

ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ В ЦІННІСНІЙ СВІДОМОСТІ ПІДЛІТКІВ

У сучасному українському суспільстві проблема самотності набула значної гостроти. За результатами проведених опитувань лише 1–2 % респондентів відзначили, що ніколи не відчували почуття самотності, в той же час як близько 10–30% відзначають, що відчували самотність хоча б раз у житті.

Самотність – тяжке емоційне переживання, яке пов’язане із руйнацією глибинних очікувань особистості, що є важливою складовою людського буття. Це явище – багатопланове. Це і психологічний стан людини, її переживання, емоції, почуття, а також характеристика міжособистісних стосунків. Л.Пепло, М.Міцеллі, Б.Мораллі розглядають самотність у тісному взаємозв’язку із самооцінкою, К.Роджерс – як відчуження особистості від власних почуттів [4].

Багато психологів, які займаються цією проблемою (І.С. Кон, Я.Л. Коломинський, Л. Симеонова, Ф. Фромм-Рейхман), розглядають самотність як порушення сітки міжособистісних стосунків. Вейс розглядає самотність як нестачу приятельських відносин. Ф. Фромм- Рейхман зазначає, „що прагнення до взаємної близькості зберігається у людини з дитинства і протягом усього життя. І немає жодної людини, котра не боялась би його загубити”[2 ;256].

Самотність – це переживання, яке викликає комплексне і гостре почуття, яке виражає певну форму самосвідомості, і яке показує розщеплення основної реальної сітки стосунків і зв’язків внутрішнього світу особистості. Е.Фромм визначає самотність як нездатність індивіда співвідноситись не обов’язково з іншими людьми, але і з цінностями і ідеалами взагалі. Одна з найхарактерніших ознак самотності – це специфічне почуття повної зануреності в себе. Почуття самотності не локальне, воно переживається цілісно, всеохоплююче.

Важливим у процесі аналізу є розгляд самотності з позицій різних субкультур Для Заходу – самотність – це обов’язкова умова становлення

особистості – “самості” індивіда. На Сході – самотність – це стан усамітненого, заглибленого в самопізнання духу.

3. Рубін виділяє три категорії самотніх дітей:

- ті, яким не вистачає навичок спілкування, необхідних для того, щоб завести друзів і дружити;
- ті, хто змінили школу або місце проживання;
- ті, чия дружба розпалась [15].

На переживання стану самотності впливають не стільки реальні стосунки, скільки ідеальне уявлення про те, якими вони повинні бути. Людина, яка має сильну потребу у спілкуванні, буде відчувати себе самотньою і в тому випадку, коли її контакти обмежені однією–двома особами, а вона хотіла б тісніше спілкуватися з більшою кількістю людей. У той же час той, хто не відчуває такої потреби, може зовсім не відчувати власної самотності навіть при відсутності спілкування з іншими людьми.

Відчуття самотності здатне підсилюватись і послаблюватись залежно від динамічних змін в індивідуально прийнятних стандартах інтенсивності нормального міжособистісного спілкування або широти контактів з людьми, на які повинна йти людина. Стандарти подібного типу зазвичай суб'єктивні, точно не визначені. Невелике зменшення кількості друзів або людських контактів у тієї особи, яка раніше мала більшу їх кількість, може сприйматися як посилення самотності.

Вейс підкреслює, що самотність – це не лише функція фактору ситуації або фактору особистості. Самотність – продукт комбінованого впливу. Він поділяє самотність на два типи:

• ***Самотність як емоційна ізоляція***

Виникає внаслідок відсутності емоційної прив'язаності. Її можна подолати, встановивши нову емоційну прив'язаність або відновши раніше втрачену. Такий індивід описує оточуючий світ як спустошений і беззмистовний. Внутрішні відчуття описуються як спустошеність, оціпеніння, байдужість.

• *Самотність як соціальна ізоляція*

Виникає внаслідок відсутності привабливих соціальних зв'язків. Її можна компенсувати включенням у такі взаємозв'язки. Домінуючими симптомами такої форми самотності, поряд з відчуттям маргінальності, є сум, безцільність життя

У підлітковому віці значна частина дітей стикається з подібними проблемами. Підлітковий вік – це час інтенсивного формування поглядів, ідеалів, системи ціннісних уявлень, на які справляють вплив багато факторів. Особливого значення набуває вплив цінностей осіб, референтних для підлітка.

Суперечливе становище підлітка виражається зовні в дисгармонії у значимих системах стосунків (батьки, вчителі, ровесники, ставлення до себе). Відбувається складна внутрішня робота – трансформація „Я-концепції”, пошук внутрішнього стержня, навколо якого можна було б інтегрувати вимоги, які висуває світ дорослих.

Підліток шукає свій тип взаємовідносин, тому важливу роль в його житті починають відігравати взаємостосунки з ровесниками. Відсутність таких стосунків переживається дуже болісно. Підліток часто переживає почуття самотності.

Досліджуючи причини самотності у підлітковому віці, Ф. Райс приходять до висновку, що основними серед них є наступні:

- почуття відчуженості від батьків (або нестача позитивної батьківської участі в житті дитини);
- неповні сім'ї;
- маргінальний статус (змішання ролей) підлітка в суспільстві;
- надлишкове очікування уваги до своєї персоні;
- підвищення бажання виділитись, яке призводить до того, що підліток відчуває себе невдахою та відторгнутим;
- занижена самооцінка та загострене почуття жалості до себе, песимізм стосовно можливості бути позитивно оціненим оточуючими;

- почуття байдужості до життя, його беззмістовність, низькі очікування стосовно власних успіхів у навчанні, що призводить до ланцюга невдач і замкнутості;
- підвищена тривожність і сором'язливість;
- розкриття власних когнітивних здібностей, які дозволяють краще себе пізнати;
- зростання відчуття волі, яке лякає підлітка;
- прагнення до самоідентифікації [3].

Дослідження проводилася в три етапи:

I етап – виявлення самотніх підлітків за допомогою методики „Шкала самотності UCLA”, розроблена Каліфорнійським університетом (Д. Расел, Л. Пепло, М. Фергюсон).

II етап – дослідження ціннісної свідомості самотніх підлітків на основі репертуарних решіток Дж. Келлі.

III етап – застосування техніки рангових решіток.

Мета методики „Шкала самотності” – дослідження суб’єктивного відчуття самотності. На основі отриманих у процесі опитування результатів діагностується рівень суб’єктивного відчуття самотності. Показники в межах від 0 до 20 балів свідчать про низький рівень суб’єктивного відчуття самотності; від 21 до 40 балів – середній рівень суб’єктивного відчуття самотності; від 41 до 60 балів – високий рівень суб’єктивного відчуття самотності.

Дослідження проводилось на базі ЗОШ № 20 м. Житомира. Дослідженням було охоплено учнів сьомих та восьмих класів.

Після проведення першого етапу дослідження було виявлено 7 учнів з високим рівнем суб’єктивного відчуття самотності (п’ять дівчаток і два хлопчики).

З цими підлітками проводилася подальша робота – дослідження ціннісної свідомості самотніх підлітків за допомогою методики „Репертуарні решітки” Дж. Келлі.

Досліджуваним були запропоновані такі елементи для виявлення конструктів:

- Я;
- три самотні ровесники;
- три несамотні ровесники;
- три референтні дорослі.

Наступний етап – застосування техніки рангових решіток.

Техніка рангових решіток – це метод дослідження структури ціннісно-сміслової сфери особистості на основі ранжування об’єктів.

У рангову решітку увійшли такі елементи:

- Я;
- самотній ровесник;
- самотній дорослий;
- несамотній ровесник;
- референтний дорослий;
- я – ідеальний;
- ідеальний ровесник;
- ідеальний дорослий.

Для математичної обробки рангових решіток застосовано кореляційний та факторний аналіз.

Гендерні особливості переживання самотності у підлітковому віці.

При порівнянні конструктів, які частіше виділяють дівчата та хлопці, було встановлено, що самотні дівчата ставлять на перші місця в описі власного „Я” такі якості: „відповідальний”, „охайний”, тобто якості, які **стосуються моральної сфери**. Перші позиції в рангових решітках хлопців займають такі

якості як „розкутість”, „впевненість в собі”, тобто ті, які стосуються **сфери діяльності**.

При порівнянні власного „Я” самотніх підлітків з іншими елементами можна виділити ряд особливостей:

Власне „Я” самотніх дівчат за більшістю позицій збігається з описом реальних **самотніх** ровесників. Основними якостями, які виділяються, є „ерудованість”; „кмітливість”; „відповідальність”; „доброзичливість”; „охайність”.

Власне „Я” самотніх хлопців більш схоже з описом реальних **несамотніх** ровесників („впевнений в собі”, „розкутий”). Це може свідчити про те, що самотні хлопці ідентифікують себе з несамотніми ровесниками, тобто не визнають себе самотніми.

Порівнюючи власне „Я” самотніх підлітків із узагальненими образами самотнього ровесника і самотнього дорослого, можна відмітити, що у дівчат більше якостей, які займають перші позиції, збігаються з першими позиціями в описі „самотнього дорослого”, що може свідчити про те, що **самотні дівчата ідентифікують себе із дорослими**.

В описі реальних самотніх ровесників перші позиції займають такі якості : „ерудований”; „кмітливий”; „відповідальний”; „доброзичливий”; „охайний”; „ерудований”.

Цей опис за багатьма позиціями схожий на з опис „самотнього дорослого”. Це може свідчити про те, що самотні підлітки певною мірою ідентифікують себе із дорослими.

В описі реальних несамотніх ровесників перші позиції у дівчат та хлопців займають такі якості : „впевнений в собі”; „веселий”; „з почуттям гумору”; „лідер”; „комунікабельний”.

Ці якості стосуються сфери спілкування. **Якщо порівняти цей опис із описом власного „Я” самотніх підлітків, то можна відзначити, що названі якості займають останні позиції в описі власного „Я”.** Це може свідчити про те, що відсутність таких якостей може призводити до

порушення сітки міжособистісних стосунків і, як наслідок, до виникнення суб'єктивного відчуття самотності.

Порівнюючи опис „Я – ідеального” самотніх підлітків з іншими елементами, можна виділити ряд особливостей :

- Не спостерігається суттєвих відмінностей в описах „Я – ідеального” самотніх хлопців та дівчат.
- Опис „Я – ідеального” самотніх підлітків схожий на опис реального несамотнього ровесника. Спільними якостями, які займають перші позиції є такі : „кмітливий”, „веселий”, „розкутий”, „наполегливий”, „доброзичливий”. Це може свідчити про те, що при формуванні образу „Я – ідеального”, самотні підлітки орієнтуються на реальних несамотніх ровесників.
- В описі „Я – ідеального” самотніх підлітків основними названі характеристики, які збігаються з характеристиками власного „Я” досліджуваних і з характеристиками, які описують ідеального ровесника.
- Якщо порівнювати опис „Я – ідеального” із узагальненими описами самотніх ровесників і самотніх дорослих, то вони мають такі спільні якості, які займають перші позиції: „відповідальний”, „ерудований”, „наполегливий”.

В *узагальненому описі* самотніх дорослих основними названо такі якості: „ерудований”; „відповідальний”; „розсудливий”; „безкорисний”; „оптимістичний”.

Ці якості співпадають з якостями, які займають перші позиції в описі власного „Я”.

Отже, в результаті проведеного емпіричного дослідження було встановлено, що в описах власного " Я " самотніх дівчат і хлопців є спільні та відмінні ознаки.

Опис власного "Я" самотніх дівчат і хлопців за багатьма позиціями збігається з описом „самотнього дорослого”, що може свідчити про те, що самотні підлітки певною мірою ідентифікують себе із дорослими.

Самотні дівчата ставлять на перші місця в описі власного „Я” такі якості, які стосуються моральної сфери. Перші позиції в рангових решітках хлопців займають якості, які стосуються сфери діяльності.

Власне „Я” самотніх дівчат за більшістю позицій співпадають з описом реальних самотніх ровесників та описом реальних референтних дорослих, тоді як власне „Я” самотніх хлопців більше схоже з описом реальних несамотніх ровесників.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо у подальшій роботі, спрямованій на порівняння ціннісної свідомості самотніх та несамотніх підлітків, встановлення причин виникнення суб’єктивного переживання самотності у дівчат та хлопців.

Список літератури

1. Авдучевская Е. П., Петровская Л.А. Проблема одиночества с позиции гуманизма //Вопросы психологии, 1999. – №6. – С.179–181.
2. Лабиринты одиночества: Пер. с англ. /Под ред. Е.Н. Покровского. – М.: Прогресс, 1989. – 624 с.
3. Райс Ф. Психология подросткового возраста. – СПб.: Питер,2000. – 720 с.
4. Швалб Ю.М., Данчева О.В. Одиночество: социально–психологические проблемы. – К.: Украина, 1991. – 270 с