

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОТНОСТІ ПІДЛІТКІВ

Актуальність дослідження. Сучасне українське суспільство переживає період екзистенційно-антропологічної кризи, що підсилюється підвищенням ролі технічно-наукових досягнень, динамічною зміною умов життя, знеціненням традиційних принципів моралі та етики. Такі процеси безпосередньо впливають на духовний стан людини, її світосприйняття, самоусвідомлення та самооцінку. Часто людині не вдається пристосуватися до швидко змінюваних умов життя, внаслідок чого окремо взята особистість випадає з загального соціального життя, що супроводжується духовною та соціальною ізоляцією, дискомфортом та стресом. На рівні особистості це веде до розпаду вищих цінностей і соціального відчуження, а на рівні соціуму – до кризи та застою. Таким чином, актуальність дослідження полягає в тому, що в сучасному соціумі проблема самотності набуває масового характеру і вплив самотності на розвиток особистості недостатньо досліджений.

Спроби втекти від негативних явищ сучасності ведуть до ще глибшого занурення в проблеми людини, що неодмінно веде до переживання явища самотності. Сучасний психологічний словник подає таке тлумачення цього стану: «самотність – це психічний стан людини, який виникає в умовах ізолюваності її від інших людей і дефіциту спілкування. Залежно від обставин самотність може бути добровільною і вимушеною». Явище самотності було в центрі вивчення таких науковців, як Корчагіна С.Г., Садлер У.А., Джонсон Т.Б., Лазарянц О.В., Бардин Н., Мовчан М., Старшенбаум Г.В., Кошелева Ю. П., але дослідження явища в підлітковому віці залишається актуальним.

Основною **метою** нашого дослідження було вивчення психологічних особливостей проявів самотності в підлітковому віці та її вплив на розвиток особистості. У відповідності до мети дослідження, було поставлено завдання проаналізувати психологічну і філософську літературу з проблеми самотності, дослідити особистісні особливості підлітків, які відчують себе самотніми, виявити особливості соціалізації підлітків, що зазнають стан самотності.

В ході нашого дослідження було висунуто наукове припущення, що стан самотності детермінується рівнем розвитку комунікативних здібностей та в свою чергу впливає на рівень самооцінки.

Інтерес до самотності як феномену людського буття з'явився в середині XIX сторіччя з поширенням екзистенційної філософської думки. Проблема самотності виникла ще в Відродженні, і пов'язано це було з виокремленням людини як особистості, протиставленням людини

іншим. Концепцію самотності висунув засновник екзистенціалізму Серен К'єркегор, визначивши її як «замкнений світ внутрішньої самосвідомості, світ, принципово не роз'єднаний ніким, крім Бога». [1]. За теорією К'єркегора «духовній людині» не треба усамітнюватися для самовдосконалення, бо в цьому немає ніякої необхідності. Людина з самого народження стороння по відношенню до суспільства і до життя в цілому.

Тема самотності була наріжним каменем філософії трансценденталізму XIX стр., головним представником якого був Генрі Торо. Трансценденталісти вважали усамітнення першою сходинкою до вищого, духовного усамітнення. Головними орієнтирами трансценденталістів самозаглиблення та «довіра до себе», духовна незалежність, божественність людського «я». Саме в трансцендентальній філософії вперше зустрічається розмежування самотності, як вимушеного відчуження людини від натовпу, та усамітнення, як необхідною умовою самовдосконалення людини.

У психології самотність виступає одним із психогенних факторів, які впливають на емоційний стан людини, що знаходиться в умовах ізоляції від соціуму. Існує ряд теоретичних моделей самотності, серед яких неофрейдівська модель Зілбурга, що визначає самотність абсолютно детермінованою зовнішніми чинниками, гуманістична модель К.Роджерса, яка стверджує, що самотність – це конфлікт між «істинним» і «соціально бажаним» Я, прояв слабкої пристосовності особистості, а причини самотності вже вбачає не в дитячих переживаннях, а в поточних впливах на людину в сьогоденні. Екзистенційна модель К. Мустакаса вбачає витoki самотності у самій природі людини, й тому закликає подолати страх самотності й навчитися позитивно її використовувати, в той час, коли соціологічна модель С.Боумена розглядає самотність як загальний статистичний показник, що характеризує суспільство. Когнітивна модель Літіції Енн Попелу доводить безпосередній зв'язок когнітивної діяльності людини та її емоційного стану, тоді як самотність настає в тому випадку, коли індивід сприймає (усвідомлює) невідповідність між двома факторами – бажаним і досягнутим рівнем власних соціальних контактів [3].

Значний вклад в дослідження явища самотності в психології зробили В.А.Садлер та Т.Б.Джонсон, що виділили чотири напрямки розвитку особистісного світу людини та визначили ступінь переживання самотності відповідно до рівня проникнення особистості до рівня самотності. Космічний вимір характеризує віру в унікальність своєї долі та розуміння сенсу життя, культурний рівень самотності полягає в відчуженості людини від традиційних норм та цінностей, пов'язаних з ототожненням людиною себе з якимось прошарком соціуму. Соціальний вимір пов'язаний з недостатніми соціальними зв'язками, а

міжособистісний – з тимчасовим розривом стосунків з близькими чи рідними.

Дж. І. Янг досліджував темпоральний показник самотності і виділив хронічну самотність, що переживається більше 2 років людьми, що в силу обставин не спроможні встановити задовільні соціальні зв'язки, ситуативну самотність, що утворюється внаслідок складної життєвої ситуації, як втрата близької людини, та скороминучу самотність, яка може з'являтися без вагомої причини [6].

Основним змістом підліткового віку є перехід від дитинства до дорослості, що зумовлює високу продуктивність новоутворень як наслідок фізичного розвитку, активного розвитку статевої системи, трансформації взаємин з дорослими, активного розвитку стосунків з однолітками, розвитку морально-етичних норм та принципів, розвитку самосвідомості, розширення інтересів, пізнавальної діяльності [2].

У багатьох підлітків, що вперше переживають стан ізоляції від суспільства виникає стресовий стан, відчуття розгубленості, пригніченості, підвищеної чутливості до співчуття. В цей час, з одного боку, внаслідок загострення прагнення до самостійності, бажання довести свою дорослість та незалежність від старших, підлітки відчують потребу в усамітненні та збільшенні дистанції між ним та оточуючими. В той же час з іншого боку підлітки мають гостру потребу в спілкуванні, обміні інформацією, афіліації з групами однолітків, прагнуть мати близького друга. Саме в таких умовах у підлітка з'являється відчуття тривоги, занепокоєння, відчуття внутрішньої порожнечі незрозумілого характеру та походження [4].

Так, підліток стикається з проблемою самотності в результаті прагнення реалізувати свою неповторність, унікальність та довести собі та іншим свою індивідуальність. Стан самотності допомагає усвідомити та виокремити свій індивідуалізм, окреслити своє місце в соціумі. Так, відчуття самотності – нормальне явище, наслідок народження внутрішнього життя [3]. Саме тому з метою досягнення виокремлення особистості підліток прагне до усамітнення, а досягнувши мети, намагається позбутися від цього стану.

Так, в процесі формування дослідницьких завдань, виникла необхідність проведення експериментального дослідження з метою доведення істинності гіпотези нашої роботи. Так, практична частина роботи спрямована на доведення твердження, що явище самотності в підлітковому віці безпосередньо пов'язане з комунікативними та організаторськими здібностями підлітка, що веде до специфічного стилю спілкування, який спричиняє відчуття самотності й в свою чергу впливає на формування самооцінки.

В нашій роботі було використано наступні методики: методика визначення суб'єктивного переживання самотності (Д.Рассела та М. Фергюсона), методика виявлення «Комунікативних та організаторських

схильностей», дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейна. Для отримання фактичного підтвердження гіпотези, нам необхідно знайти зв'язок між даними явищами у нашому дослідженні. Проаналізувавши результати дослідження, можна зробити висновок, що серед учнів досліджуваного класу можна спостерігати дисбаланс між статевим показником переживання самотності. Виявилось, що середній рівень самотності переживає 46% опитуваних представниць жіночої статі, а високий рівень самотності складає 31% опитуваних. В той же час, відсоток учнів чоловічої статі, що переживають високий рівень самотності, нижче – 23%, а середній рівень самотності складає ще меншу частку – 15%.

Всього явище самотності було виявлено у 58% дослідження, з яких 67% були жіночої статі, а чоловічої – 33%. Така статева полярність в прояві явища самотності може бути пояснена швидшим по відношенню до хлопців розвитком дівчат, їх гострішому переживанню кризових явищ.

В процесі дослідження проблеми самотності в підлітковому віці ми висунули гіпотезу, що високі показники самотності можуть бути пояснені деякими особливостями взаємодії підлітків у соціумі та їх поведінкою. Методику дослідження комунікативних та організаційних схильностей (КОС) було використано з метою визначення зазначених здібностей підлітків, що переживають почуття самотності.

Коефіцієнт комунікативних та організаційних схильностей вказує на готовність людини до комунікації, її активність чи пасивність в соціумі, прагнення до розширення кола спілкування, ініціативність. В результаті математичних обчислень отриманих результатів було визначено, що 100% підлітків з високим показником самотності отримали низькі показники КОС. В той же час низькі показники КОС склали 62% учнів з середнім рівнем самотності. 25% підлітків з середнім рівнем самотності мають показники нижче середнього, а 13% – дуже високий показник. Підлітки з низьким рівнем переживання самотності у 50% демонструють середній і нижче середнього показники КОС, у 25% – низькі показники, і у 25% - високі та дуже високі показники. Таким чином, можна прослідкувати тенденцію зі зменшенням комунікативних та організаторських схильностей з посиленням почуття самотності, що переживає підліток.

Для підтвердження гіпотези про існування зв'язку між рівнем самотності та рівнем комунікативних здібностей, ми провели кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона. Коефіцієнт зв'язку показників самотності та комунікативних здібностей становить $R = -0.69$ ($p \geq 0.01$), що доводить, що існує обернений значущий зв'язок між вищеназваними явищами.

Таким чином, отримані результати свідчать про високий негативний зв'язок між явищами самотності та комунікативних здібностей. Це

говорить про те, що рівень самотності негативно впливає на рівень розвитку комунікативних здібностей особистості, тобто, самотні підлітки не достатньо комунікабельні.

Для визначення співвідношення переживання самотності та самооцінки підлітків, необхідно визначити рівень самооцінки підлітків. Для визначення самооцінки ми використали методику Дембо-Рубінштейн. У нашому дослідженні ми отримали результати, що мають свої особливості для кожної статі окремо. Серед дівчат найвищим показником 70% відображено низький рівень самооцінки, а показники високого та середнього рівня мають однаковий характер 15%. Серед хлопців дисбаланс не має такого масштабного характеру. Представник з високим рівнем самооцінки тільки 7%. Низький рівень самооцінки склав 39%, але більшість хлопців 54% показала результати середнього рівня самооцінки.

З метою аналізу впливу переживання самотності на самооцінку, ми провели статистичний аналіз результатів методики Дембо-Рубінштейна. Згідно з результатами всі учні, що переживають глибоке почуття самотності, мають низький рівень самооцінки.

Для підтвердження гіпотези про існування зв'язку між рівнем самотності та показниками самооцінки ми провели кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона. Кореляційний аналіз показників самотності та самооцінки показав результат: $R=0.86(p \geq 0.01)$. Такий показник вказує на прямий зв'язок відповідних явищ.

Дуже показовим є позитивний зв'язок між явищами самотності та самооцінки. Високий показник коефіцієнта Пірсона свідчить про те, що зі збільшенням однієї величини зростає і інша величина, в даному випадку збільшення рівня самотності підлітка веде до збільшення показника його самооцінки. Це може свідчити про відчуття незалежності, впевненість осіб з високим показником самотності.

Висновки. Отже, в ході нашого дослідження було детально вивчено проблему самотності в філософському та психологічному аспектах, розглянуто історичний розріз вивчення питання, виділено різні способи визначення терміну «самотність», розмежовано їх значення, наведено класифікації видів самотності в темпоральному та видовому вимірах. Було розглянуто специфіку підліткового віку та визначено причини підвищеної актуальності проблеми самотності для цієї вікової групи. В ході емпіричного дослідження за допомогою методик визначено рівень самотності підлітків, їх самооцінку та рівень розвитку комунікативних та організаторських здібностей. За допомогою статистичного аналізу, порівняння та кореляційного аналізу було доведено, що переживання самотності може впливати на формування самооцінки позитивно. Було припущено, що в даному випадку позитивний зв'язок цих явищ свідчить про високу незалежність підлітків та їх прагнення до індивідуалізму. Таким чином, підлітки, що переживають високий рівень самотності,

схильні до усамітнення по причині невдоволення оточенням. Було доведено, що в психології явище самотності може розглядатися як позитивне явище добровільного усамітнення людини з метою саморозвитку та дослідження себе. Відповідно, саме такий прояв самотності спостерігаємо ми в нашому дослідженні.

Список використаних джерел

1. Коваленко В.А. Генезис самооценки личности как психологической категории. – [Електронний ресурс] / В.А.Коваленко – Режим доступу: <http://cyberleninka.ru/article/n/genezis-samootsenki-lichnosti-kak-psihiologicheskoy-kategorii>

2. Колесов Д.В., Мягков И.Ф. Учителю о психологии и физиологии подростка / Д.В. Колесов, И.Ф. Мягков. – М.: просвещение, 1986. – 80с.

3. Кондратьев М. Ю. Типологічні особливості психосоціального розвитку підлітків. // Питання психології. 1998. № 2.- С. 69-78.

4. Поливанова, К.Н. Психологическое содержание подросткового возраста. / К.Н.Поливанова // Вопросы психологи – 1996. №1. - С. 20-33.

5. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. /Д.Я.Райгородский. – [Учебное пособие]. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2008. – 672 с.

6. Ссадлер У.А, Джонсон Т.Б. От одиночества к аномии // Лабиринты одиночества. – «Прогресс», 1989. – С.21-51.