

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»
Факультет социально-культурных технологий
Кафедра социально-культурной деятельности, культурологии и социологии

Экзистенциальная дезориентация современной молодежи

Выполнила: студентка 1 курса СКД ВО

Хайдукова Александра Владимировна

Проверила: профессор кафедры СКТКиС

Васильева Елена Николаевна

Тюмень, 2025

Оглавление

Введение.....	3
Актуальность проблемы.....	3
Психологические механизмы формирования экзистенциальной дезориентации у современной молодежи	4
Причины экзистенциальной дезориентации у современной молодёжи.....	7
Проявления экзистенциальной дезориентации	9
Заключение.....	11
Список литературы:.....	12

Введение

В современном динамичном мире, характеризующемся стремительными социальными преобразованиями, цифровизацией и глобализацией, молодежь сталкивается с беспрецедентными вызовами, которые часто приводят к состоянию экзистенциальной дезориентации. Это сложное психологическое явление проявляется в потере жизненных ориентиров, чувстве тревоги и внутренней пустоты, а также в устойчивой неопределенности относительно своего места в жизни и будущего.

Ключевыми факторами, способствующими развитию этого состояния, становятся информационная перегрузка, кризис традиционных ценностей, экономическая нестабильность и давление социальных ожиданий. Молодые люди испытывают значительные трудности с самоидентификацией, выбором жизненного пути и обретением подлинных смыслов в условиях избыточного выбора и виртуализации общения.

Изучение данной проблемы приобретает особую актуальность, поскольку позволяет не только диагностировать причины и проявления экзистенциальной дезориентации, но и разработать эффективные меры психологической поддержки. Понимание этих механизмов необходимо для помощи новому поколению в поиске себя, формировании устойчивой идентичности и построении осмысленного будущего в быстро меняющемся мире.

Актуальность проблемы

В современном обществе проблема экзистенциальной дезориентации молодежи становится все более актуальной. Быстрые изменения в социально-экономической, культурной и технологической сферах создают условия, в которых молодые люди сталкиваются с трудностями в определении своих жизненных целей, ценностей и смысла существования. Экзистенциальная дезориентация проявляется в ощущении неопределенности, тревоги и потери идентичности, что может приводить к различным психологическим

проблемам, включая депрессию, тревожные расстройства и социальную изоляцию.

Одной из причин этой дезориентации является обилие информации и разнообразие жизненных путей, которые открываются перед молодежью. В условиях глобализации и цифровизации молодые люди сталкиваются с множеством альтернатив, что затрудняет выбор и формирование устойчивых жизненных ориентиров. Социальные сети и медиа создают идеализированные образы жизни, которые могут вызывать чувство неполноценности и неуверенности в себе.

Кроме того, изменения в системе образования и на рынке труда также способствуют экзистенциальной дезориентации. Молодежь часто испытывает давление со стороны общества и семьи в выборе профессии, что может привести к внутреннему конфликту между личными желаниями и внешними ожиданиями. Это создает дополнительный стресс и усиливает чувство неуверенности в будущем.

Таким образом, исследование экзистенциальной дезориентации молодежи является важной задачей для психологов, социологов и педагогов. Понимание причин и последствий этого явления позволит разработать эффективные стратегии поддержки молодых людей в поиске своего места в мире, а также поможет создать условия для формирования их устойчивой идентичности и жизненных ориентиров. Важно не только выявить проблему, но и предложить пути ее решения, включая программы психологической помощи, образовательные инициативы и меры по повышению социальной поддержки молодежи.

Психологические механизмы формирования экзистенциальной дезориентации у современной молодежи

Экзистенциальная дезориентация представляет собой состояние утраты смысловых ориентиров, сопровождающееся ощущением тревоги, опустошенности и неопределенности в отношении собственного места в мире. В современном обществе данное явление приобретает особую актуальность в

молодежной среде, что обусловлено динамичными социокультурными трансформациями, цифровизацией и экономической нестабильностью. В рамках психологического анализа можно выделить три ключевых механизма, лежащих в основе формирования экзистенциальной дезориентации: когнитивный диссонанс, дефицит аутентичности и кризис идентичности.

I. Когнитивный диссонанс: конфликт ожиданий и реальности. (Теория Л. Фестингера, 1957)

Суть механизма:

Когнитивный диссонанс возникает, когда человек сталкивается с противоречием между своими убеждениями, ожиданиями и реальным опытом. Это вызывает психологический дискомфорт, который может привести к дезориентации.

Как это работает у молодежи?

1. Идеализация vs. реальность: Соцсети и медиа формируют завышенные ожидания (успех, богатство, идеальные отношения), но реальность оказывается сложнее.
2. Противоречивые ценности: Конфликт между традиционными установками (семья, стабильность) и современными трендами (свобода, гедонизм, цифровая идентичность).
3. Неопределенность будущего: Обещания "возможностей для всех" сталкиваются с экономической нестабильностью, безработицей и экологическими кризисами.

Последствия:

- Чувство несправедливости, апатия, цинизм.
- Бегство от реальности (зависимости, виртуальные миры).

II. Дефицит аутентичности: разрыв между "настоящим Я" и социальными масками. (К. Роджерс, 1961)

Суть механизма:

Аутентичность — это соответствие внутренних ценностей внешнему поведению. Ее дефицит возникает, когда человек вынужден играть социальные роли, подавляя истинные чувства и убеждения.

Почему молодежь особенно уязвима?

1. Давление соцсетей: Необходимость создавать "идеальный образ" (кураторство контента, лайки, одобрение) ведет к потере контакта с реальными эмоциями.
2. Конформизм vs. самореализация: Общество требует успеха по шаблону (карьера, статус), но это может противоречить личным желаниям.
3. Кризис доверия: В эпоху фейков и манипуляций сложно понять, какие ценности и убеждения действительно "свои".

Последствия:

- Экзистенциальная пустота ("Я не знаю, кто я на самом деле").
- Эмоциональное выгорание, депрессия.

III. Кризис идентичности: поиск устойчивого "Я" в меняющемся мире. (Э. Эриксон, 1968)

Суть механизма:

В юности (и позднее) человек формирует идентичность — целостное представление о себе, своих ролях и ценностях. Если этот процесс нарушается, возникает диффузия идентичности (расплывчатое "Я").

Факторы кризиса у современной молодежи:

1. Избыток выбора: в отличие от прошлых поколений, у нынешних молодых людей тысячи вариантов самореализации, что парадоксально усложняет выбор.
2. Цифровая идентичность: Виртуальные личности смешиваются с реальными, размывая границы "Я".
3. Глобализация vs. локальность: Противоречие между космополитичными ценностями и национальной/культурной идентичностью.

Последствия:

- Постоянные метания (смена работы, отношений, убеждений).
- Зависимость от внешней оценки (одобрение в соцсетях как замена самоидентификации).

Эти механизмы не существуют изолированно: когнитивный диссонанс усиливает дефицит аутентичности, а их совокупное воздействие усугубляет кризис идентичности. В результате возникает порочный круг, в котором молодежь оказывается дезориентированной в вопросах самоопределения, ценностей и смыслов.

Таким образом, экзистенциальная дезориентация представляет собой системное явление, требующее комплексного психологического анализа с учетом взаимодействия указанных механизмов.

Причины экзистенциальной дезориентации у современной молодёжи

Для понимания глубинных причин этой проблемы необходимо рассмотреть ее с точки зрения как индивидуального опыта, так и тех широких общественных процессов, которые формируют этот опыт.

В современном мире, характеризующемся динамичными изменениями и неопределенностью, социокультурные факторы играют ключевую роль в формировании экзистенциальной тревоги и дезориентации молодежи. Глобализация и цифровизация, как процессы, с одной стороны, открывающие безграничные возможности для коммуникации и обмена информацией, с другой – порождают информационную перегрузку и фрагментацию сознания. Постоянный поток новостей, мнений и взглядов, зачастую противоречивых и непоследовательных, затрудняет формирование целостной картины мира и выработку устойчивой системы ценностей. В результате молодые люди испытывают трудности в определении своих жизненных целей и в понимании своего места в обществе.

Одновременно с этим, кризис традиционных ценностей подрывает устои, на которых строились представления о смысле жизни и социальной ответственности. Под влиянием индивидуализма и потребительской культуры происходит размывание границ между добром и злом, правильным и неправильным, важным и второстепенным. Молодые люди, лишенные четких моральных ориентиров, испытывают чувство

потерянности и растерянности, не зная, на что опереться в своих решениях и как строить свою жизнь.

Не менее значимым фактором является экономическая нестабильность, которая порождает неуверенность в будущем и страх перед трудностями. Высокий уровень конкуренции на рынке труда, ограниченные возможности для получения доступного образования и жилья, растущее социальное неравенство – все это создает атмосферу напряжения и беспокойства, которая негативно сказывается на психическом здоровье молодежи и подрывает их веру в собственные силы.

Наряду с социокультурными факторами, необходимо учитывать и психологические особенности современной молодежи, которые усугубляют экзистенциальную дезориентацию. Гиперопция выбора, или парадокс выбора, заключается в том, что чрезмерное количество возможностей, вместо того чтобы приносить удовлетворение, порождает тревогу и нерешительность. Молодые люди, сталкиваясь с огромным разнообразием вариантов выбора в различных сферах жизни, испытывают страх совершить ошибку и упустить более выгодную альтернативу. Это приводит к постоянным сомнениям, откладыванию принятия решений и ощущению неудовлетворенности даже после совершения выбора.

Еще одним важным психологическим фактором является синдром отложенной жизни, который характеризуется ощущением, что "настоящая жизнь" еще не началась и что все текущие усилия и действия являются лишь подготовкой к будущему, которое обещает быть более интересным и насыщенным. Молодые люди, страдающие этим синдромом, откладывают на потом реализацию своих желаний и потребностей, живут в ожидании "лучших времен" и не умеют наслаждаться настоящим моментом. Это приводит к снижению мотивации, прокрастинации и ощущению бессмысленности повседневной деятельности.

Наконец, нельзя не отметить дефицит живого общения, который возникает из-за чрезмерного увлечения цифровыми технологиями и социальными сетями. Виртуальное общение, хотя и предоставляет определенные возможности для установления контактов, не может заменить

полноценного межличностного взаимодействия, которое необходимо для формирования эмоциональной связи, развития эмпатии и обмена опытом. Молодые люди, проводящие большую часть времени в виртуальном мире, испытывают одиночество, социальную изоляцию и трудности в установлении близких отношений.

Проявления экзистенциальной дезориентации

Для понимания механизмов возникновения экзистенциальной дезориентации необходимо учитывать, что молодежь – это та социальная группа, которая наиболее восприимчива к изменениям, происходящим в обществе. Именно молодые люди первыми сталкиваются с новыми вызовами, осваивают новые технологии и адаптируются к новым условиям жизни. Однако, эта адаптация не всегда проходит гладко и безболезненно. В условиях глобализации и цифровизации молодежь сталкивается с беспрецедентным потоком информации, который обрушивается на нее из различных источников: интернет, социальные сети, телевидение, СМИ. Этот информационный поток, зачастую противоречивый и фрагментированный, создает когнитивный диссонанс и затрудняет формирование целостной картины мира. Молодые люди испытывают трудности в фильтрации информации, в выделении существенного и отсеивании ненужного, в формировании собственного мнения и в выработке устойчивой системы ценностей. Они оказываются в ситуации, когда "слишком много всего", что приводит к информационной перегрузке и фрагментации сознания, затрудняя поиск ответов на экзистенциальные вопросы.

Еще одним важным фактором, способствующим экзистенциальной дезориентации молодежи, является кризис традиционных ценностей. Традиционные институты социализации, такие как семья, школа, религия, на протяжении веков выполняли функцию трансляции культурного наследия и формирования моральных ориентиров. Однако, в современном обществе эти институты утрачивают свою прежнюю роль. Под влиянием индивидуализма, либерализма и потребительской культуры происходит

размывание границ между добром и злом, правильным и неправильным, важным и второстепенным. Молодые люди, лишённые четких моральных ориентиров, испытывают ценностный вакуум, который приводит к чувству потерянности и неуверенности. Они не знают, на что опереться в своих решениях, как строить свою жизнь и что является по-настоящему важным. Кроме того, нельзя не учитывать влияние экономической нестабильности и социального неравенства на формирование экзистенциальной дезориентации молодежи. В условиях глобальной конкуренции, высокой безработицы и ограниченных возможностей для получения доступного образования и жилья, молодые люди испытывают страх перед будущим и неуверенность в своих силах. Они видят, что успех в жизни часто зависит не от личных качеств и способностей, а от социального происхождения и связей. Это приводит к чувству несправедливости и отчаяния, подрывает мотивацию к учебе и работе и способствует формированию циничного отношения к жизни.

Наряду с социокультурными факторами, важную роль в формировании экзистенциальной дезориентации играют психологические особенности современной молодежи. В условиях переизбытка информации и возможностей молодые люди сталкиваются с парадоксом выбора, который заключается в том, что чем больше вариантов у них есть, тем труднее им сделать выбор и тем меньше удовлетворения они получают от сделанного выбора. Это связано с тем, что они постоянно сомневаются в правильности своего решения и боятся упустить более выгодную возможность. В результате они испытывают тревогу, стресс и чувство вины.

Кроме того, многие молодые люди страдают от синдрома отложенной жизни, который характеризуется ощущением, что "настоящая жизнь" еще не началась и что все текущие усилия и действия являются лишь подготовкой к будущему. Они откладывают на потом реализацию своих желаний и потребностей, живут в ожидании "лучших времен" и не умеют наслаждаться настоящим моментом. Это приводит к снижению мотивации, прокрастинации и ощущению бессмысленности жизни.

Наконец, нельзя не отметить влияние дефицита живого общения на формирование экзистенциальной дезориентации молодежи. В эпоху цифровых технологий и социальных сетей живое общение становится все более редким и ценным. Молодые люди проводят большую часть времени в виртуальном мире, общаясь с друзьями и знакомыми через интернет. Однако, виртуальное общение не может заменить полноценного межличностного взаимодействия, которое необходимо для формирования эмоциональной связи, развития эмпатии и обмена опытом. В результате молодые люди испытывают одиночество, социальную изоляцию и трудности в установлении близких отношений.

Заключение

Экзистенциальная дезориентация современной молодежи представляет собой серьезную психологическую проблему, порожденную динамикой современного общества. Ее ключевыми причинами являются информационная перегрузка, кризис традиционных ценностей, экономическая нестабильность и давление социальных ожиданий. В основе этого состояния лежат три взаимосвязанных психологических механизма: когнитивный диссонанс, дефицит аутентичности и кризис идентичности. Проявляется дезориентация в чувстве тревоги, потере смысла, апатии, страхе перед будущим и трудностях с самоопределением. Молодые люди оказываются в ловушке парадокса выбора и синдрома отложенной жизни, что усугубляет их состояние. Важную роль в этом играет цифровизация, подменяющая живое общение виртуальным и создающая идеализированные, но недостижимые образы успеха. Последствиями становятся эмоциональное выгорание, социальная изоляция и циничное отношение к жизни. Таким образом, данная проблема требует комплексного подхода и междисциплинарного изучения. Для ее решения необходимы развитые системы психологической поддержки, пересмотр образовательных Paradigm и укрепление социальных институтов. Понимание природы экзистенциальной дезориентации является crucial шагом на пути помощи молодежи в поиске себя и построения осмысленного будущего.

Список литературы:

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. 3-е изд., испр. и доп. М. : Независимая фирма «Класс», 2001 336 с.
2. Перечень поручений по итогам заседания Совета по развитию гражданского общества и правам человека. Пр-19, п. 6б // Президент России : [офиц. сайт]. 12 янв. 2023 г. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/assignments/orders/70349> (дата обращения: 01.04.2025).
3. Перечень поручений по реализации послания Президента Федеральному собранию (утвержден Президентом РФ 15.03.2023, № Пр-528) // Президент России : [офиц. сайт]. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/assignments/orders/70689> (дата обращения: 05.04.202).
4. Пономарёва Е. Ю. Задачи и содержание психологического сопровождения образовательного процесса в высшей школе // Ped. Rev. : [website]. 2016 № 4 (14). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zadachi-i-soderzhanie-psihologicheskogo-soprovozhdeniya-obrazovatel'nogo-protsessa-v-vysshey-shkole> (дата обращения: 04.04.2025).