями в течение большей части своей жизни [21, с. 227].

Если в западно-европейской мысли эта антропологическая тенденция и сам феномен одиночества стали предметом пристального внимания и изучения философов, психологов и социологов еще в 50–60-х годах прошлого столетия, то в психологии личности военнослужащих тема одиночества до сих пор находится на периферии, а если и попадает в фокус военно-психологических исследований, то с неизменно негативным оттенком – как дефективный модус личностного существования: нечто негативное, трагическое, мешающее нормальной жизни, как проявление низкой жизнестойкости, неспособности адаптироваться к жизни в воинском коллективе, следствие отношения к себе как аутсайдеру в физической подготовке или боевой учебе, результат депривации личности, фактор снижения психологической готовности действовать в экстремальных условиях войны и боя, причина суицидального поведения и т.п. При

этом одиночество как аномалия в поведении может привести к душевному расстройству, разрушению личности и появлению неврозов.

Так в статье С.П. Полякова, А.В. Деникина и А.А. Рыжкова «Социально-психологическое одиночество как значимая предпосылка суицидального поведения военнослужащих» прямо указывается: «Одной из предпосылок, способствующей суицидальному поведению военнослужащих, является социально-психологическое одиночество... Переживание одиночества оказывается пассивной эмоцией, провоцирующей изоляцию, отказ от деятельности, безнадежность. Это не наиболее суицидальный из всех типов переживаний одиночества, поскольку он в наибольшей степени исключает из жизни» [25, с. 334].

В статье А.С. Криворотько говорится, что морякам наиболее присуще отчуждающее одиночество, которое может проявляться в возбудимости, тревожности, циклотимности, низкой эмпатии, противоборстве в конфликтах, агрессивности, недоброжелательности, скепсисе, потерянности, подозрительности и зависимости в межличностных отношениях. Выявленное преобладание обособления личности моряка от других людей, потеря значимых связей и контактов, интимности, приватности в общении может быть результатом как влияния профессиональной деятельности, так и отражения личностных особенностей человека. У моряков, которые не состоят в браке, кроме отчуждающего одиночества, имеется определенная степень диссоциированного одиночества, которое выражается, помимо тревожности и возбудимости, также в демонстративности характера, личной направленности, сочетании высокой и низкой эмпатии (при отсутствии среднего уровня), эгоистичности и подчиняемости в межличностных отношениях, что также представляет собой противоположные тенденции» [16].

Априорно негативистское отношение к явлению одиночества задает соответствующую методологию социально-психологического анализа целого ряда проблем психологии личности военнослужащего: адаптации военнослужащих, межличностных отношений, сплоченности воинского коллектива, психологической готовности к выполнению служебных задач и т.п.

Вместе с тем, феномен одиночества человека многомерен и гораздо шире, чем это часто представляют: одиночество оказывает значительное воздействие на жизнь личности вне зависимости от ее социального положения и профессиональной принадлежности, являясь имманентным процессом личностного становления и взросления, – и не учитывать это нельзя в работе с военнослужащими, курсантами, находящимися на этапе своего профессионального роста.

Возникает вопрос, при каких условиях переживание одиночества является действительно причиной дезинтеграции личности, а при каких становится ресурсным состоянием и началом позитивных изменений и продуктивной активности личности.

Сложность исследования одиночества связана с ее экзистенциальным характером: К. Ясперс, рассуждая об онтологической связи экзистенции, свободы и одиночества, полагал, что «прояснение экзистенции» в силу ее необъективируемости, не может осуществляться методами научного познания. «Человек как «экзистенция» – это нечто большее, нежели совокупность психологически понятных взаимосвязей или совокупность врожденных биологических качеств... Истинная сущность человека – это его экзистенция перед лицом трансценденции; ни та, ни другая в принципе не могут быть доступны научному исследованию», – пишет ученый [35, с. 523].

Не потому ли увлечение многих исследователей парадигмой «измерительной психологии» и упрощением в трактовке личности, изучением эмпирических закономерностей одиночества не позволяет им увидеть глубинные – бытийные и духовные – основания, из которых произрастает чувство одиночества. Все сказанное требует нового обращения к осмыслению феномена одиночества применительно к психологии личности военнослужащего.

Краткий обзор литературы

Представления об «аномальном» характере состояния одиночества глубоко укоренены в истории социальной и психологической мысли. Драматизм утраты связи человека с миром можно почувствовать, читая ветхозаветную книгу Екклесиаста (4:8).

В трактате «Политика» Аристотель вывел следующее умозаключение: «...человек по природе своей есть существо политическое, а тот, кто в силу своей природы, а не вследствие случайных обстоятельств живет вне государства, – либо недоразвитое в нравственном смысле существо, либо сверхчеловек...» [2].

Мотивы земного одиночества как пагубного состояния явственно прослеживаются в сочинениях отцов церкви, в понимании которых одиночество перед лицом бога – следствие грехопадения человека, его удаления от Господа, отступничества от своего Творца, в результате чего благодатная связь с Богом оказывается разорванной и человек выпадает из состояния изначального единства со своим Творцом. А это означает распад внутреннего единства человеческой природы, люди замыкаются в себе, встают на путь эгоизма и розни.

В Новое время одиночество рассматривалось как состояние, сопутствующее отчуждению человека от власти, собственности, культуры и еще более усиливающейся бюрократизацией, урбанизацией, технизацией жизни; одиночество связывалось и с самоотчуждением – самоутратой, смыслоутратой, разрушением единства человека с самим собой.

Вместе с тем в философско-психологической мысли конца XIX – XX века возникает понимание того, что одиночество носит не ситуационный, а фундаментальный характер, то есть укоренено в самой сути человеческого существования, имеет универсальный характер, постоянно присутствует в жизни человека и затрагивает в той или иной степени всех людей: на разные лады этот мотив присутствует в философских, психологических и литературных трудах С. Кьеркегора, А. Шопенгауэра, Ф. Ницше, М. Хайдеггера, Ж.-П. Сартра, А. Камю, В. Франкла, Р. Мэя, Л. Бинсвангера, А. Лэнгле, М. Босса, И. Ялома, Л.И. Шестова, Н.А. Бердяева, Л.Н. Толстого, Ф.М. Достоевского.

Одиночество – одна из основных категорий экзистенциальной философии и психологии наряду со свободой, ответственностью, смыслом жизни. Человек мыслится как «самопроектирующееся» существо, субъект и результат свободного выбора собственного бытийственного образа. Свобода человека при этом изначальна, а значит и ответственность, от которой человек не может укрыться за стены необходимости. В этой свободе-бытии и укоренено экзистенциальное одиночество человека. В этом ракурсе рассмотрения человек – не «готовая вещь», а проект самодетерминированного человека, переживаемый экзистенциально, со всеми вытекающими последствиями: его незавершенностью, неопределенностью и постоянно сопутствующей тревогой о возможности осуществления. Именно это созвучие экзистенциального мировоззрения особенностям современности дает основания рассматривать его как ресурс для расширения и углубления психологического знания в области психологии личности и как зону ближайшего развития для психологии в целом [7; 22].

С точки зрения экзистенциальной психологии одиночество неизбежно, а это значит, что нужно не лечить одиночество, а учить ему, так как в тиши одиночества созревают чувства и мысли, совершаются творческие озарения, происходит напряженная и необходимая работа самопонимания.

Опыт переживания одиночества играет положительную роль в формировании и развитии самосознания индивида. «Более всего склонен и наилучшим образом подготовлен к самосознанию <...> человек, ощущающий себя одиноким, т.е. тот, кто по складу ли характера, под влиянием ли судьбы или вследствие того и другого остался наедине с собой и своими проблемами, кому удалось в этом опустошающем одиночестве встретиться с самим собой, в собственном «Я» увидеть человека, а за собственными проблемами – общечеловеческую проблематику», – писал М. Бубер [5, с. 164]. По образному выражению мыслителя, одиночество – это «очная ставка с самим собой» [5, с. 164].

«В одиночестве ничтожный человек чувствует свою ничтожность, великий ум – свое величие, словом, каждый видит в себе то, что он есть на самом деле. Кто не любит одиночества – тот не любит свободы...», – писал А. Шопенгауэр [32]. А. Шопенгауэру вторит С. Кьеркегор: «Потребность в одиночестве всегда служит для нас доказательством духовности и мерой последней» [19, с. 411].

Ж.-П. Сартр признавался: «одиночество довершило мое воспитание»; «это ткань моей жизни, основа моих мыслей, исток моих радостей»; «одиночество – участь творца» [26, с. 83, 77, 89].

К. Ясперс в книге «Духовная ситуация времени» утверждал: «Одиночество было на протяжении всей истории корнем подлинной деятельности». Плодотворным одиночество стало для многих святых, подвижников, героев, мыслителей, творцов культуры. Такой человек «не дает поколебать себя сопротивлением и непризнанием. Ему свойственна уверенность в продолжении своего пути. Этот путь – смелое приятие одиночества...» [34]. О «плодотворном одиночестве» пишет М. Бубер: «Те периоды истории духа, в которых антропологическая мысль и поныне видит неисчерпаемый клад опыта, были временем, когда человеком владело чувство острого одиночества; тогда-то и нашлись среди людей самые что ни на есть одиночки, чья мысль дала наиболее зрелые плоды...» [5, с. 164-165].

Для экзистенциальной философии (в различных ее вариантах) в XX веке и сегодня характерно стремление показать, что чувство одиночества не является результатом чисто внешних и случайных обстоятельств жизни человека, но коренится в самом его бытии, в способе существования «я». В этом смысле бытие личности изначально является одиноким [6; 11; 20; 21]. «...Человеческая жизнь... – пишет Ортега-и-Гассет Х, – именно в силу своей неотчуждаемости по сути есть одиночество, изначальное одиночество» [23, с. 262].

Переосмысление феномена одиночества характерно и для отечественной психологии последних десятилетий [6; 7; 15; 22; 24; 27; 28]. «...Переживание одиночества есть сущностная характеристика личности. Это – то базовое переживание, которое сопровождает процесс личностного развития, спрягаясь с наиболее значительными личностными содержательными переменными (самосознанием, рефлексией, оформлением «я»), прямо определяет характер развития личности и степень личностной зрелости» [27].

Таким образом в трудах философов и психологов одиночество характеризуется как амбивалентное состояние личности: оно может представлять собой «кризисное/деструктивное» одиночество, но может быть одиночеством «плодотворным/ресурсным», что заставляет отказаться от догматических подходов, шаблонов и схем в психологической работе с ним.

Методы

В качестве методов исследования были использованы анализ источников в области психологии личности, экзистенциальной психологии; общение (беседы) с курсантами военного образовательного учреждения высшего образования.

Результаты исследования и их обсуждение

Эмпирическая составляющая исследования представляет собой беседы авторов с курсантами, осуществлявшиеся в рамках внеаудиторной работы с курсантами (индивидуальной работы, заседаний философско-психологического клуба, психологического киноклуба, посещений театров и обсуждения постановок), а также групповых аудиторных занятий (семинаров по общей психологии, психологии личности и другим дисциплинам).

Результаты эмпирического исследования подтверждают выводы многих авторов о том, что проблематика психологии одиночества имманентна всем основным проблемам психологии личности военнослужащего: адаптации к воинскому коллективу и условиям учебно-военной деятельности, противоречий между ожиданиями молодых людей и реальным положением дел, фрустрации ряда потребностей, невозможности самореализации и саморазвития в желаемом направлении, проблеме смысла жизни, качества межличностных отношений между военнослужащими, в том числе командирами и подчиненными.

Анализ опубликованных результатов исследований и наших наблюдений показывает, что переживание одиночества нередко случается и в среде военнослужащих, и в среде курсантов военных учебных заведений, особенно на младших курсах их учебы. В частности, его рассматривают среди проблем, связанных с трудностью адаптации молодых людей к военной службе и существовавшей всегда [18].

Чувства неуверенности и обособленности, вероятно, возникают у большинства молодых людей, когда они впервые сталкиваются с жизнью в гарнизоне, казармой или средой военного вуза.

Причины чувства одиночества чаще всего связывают с социальной депривацией военнослужащих. И действительно, первое время службы призывника (курсанта-первокурсника) является особенно трудным. В этот период он кардинально сменяет свою привычную среду, внедряется в новый коллектив, состоящий по большей части из незнакомцев, сталкивается с новыми сложностями и задачами, индивидуальной ответственностью. Происходит фрустрация многих личностных потребностей [1].

Курсант А. (1 курс) призналась, что даже через 5 месяцев после начала учебы чувствует себя «цветком, брошенным в колодец». Отрыв от родных, невозможность общаться с ними с использованием современных средств связи переживается так сильно, что курсант регулярно допускает нарушение дисциплины, а замечания и требования преподавателей воспринимает болезненно.

Для курсанта С. (1 курс) мучительна разлука с девушкой, которая учится в том же городе, но видиться с которой юноша не может.

Многие военнослужащие успешно справляются с психологическими последствиями такой социальной депривации, а состояние одиночества в этот период может способствовать проявлению и усилению целого спектра важнейших чувств личности: любви к малой Родине (в том числе тоски по Родине), семье и близким, чувства собственного достоинства, гордости за принадлежность к роду, династии и т.п.

Однако, очень важно, чтобы состояние одиночества не породило кризисно-деструктивного одиночества, которое отражает тягостный разлад личности, господство дисгармонии, страдания, кризиса самопонимания.

При каких условиях это может произойти? В беседах с курсантами были отмечены причины экзистенциального порядка, связанные с мировоззренческим и моральным противостоянием среде, сомнениями в перспективах реализации жизненного проекта, моральных и социальных установок, несоответствием между действительными и желаемыми социальными взаимоотношениями в воинском коллективе.

Курсант В. (1 курс), например, после полугода обучения ясно осознала, что в условиях военного вуза у нее «не будет возможности развиваться так, как хотелось бы самой».

Курсант И. (3 курс) признается, что ему стали совершенно не интересны товарищи по группе: «Мы все делаем одно и то же, читаем и смотрим одно и то же, общаемся в одном и том же кругу. По любому вопросу мне заранее известно, что думает и что скажет каждый. Скучно. Не хватает свежих впечатлений, интересных споров, новых идей и мыслей. Я потерял интерес к общению, к которому так тянулся на гражданке». Это высказывание свидетельствует, что военнослужащий ценит индивидуальность в других и стремиться сохранить собственную индивидуальность, но сталкивается с мощным нивелирующим влиянием среды, в которой культивируется ложное понимание единства как одинаковости. Между тем еще Э.В. Ильенков отмечал, что «единство (или общность) создается тем признаком, которым один индивид обладает, а другой – нет. И отсутствие известного признака привязывает одного индивида к другому гораздо крепче, чем одинаковое наличие его у обоих... Два абсолютно одинаковых индивида, каждый из которых обладает тем же самым набором знаний, привычек, склонностей и т. д., были бы друг для друга абсолютно неинтересны, не нужны... Это было бы попросту удвоенное одиночество» [10, с. 253].

Курсант Д. (1 курс) признался, что намерен отчислиться, потому что у него были совсем другие представления о военном вузе и отношении к курсантам курсовых офицеров. И это нельзя назвать «единичным мнением», так как во многих беседах курсанты поднимали одну и ту же проблему личной примерности офицеров (точнее – ее отсутствия), преувеличения ими формальных показателей «успешности» учебно-военной деятельности подразделений, за которым теряются ориентиры развития личности курсанта, справедливости, гуманности и офицерского благородства в служебных отношениях, зато явственно проступает меркантильность.

Беседы с курсантами позволяют сделать вывод о том, что они не оставляют без внимания расхождения между декларируемыми целями военно-политической работы и реальным поведением офицеров, что является одним из источников их разочарования в избранной профессии, усиливает чувство неподлинности происходящего с ними, что провоцирует желание дистанцироваться от окружения и реальное замыкание.

Фактором негативного чувства одиночества является зачастую кризис идентичности индивида, утрата смысла, необходимость в котором составляет глубинную экзистенциальную потребность личности. Возникшее в таком состоянии чувство одиночества может привести к дезадаптации, психическим нарушениям и расстройствам и стать внутренним мотиватором деструктивного и самодеструктивного поведения [9].

Если переживания одиночества умножаются на переживания конфликтных ситуаций, это становится настоящей трагедией. При недостаточной способности курсанта к установлению дружеского контакта в кругу сослуживцев, а также, если ему не была оказана поддержка, происходит прогрессирующее углубление дезадаптации. Именно тогда назревает одно из самых болезненных и часто наблюдаемых переживаний у суицидентов – переживание отчуждения, изоляции и отверженности. Здесь уместны слова Эриха Фромма: «Фантазия о самоубийстве – последняя надежда, если всеми иными средствами не достигается облегчение бремени одиночества» [30].

Есть группа причин чувства одиночества, связанных с особенностями характера самих военнослужащих (курсантов). Например, военнослужащие, имеющие интровертивный тип личности, более других склонны к рефлексии, которой способствует уединенность. Н.А. Бердяев писал: «...человек имеет священное право на одиночество, так как через момент одиночества рождается личность, самопознание личности, в одиночестве переживается единичность и неповторимость своего «Я» [3]. Катализатором чувства одиночества могут быть возрастные особенности военнослужащего: известно, что именно в этот период происходит активная социализация, мировоззренческое самоопределение, поиск романтических отношений, интимности, а эмоциональная изоляция в этот период может оказывать критическое влияние на молодого человека, согласно Э. Эриксону, подверженному особому состоянию, на одном полюсе которого находится интимность, на другом – изоляция [33]. Например, курсант К. (5 курс), поступая на учебу, надеялся на то, что за период учебы «найдет себе невесту», но этого не произошло: по признанию молодого человека, главная причина в том, что он не умеет знакомиться с девушками, проявляет в общении смущение и нерешительность. Глядя на своих более успешных товарищей и осознавая, что после окончания вуза ему предстоит отправиться к месту службы, где встреча с возможной спутницей жизни будет еще более затруднительна, он испытывает настоящее чувство одиночества и экзистенциальной тревоги.

Очевидно, что одиночество не тождественно изоляции от людей, и более тяжелая форма одиночества характерна как раз для ситуаций, когда человек не испытывает недостатка в общении. Это только доказывает, что чувство одиночества – субъективное переживание несоответствия между наблюдаемой реальностью и желанным состоянием отношений с людьми, а психологическим маркером одиночества является удовлетворенность/неудовлетворенность.

Когнитивно-поведенческий подход в психологии предполагает детерминацию поведения одиноких людей субъективными самооценками, личными убеждениями, представлениями и установками. С точки зрения когнитивно-бихевиористской теории одиночества его порождение часто связано с наличием устойчивых когниций в сознании (когнитивных паттернов восприятия), опосредующих оценки курсантом других людей и самого себя: «я по жизни неудачник», «таких как я не любят», «я никому не интересен», «я аутсайдер», «я не нравлюсь женщинам», «что я видел в своей деревне...» – с подобными «самооценками» авторам как преподавателям военного образовательного учреждения приходилось сталкиваться не единожды. С другой стороны, одиночество можно рассматривать и как отклик на отсутствие важных социальных подкреплений: «человек человеку волк», «здесь никому ни до кого нет дела», «я не нравлюсь женщинам, «мне никто никогда ни в чем не поможет», «сколько ни старайся – никто спасибо не скажет», «каждый за себя» и т.п.

Так образуется разрыв между ожиданиями и реальностью, желаемым и действительным. Само одиночество при этом определяется как отсутствие или воображаемое отсутствие удовлетворительных социальных отношений, остро переживаемое индивидом вплоть до психического расстройства [21, с. 553-554]. Одиночество отчасти определяется через проявление какой-либо эмоции, имеющей негативную окраску, и что специфическая эмоция часто есть функция атрибуции, которую человек предпринимает, чтобы объяснить не удовлетворяющие его (или ее) социальные отношения [21, с. 556].

Однако, как отмечает Т.Л. Крюкова, дефицит отношений с другими людьми является субъективным и нередко искажающим реальную картину социальной жизни человека; при этом одним из самых сложных моментов является определение источников искажения субъектом когнитивной оценки уровня своего одиночества, ведущих к несовладанию с ним, а также истинных мотивов и потребностей, которые стоят за этим (например, жажда внимания, лидерства и проч.) [17, с. 93].

Работа психолога в этом случае направлена на выявление, изучение когнитивных искажений оценки своего одиночества личностью с целью их корректировки и выработки навыков совладания с одиночеством [17, с. 96].

Нельзя недооценивать психологической проблемы переживания одиночества военнослужащими по ряду причин, так как острое кризисно-деструктивное одиночество – причина непродуктивных и нежелательных в воинском коллективе копинг-стратегий бегства-избегания, конфронтации (агрессивности), культивирования негативных эмоций [17, с. 95]. К этому следует добавить, что реализация копинг-стратегий, направленных на совладание с чувством одиночества как со стрессорирующим фактором, в условиях воинского коллектива весьма ограничена: например, большинство копинг-стратегий, выявленных в исследовании И.Л. Шелехова [31, с. 95], для военнослужащих недоступны (выход в Internet – проверка почтового ящика, посещение чатов, сайтов знакомств, блогов, информационно-развлекательных порталов; покупка одежды, игрушек, гаджетов и проч.; рождение ребенка, уход за ним и воспитание; декоративно-прикладное творчество или иное хобби; посещение кружков, клубов, театров, концертов; просмотр новых фильмов; прогулки в парке; походы выходного дня и т.п.).

Выводы и заключение

Переживаемое человеком в воинском коллективе одиночество является сложным явлением, требующим отказа от стереотипов его восприятия и тонкого понимания амбивалентности и многогранной природы этого феномена, исключающего упрощенно-схематичный подход.

Одиночество – это неотъемлемая данность человеческого бытия, факт нашей экзистенциальной отделенности от других людей. Через него проходят процессы личностного развития и жизнедеятельности человека, и военнослужащие здесь – не исключение. Одиночество может сопровождать психологические процессы повышенной рефлексии и внутреннего сосредоточения личности, острого осознания того, что только он, человек, ответственен за свой жизненный выбор и должен мужественно пронести это бремя через всю свою жизнь. Это одиночество иного рода – бытийное одиночество, не связанное с дефицитом социальных связей и качеством коммуникаций.

Переживание бытийного одиночества обостряется в период проживания пограничных ситуаций, на грани физического существования или «метафизической смерти» – распада личности или измены собственной сущности.

Однако такое бытийное одиночество может рассматриваться как «позитивное», «продуктивное», «ресурсное», так как дает человеку возможность лучше услышать свой внутренний голос и понять свою «самость», увидеть границу подлинного и неподлинного и вызвать потребность поиска новых опор и новых жизненных смыслов.

Если личность прокладывает свой жизненный и профессиональный путь через пучину неподлинного существования – нравственно деформированные отношения, ложь и лицемерие, формализм и непрофессионализм, фарисейство и прочее, она может испытывать чувство одиночества как неприятия неподлинности окружающей «среды» (отталкивания/дистанцирования от нее). Экзистенциальное одиночество не индуцируется искусственно, но связанные с

ним переживания сами по себе есть имманентная личности реакция (копинг-стратегия) в ситуации неподлинности объемлющего личность жизненного мира: экзистенциальное одиночество в этом случае удостоверяет автономность личности, гордое неприятие ею превратных отношений, ценностей, целей своего окружения и выступает отправной точкой преодоления «торных» путей и «диктатуры масс», началом «бунта», утверждения правды и подлинности, творческого преобразования жизненного мира. Духоподъемную силу такого позитивного/ресурсного одиночества испытывали в разные времена многие философы и святые, просветители и художники, подвижники, исторические деятели и национальные герои. Экзистенциальное одиночество как осознание уникальности своей жизни порой сопутствует осознанию своей миссии, личной ответственности за общее дело, дом, коллектив, страну. Позитивная роль одиночества может проявляться в корректировке личностных конструктов, переоценке ценностей и укреплении самосознания. Позитивное одиночество может быть наполнено личностным смыслом, быть катарсическим, возвышающим личность.

Очевидно, что такое по эмоциональной окраске, интеллектуальному содержанию и волевой направленности состояние одиночество никак не навредит «служебной деятельности», а, наоборот, будет содействовать развитию и утверждению подлинной мотивации воинского служения.

Однако у одиночества есть обратная сторона – кризисно-деструктивное, травмирующее личность одиночество, которое в системе жестко регламентированных отношений воинского коллектива может играть деструктивную роль: оно включает в себе опасность дезинтеграции личности, распад иерархии жизненных смыслов, ценностей, мотивов, целей и снижения жизнестойкости.

С таким одиночеством необходимо работать по-человечески мудро, и психологически профессионально. Войсковому психологу или командиру важно вовремя понять в каком состоянии пребывает военнослужащий, чтобы не допустить развития негативного переживания, его углубления до пограничного состояния, некой «терминальной фазы» (в том числе суицидального поведения).

В работе с военнослужащими необходимо добиваться изменения деформирующих восприятие когнитивных и неэффективных установок в области отношений с людьми, учить общаться, вступать в контакт, вести диалог, проявлять свои чувства и понимать других людей, взаимодействовать и доверять. Это тем более важно, если речь идет о подготовке военных специалистов в области психологии служебной деятельности.

В работе с военнослужащими, остро испытывающими чувство одиночества, между командиром и подчиненным должно быть доверие, искренность и взаимоуважение, индивидуальный подход. В таком случае офицер не только сможет лучше узнать о состоянии военнослужащего, но и позитивно повлиять на него.

Недопустимо отношение к военнослужащему, известное как «мужское воспитание», когда допускается «дедовщина», насилие, «клеймовка», а вышестоящий начальник проявляет к этому демонстративное равнодушие. Такое поведение командиров подрывает доверие и понимание, усугубляет эмоциональную изоляцию, загоняет подопечного в «скорлупу», из которой его трудно «достать».

Как отмечают специалисты по экзистенциальной психологии, общих алгоритмов и схем, стандартной «дорожной карты» по преодолению одиночества нет. Такая психологическая работа возможна, когда между военнослужащим и психологом осуществляется подлинная коммуникация, основанная на откровенности и доверии. В рамках официальных мероприятий и форм психологической работы такая коммуникация зачастую не достижима.

Опыт работы с курсантами военного образовательного учреждения высшего образования показывает, что издержки официальных форм и методов психологической работы преодолимы в деятельности специально созданного психологического клуба как закрытого сообщества военнослужащих, руководителем которого выступает войсковой психолог, иных неформальных объединений военнослужащих, таких как философско-психологический клуб, психологический киноклуб.

Обобщая многолетний опыт организации работы психологического киноклуба, Л.П. Казакова перечисляет темы, которые могут обсуждаться в ходе заседания киноклуба: экзистенциальные проблемы переживания любви, утраты, одиночества и единения, поиска смысла жизни, духовного кризиса; психология любви и верности; стратегии реагирования на стресс; страх и преодоление страха; психологическая травма человека на войне; психология суицидального поведения; факторы развития личности в экстремальной ситуации; психология нравственного конфликта и его преодоление [12].

Существенный вклад в создание гуманной профессионально и личностно развивающей среды в военном образовательном учреждении вносит внеаудиторная работа офицеров и преподавателей – добровольческие акции, культурно-просветительская деятельность, военная научная работа и т.д. Подобная среда способствует возвышению личности, поддерживает веру военнослужащего в благородство воина России и идеал служения Отечеству [8; 13; 29].

Библиография

1. Андриянова, Н.А. Феномен социальной депривации в военно-профессиональной деятельности: опыт осмысления // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2015. №3(62).
2. Аристотель. Политика // Аристотель. Сочинения: В 4 т. Т. 4. – М.: Мысль, 1983. – 1253 с.
3. Бердяев, Н.А. Я и мир объектов. Опыт философии одиночества и общения. AST Publishers, 2007.
4. Бердяев Н.А. Философия свободного духа. М., 1994. С. 267, 273, 283.
5. Бубер, М. Два образа веры. М., 1995.
6. Гришина, Н. Экзистенциальная психология. СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет, 2018. 494 с.
7. Гришина Н.В., Костромина С.Н., Мироненко И.А. Структура проблемного поля современной психологии личности // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 1. С. 26–35.
8. Данилов, С.И. Военно-профессиональная идентичность и её роль в психологической защите личности военнослужащего // Инициативы XXI века. 2017. №1-2. С. 87-91.
9. Демченко, Ж.Л., Сюрис, Н.А. К вопросу об аутоагрессивном поведении военнослужащих // Тюменский медицинский журнал. 2013. №3.
10. Ильенков, Э.В. Диалектическая логика. М., 1974.
11. Ильина В. А. Теоретические направления изучения одиночества в зарубежной психологии // Вестник УРАО. 2007. №3.
12. Казакова, Л.П. Методические рекомендации по организации и проведению занятий психологического киноклуба с курсантами: методическое пособие. – М.: ВУ, 2020 – 92 с.
13. Казакова Л.П., Данилов С.И. Возможности психологического киноклуба в подготовке курсантов, обучающихся по специальности «Психология служебной деятельности» // Человеческий капитал. 2021. № 4 (148). С. 181-191.
14. Кляйненберг, Э. Жизнь соло. Новая социальная реальность. Альпина нон-фикшн, 2018.
15. Красникова, О.М. Одиночество. Становление личности. М.: Ника, 2015.
16. Криворотько, А.С. Психологические особенности переживания одиночества моряками дальнего плавания // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2013. №3 (54).
17. Крюкова Татьяна Леонидовна Когнитивная психология совладания с одиночеством // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2013. №2.
18. Кутелев Г.М., Зайцев А.Г., Смуров А.В., Савостиков А.А., Симаккина О.Е. Психические состояния как индикатор профессиональной адаптации военнослужащих ВМС // Морская медицина. Том 1. № 1 (2015) С.20-26.
19. Кьеркегор, С. Болезнь к смерти. – М.: Изд. полит. лит-ры, 1990. – С. 361–471.

20. Кьеркегор, С. Страх и трепет. – М.: Республика, 1993. – 383 с.
21. Лабиринты одиночества: Пер. с англ./Сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. – М.: Прогресс, 1989. – 624 с.
22. Леонтьев Д.А. Экзистенциальный подход в современной психологии личности // Вопросы психологии. 2016. № 3. С. 3–15.
23. Ортега-и-Гассет Х. Дегуманизация искусства. М.: Радуга, 1991.
24. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // Психология. Журнал ВШЭ. 2013. №1.
25. Поляков, С.П., Деникин, А.В., Рыжков, А.А. Социально-психологическое одиночество как значимая предпосылка суицидального поведения военнослужащих // Вестник Московского университета МВД России. 2019. №7.
26. Сартр, Ж.-П. Слова. Москва: Прогресс, 1965.
27. Слободчиков И.М. Переживание одиночества с позиций культурно-исторической психологии Л. С. Выготского // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2008. №3.
28. Слободчиков, И.М. Теоретико-экспериментальное исследование феномена одиночества личности: (на материале подросткового возраста): дис.... д-ра психол. наук. М., 2006. 330 с.
29. Утлик, Э. П. Воин России: военно-психологическое исследование: монография. – М.: ВУ, 2020. – 400 с.
30. Фромм, Э. Бегство от свободы. М.: AST Publishers, 2019.
31. Шелехов Игорь Львович, Федчишина Евгения Сергеевна Внутриличностный конфликт и одиночество // Вестник ТГПУ. 2013. №6(134). С. 95.
32. Шопенгауэр, А. Афоризмы житейской мудрости. – URL: http://lib.ru/FILOSOF/SHOPENGAUER/aforizmy.txt_with-big-pictures.html.
33. Эриксон, Э. Детство и одиночество. М.: Прогресс книга, 2019.
34. Ясперс, К. Духовная ситуация времени. – URL: <http://lib.ru/FILOSOF/YASPERS/time.txt>. (дата обращения: 05.05.2020).
35. Ясперс, К. Общая психопатология. М.: Практика, 1997. – 1056 с.

AMBIVALENCE OF LONELINESS IN THE PSYCHOLOGY OF THE PERSONALITY OF A SERVICEMAN

Danilov S.I., Lozinskaya O.A.

¹Military University of the Ministry of Defence of the Russian Federation

Abstract. The article develops an existential psychological approach to the study of loneliness of military personnel. The authors show the ambivalence of loneliness of military personnel, analyze the causes of crisis-destructive loneliness, and conclude about the positive role of resource loneliness. The article contains a generalization of observations and conversations with cadets of a military educational institution of higher education, confirming the conclusions of the authors. The material of the article may be of interest to specialists in psychological work with military personnel.

Keywords: psychology of a serviceman's personality, existential psychology, psychology of loneliness, resource loneliness, crisis-destructive loneliness, ambivalence of loneliness.