

Напрямок 2. Соціально-психологічні аспекти психічного та особистісного розвитку на різних онтогенетичних етапах.

**Герасимчук Катерина Віталіївна**

здобувачка магістерського рівня вищої освіти зі спеціальності «014 Середня освіта (Математика).

Науковий керівник: Бутузова Л. П., канд. психол. наук,  
доцент кафедри психології, логопедії та інклюзивної освіти  
*Житомирський державний університет імені Івана Франка,  
м. Житомир, Україна*

## **ВІКОВА ТА ГЕНДЕРНА СПЕЦИФІКА ПЕРЕЖИВАННЯ ПІДЛІТКАМИ ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ**

Існуюча суперечність в оцінці характеру впливу самотності на життєздатність людини виражається в певній амбівалентності аналіз: з одного боку її розуміють як деструктивний феномен особистості, з іншого – розглядають як необхідний етап самопізнання, самоідентифікації та самовизначення. Історично огляд питання відчуття самотності викликав у вчених чимало запитань, включаючи й сумніви в існуванні такого почуття. Д.Перлман та Л. Пепло розглядають відчуття самотності як абсолютно реальне, але з позиції норми чи патології, що несе за собою позитивний чи негативний досвід, з огляду на причини виникнення самотності (індивідуально внутрішні та соціально спричинені).

Беззаперечний факт існування підліткової самотності вимагає окреслення такого механізму відображення сприйняття підлітком свого стану самотності та його практичного застосування як ресурсу. Негативне забарвлення самотності особистість може використовувати як можливість для самовдосконалення та як ресурс для розвитку таких якостей, як альтруїзм, співчуття, милосердя [2, с. 11].

Щодо причин, що призводять до вікового загострення почуття самотності підлітків можна виділити такі, які є спільними як для хлопців, так і для дівчат:

- 1) проблеми у стосунках з батьками;
- 2) відсутність у підлітків сформованих навичок спілкування;
- 3) зміна школи або місця проживання;
- 4) розрив дружніх стосунків;
- 5) розлучення батьків;
- 6) боротьба за любов батьків;
- 7) єдина дитина в сім'ї.

Аналізуючи вікові особливості прояву самотності, Г.М. Тихонов вказує на широку поширеність та інтенсивне переживання самотності в старшому шкільному віці. Молодь є вразливішою та більш схильною до самотності, ніж зрілі або літні люди [1]. Самотність в старшому шкільному віці багато в чому визначається об'єктивними умовами: прагненням жити окремо від батьків (бути від них незалежними), змінами соціальних (у тому числі і міжособистісних) стосунків, переживаннями, пов'язаними з пошуком сенсу свого існування і т. п. Відомо, що в старшому шкільному віці велика роль відводиться колективно-

груповим формам спілкування і, разом з тим, наростає значення індивідуальних контактів і прихильностей. Посилюється потреба у встановленні більш широких стосунків, що виходять за межі сім'ї.

Блокування цієї потреби створює ситуацію самотності, яка викликає в багатьох негативні переживання, почуття відчуженості, породжує фрустрацію – емоційно важко переносиме переживання невдачі. На межі підліткового і юнацького віку різко посилюється потреба в статусі, визнанні та повазі з боку однолітків і старших, у підтвердженні своєї особистісної потенції, а також у близьких міжстатевих стосунках. У свою чергу, все це викликає потребу в різкому розширенні соціальних і міжособистісних контактів. Близькі стосунки потрібні підлітку швидше для відображенні власної ідентичності, аніж для подолання пустоти від відчуття самотності. Труднощі в реалізації зазначених потреб часто стають базою для формування негативного переживання самотності. Причини негативних переживань самотності також можуть бути пов'язані з віковими домінантами в психосоціальному розвитку особистості. Відчуття власної самотності нерідко призводить до формування нігілістичного ставлення особистості до суспільства, до розвитку у неї форм поведінки, спрямованих на протиборство з ним або відхід від нього: кримінальні та екстремістські дії, селфхарм, алкоголізм, наркоманія та ін.

До участі в дослідженні почуття самотності (з використанням опитувальника рівня суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела, М. Фергюсона) було залучено 32 підлітка жіночої (17) та чоловічої (15) статі віком від 11 до 17 років. В результаті дослідження було виявлено 12,5% підлітків з високим рівнем суб'єктивного відчуття самотності (по 2 хлопців та дівчат), 59,4% - з середнім (13 хлопців і 2 дівчат). Водночас низький рівень самотності діагностовано у 28,1% підлітків, представлених лише дівчатами.

Щодо показників соціальної ізольованості, то 59,4% респондентів характеризуються середнім рівнем його вияву, 28,1% - низьким та 12,5% - високим. Такі підлітки відчувають нестачу спілкування, безпорадність, відсутність розуміння з боку близьких і друзів. Більшість підлітків час від часу відчувають самотність, та попри це можуть контролювати ці переживання.

Подальший аналіз даних було спрямовано у площину порівняння рівня ізольованості підлітків залежно від їх віку (таблиця 1).

Таблиця 1

Вікові особливості рівня самотності у підлітків

Вік	Рівень самотності %		
	Високий	Середній	Низький
11-12 років	3	73	23
13-14 років	0	62	38
15-17 років	2	87	11

Як бачимо, незалежно від віку, у більшості підлітків переважає середній рівень самотності. Цей відсоток досягає свого максимуму у старшому

шкільному віці. Підлітки, які прагнуть уникнути самотності та шукають будь-яку можливість для спілкування, здебільшого не мають впевненості щодо власного впливу на життя, почуваються безпорадними. Крім того, вони менше переймаються емоційними станами інших, ніж ті, у кого залежність від спілкування виражена на нижчому рівні.

Якщо ж порівнювати підліткову самотність за статтю, то відсоткове співвідношення самотніх хлопців та дівчат буде наступним: високий рівень самотності – 50% хлопців та 50% дівчат, з середнім рівнем самотності – відповідно 68,4% та 31,6%, з низьким рівнем самотності всі 100% були дівчатами. Постійна самотність розвивається тоді, коли тривалий час підліток не може визначитися, чи задовольняються його психосоціальні зв'язки, чи ні. Емоційна самотність визнається як результат відсутності тісної прихильності до якої-небудь особи або розриву подібних емоційних стосунків. Самотність може виникати при емоційній депривації батьків, відкидання з боку дорослих.

Підсумовуючи роботу, можемо зауважити, що обрана нами тема є актуальною для подальших досліджень. Полем для подальшої роботи може стати розробка методів та технік, спрямованих на подолання самотності серед підлітків.

#### **Література:**

1. Железнякова Ю. В. Самотність у підлітковому віці як соціально-психологічна проблема / Ю.В. Железнякова // Вісник Дніпропетровського університету. Серія: «Педагогіка і психологія». – 2013. – Вип. 19. – С. 67-74.
2. Львовичкіна О.В. Самотність підлітка як психологічна проблема / О.В. Львовичкіна // Актуальні проблеми психології. – 2016. – Т.7, вип.37. – С. 126-134.