

УДК 159.938.3:378

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СУБ'ЄКТИВНОГО ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ В РАНЬОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Железнякова Ю.В., аспірант
кафедри практичної психології
Класичний приватний університет

У статті розглянуто проблему особливостей прояву характеристик виникнення суб'єктивного почуття самотності в ранньому підлітковому віці. Висвітлено питання впливу ситуаційних факторів на підставі різних підходів зарубіжних і вітчизняних психологів. Розглянуто критерії суб'єктивного почуття самотності в ранньому підлітковому віці.

Ключові слова: самотність, підлітковий вік, відчуження, комунікативний бар'єр.

В статье рассмотрена проблема особенностей проявления характеристик возникновения субъективного чувства одиночества в раннем подростковом возрасте. Освещены вопросы влияния ситуационных факторов на основании подходов различных зарубежных и отечественных психологов. Рассмотрены критерии субъективного чувства одиночества в раннем подростковом возрасте.

Ключевые слова: одиночество, подростковый возраст, отчуждение, коммуникативный барьер.

Zhelezniakova Yu.V. FEATURES DISPLAYS OF THE SUBJECTIVE FEELINGS OF LONELINESS IN EARLY ADOLESCENCE

The article considers the problem of characteristics appearance subjective feelings of loneliness in early Adolescence. The questions of influence of situational factors were discovered on the basis of the approaches of different psychologists. Considered the criteria subjective feelings of loneliness in early Adolescence.

Key words: loneliness, adolescence, alienation, communication barriers.

Постановка проблеми. Проблема підліткової самотності, як і тема самої самотності, на сьогоднішній день вивчена мало. У багатьох дослідженнях підліткового віку почуття самотності позначається як особливість цього періоду. Психологічний вплив самотності на соціалізацію підлітка, на його становлення як особистості, а також фактори, які сприяють виникненню почуття самотності, вивчено мало і неповно. Більше того, лише невелика частина робіт розглядає суб'єктивне почуття самотності у підлітків як спеціальний предмет дослідження. Отже, можна говорити про дефіцит досліджень на тлі актуальності проблематики. На думку багатьох зарубіжних і вітчизняних дослідників, саме в підлітковому віці суб'єктивне почуття самотності відчувається частіше, гостріше і є однією з серйозних проблем. Особливість підліткової самотності полягає в тому, що дитина йде по шляху фізичних, психологічних і соціальних перетворень.

Суб'єктивне почуття самотності завжди пов'язане з переживанням відірваності від суспільства, сім'ї, історичної реальності. Підліток стає самотнім тоді, коли усвідомлює неповноцінність своїх відносин як з дорослими, так і з однолітками. Підліток, який не знаходить емоційного відгуку в ході спілкування з іншими людьми, часто обирає самотність не тільки як емоційний стан, але і як соціальний факт, в прагнен-

ні зберегти своє «Я». Індикатором почуття самотності завжди виступає усвідомлення незадоволеності стосунками зі значущими людьми і негативний емоційний фон.

Самотність сприймається як гостро суб'єктивне, суто індивідуальне переживання. Суб'єктивне почуття самотності – це специфічне почуття повної заглибленості в самого себе при зовні збережених соціальних контактах. Суб'єктивне почуття самотності породжує у підлітків потреба у спілкуванні та афіліації і, як наслідок, прагнення до групування з однолітками, у суспільстві яких вони сподіваються знайти емоційне тепло, порятунк від нудьги, туги і визнання власної значущості [1].

Постановка завдання. На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в вивченні ситуаційних детермінант суб'єктивного почуття самотності підлітків. В якості основного методичного інструментарію застосовувалася методика діагностики суб'єктивного почуття самотності Д. Расела [5].

Для статистичної обробки отриманих даних використовувалася факторний аналіз (методом аналізу головних компонент з допомогою Варимакс обертанья).

Виклад основного матеріалу дослідження. Як відомо, мета факторного аналізу – концентрація вихідної інформації, яка надана у вигляді масиву даних, та відображення якомога більшої кількості ознак



через якомога меншу кількість характеристик. Результати факторизації 20 ситуацій, які призводять до виникнення суб'єктивного почуття самотності у підлітків методом головних компонентів (варимакс обертання) представлені в таблиці 1.

В результаті факторизації 20 ситуацій, які викликають переживання суб'єктивного почуття самотності в ранньому підлітковому віці, виділено 6 факторів, які описують 65% загальної дисперсії (див. табл. 2). Міра вибіркової адекватності Кайзера-Мейера-Олкина дорівнює 0,731.

Проінтерпретуємо фактори. Всі фактори однополярні, що свідчить про точний вибір ситуацій опису суб'єктивного почуття самотності підлітків. Зазначимо, що позитивний чи негативний знак факторного навантаження з'являється в результаті математичних процедур і має значення протиставлення.

За першим фактором, який ми назвали «Соціальна безпорадність» (28,4% дисперсії) значуще навантаження має змінні, які представляють такі компоненти: «Я відчуваю себе абсолютно самотнім» (0,844), «Немає нікого, до кого б я міг звернути-

ся» (0,778), «Я відчуваю себе виключеним та ізольованим іншими» (0,703), «Я зараз більше ні з ким не близький» (0,675).

Позиція молодшого підлітка відносно до суспільства виступає необхідною умовою його психічного, інтелектуального та соціального розвитку, тим самим забезпечуючи його спрямованість на соціум. Розвиток особистості в підлітковому віці характеризується різноманітними та різнорівневими характеристиками соціального дозрівання. Цей процес пов'язаний не тільки з умовами і швидкістю соціального розвитку, але і з осмисленням підлітком себе і своєї належності до суспільства, своїх прав і обов'язків, ступенем оволодіння світом соціальних речей і відносин, насиченістю дальніх і ближніх зв'язків, їх диференціацією. Але при цьому підлітку в його соціальному розвитку і становленні не вистачає довіри, поваги до батьків і дорослих, визнання і допомоги в усвідомленні себе, свого місця в суспільстві і в ієрархії суспільних зв'язків. Однак неготовність, небажання і нездатність саме батьків зрозуміти і прийняти підлітка часто є причиною незадовільних відносин з батьками, що в свою чергу може стати причиною

Таблиця 1

Результати факторизації ситуацій суб'єктивного почуття самотності підлітків

Матриця повернених компонентів						
Твердження	Фактори					
	1	2	3	4	5	6
Я відчуваю себе абсолютно самотнім	0,844	0,314			-0,110	
Немає нікого, до кого б я міг звернутися	0,778		0,360	0,118		
Я відчуваю себе виключеним та ізольованим іншими	0,703				0,179	
Я зараз більше ні з ким не близький	0,675				0,280	0,170
Я відчуваю себе покинутим	0,361	0,730				0,187
Для мене нестерпно бути таким самотнім		0,700			0,134	
Мені не вистачає спілкування	0,490	0,595				
Я відчуваю себе ізольованим від інших	0,486	0,576			0,330	
Я нещасливий, коли займаюсь стількома речами поодиноці			0,693		0,246	0,102
Я вмираю від туги за компанією	0,284		0,687			0,311
Мої соціальні відносини і зв'язки поверхневі	0,102		0,679		-0,237	-0,366
Я застаю себе в очікуванні, що люди зателефонують або напишуть мені	0,155		0,506		-0,272	
Насправді ніхто як слід не знає мене				0,745		
Мені нема з ким поговорити	0,390			0,661		
Я не здатний розкріпачуватися і спілкуватися з тими, хто мене оточує				0,623	0,223	-0,182
Люди навколо мене, але не зі мною				0,534	0,256	0,115
Мені важко заводити друзів				0,228	0,677	-0,201
Я нещасливий, будучи таким відкинутим	0,191			-0,216	0,628	0,121
Я відчуваю, ніби ніхто не розуміє себе			0,118			0,828
Ті, хто мене оточують, не поділяють мої інтереси та ідеї	0,152	0,205		0,287	0,377	0,767

формування цілого ряду негативних тенденцій у поведінці підлітків. На тлі нівелювання відносин з батьками величезне значення в цьому віці набуває спілкування з однолітками. Виникають нові вимоги до дружніх відносин, саме спілкування стає більш глибоким і змістовним. Дружні стосунки з однолітками зменшують емоційну залежність підлітка від батьків і допомагають придбати повну емоційну самостійність. Саме тому так важливо для підлітка конструктивне соціально-емоційне переорієнтування в своїх відносинах як з дорослими, так і з однолітками. Психологічна підготовка підлітка до змін, які його очікують, не тільки у сфері його особистісного та фізичного розвитку, але й у сфері соціальних відносин, може істотно знизити рівень суб'єктивного почуття самотності підлітка [6].

У другому факторі, який ми проінтерпретували як «Покинутість, відчуженість» (9,5% дисперсії) значущі навантаження мають такі змінні: «Я відчуваю себе покинутим» (0,730), «Для мене нестерпно бути таким самотнім» (0,700), «Мені не вистачає спілкування» (0,595), «Я відчуваю себе ізольованим від інших» (0,693).

Страх самотності має давнє коріння: у первісному суспільстві людина, яка залишалася сама, не могла вижити. З моменту появи людської цивілізації покарання самотністю завжди було і залишається найстрашнішою стратою. По своїй суті це дорівнює соціальній смерті. Сучасна соціальна страта, крім тюремного ув'язнення, може виглядати як відмова від спілкування, бойкот, обструкція тощо. Відсутність зв'язків з людьми і світом, брак спілкування, уваги, любові, людського тепла є хворобливим переживанням. Підлітки, які відчувають себе покинутими, переживають себе відірваними від оточуючих, відчувають негативні емоційні переживання, такі як смуток, сум, образ, страх. Ті підлітки, які стикаються з відчуженням, відчувають себе зайвими як у сім'ї, так і серед друзів. Зазвичай такі підлітки

не прагнуть до розширення своїх соціальних зв'язків, більше того, вони всіляко уникають їх, незважаючи на наявність гострої внутрішньої потреби у спілкуванні. Можуть виражати свої почуття за допомогою демонстративної поведінки, включаючи побіг з сім'ї і суїцидальні спроби [2].

По третьому фактору, який ми назвали «Почуття належності» (8% дисперсії), значущі навантаження мають такі компоненти: «Я нещасливий, коли займаюсь стільки речами поодиночку» (0,693), «Я вмираю від туги за компанією» (0,687), «Мої соціальні відносини і зв'язки поверхневі» (0,679), «Я застаю в себе очікуванні, що люди зателефонують або напишуть мені» (0,506).

Основним лейтмотивом психічного розвитку в підлітковому віці є становлення нової самосвідомості і зміна Я-концепції, спроби зрозуміти самого себе й свої можливості. Важливе значення мають почуття приналежності до особливої «підліткової» спільності, цінності якої є основою для власних моральних оцінок. Підліткові мікрогрупи несуть корисну функцію, підліток навчається виконувати певні соціальні ролі, засвоює певні правила спілкування і групові норми. Самоствердження та спілкування з однолітками Д.Б. Ельконіним розглядаються як провідна діяльність, а на думку Д.Й. Фельдштейна, цей період є просоціальною діяльністю, яка визначається потребою підлітка зайняти певне місце в житті суспільства, оцінити самого себе в системі «я і моє місце у житті суспільства». Приналежності до якої-небудь групи допомагає підлітку впоратися з почуттям самотності, а також компенсувати почуття емоційного благополуччя, яке може бути у дефіциті у відносинах з батьками [4].

Четвертий фактор, названий нами «Комунікативні бар'єри» (7,04% дисперсії), склали такі змінні: «Насправді ніхто як слід не знає мене» (0,745), «Мені нема з ким поговорити» (0,661), «Я не здатний розкритися і спілкуватися з тими, хто мене

Таблица 2

Повна пояснена дисперсія

Фактори	Початкові власні значення			Суми квадратів завантажень обертан- ня		
	Разом	% Дис- персія	Накопи- чений %	Разом	% Дисперсії	Накопи- чений %
1	5,683	28,414	28,414	3,325	16,624	16,624
2	1,894	9,469	37,883	2,604	13,018	29,642
3	1,590	7,950	45,833	2,112	10,562	40,203
4	1,408	7,039	52,873	2,035	10,174	50,377
5	1,289	6,443	59,316	1,574	7,870	58,247
6	1,118	5,588	64,904	1,331	6,657	64,904

Метод виділення: Аналіз головних компонентів.



оточує» (0,623), «Люди навколо мене, але не зі мною» (0,534).

Причинами труднощів спілкування можуть виступати індивідуально-психологічні особливості спілкування, які включають інтелектуальні, вольові, особистісні. У підлітковий період спілкування з однолітками має велике значення, тому будь-які труднощі у взаєминах з однолітками підліток сприймає болісно. Саме в підлітковому віці збільшується число дітей, які скаржаться на брак досвіду і навичок спілкування. Найбільш масовими причинами, які викликають труднощі спілкування у підлітків є емоційна нестійкість, підозрливість, егоїстичність, нерішучість, залежність від громадської думки, недисциплінованість, поганий самоконтроль тощо. Підліток з суб'єктивним почуттям самотності схильний до роздратування, агресії, до зайвої, не завжди виправданої критики оточуючих, нерідко може чинити психологічний тиск на однолітків, мало довіряти іншим. Погано розвинені комунікативні здібності заважають підлітку задовольнити в процесі спілкування потреби в емоційному відгуку і розумінні, що і призводить до переживання суб'єктивного почуття самотності.

П'ятий фактор, позначений нами як «Відсутність емоційно-близьких відносин» (6,4 % дисперсії), утворили такі компоненти: «Мені важко заводити друзів» (0,677), «Я нещасливий, будучи таким відкинутим» (0,628).

Одним з аспектів виникнення емоційного холоду в відносинах можуть бути особисті характерологічні особливості. За А. Лоуеном близькість – це базова потреба особистості, задоволення якої пов'язане з актуалізацією тривоги і формуванням характерологічних конфліктів. Нездатність підлітка ініціювати і підтримувати емоційно-близькі відносини зазвичай обумовлена вихованням, особливостями сімейних відносин, особливостями колективу, в якому перебуває підліток. Прояв емоційної близькості передбачає відкритість, прагнення краще пізнати одне одного, турботу, співчуття, прагнення задовольнити і свої, і чужі запити у відносинах. У підлітковому віці авторитет батьків знижується, а іноді повністю нівелюється, і відбувається деяке емоційне відчуження між підлітком і батьками. І емоційну близькість у стосунках, яку дитина отримувала від батьків, з початком підліткового віку вона прагне отримати від своїх однолітків. Відбувається соціально-емоційне переорієнтування підлітка. Відносини з батьками вже не настільки значущі, а з однолітками емоційно-близький контакт не завжди безпечний або може бути зовсім неможливий. Досвід спілкування в підлітковому віці відіграє значну роль у вибудову-

ванні емоційно-близьких відносин в більш дорослому житті [2].

У шостому факторі, інтерпретованим нами як «Відсутність поділу цінностей та інтересів», значущими змінними стали: «Я відчуваю, ніби ніхто не розуміє себе» (0,828), «Ті, хто мене оточують, не поділяють мої інтереси та ідеї» (0,767).

У підлітковому віці загострюється потреба зайняти певну позицію всередині соціальної групи, виявляється тенденція до пошуку близьких дружніх зв'язків, заснованих на глибокій емоційній прихильності і спільності інтересів. Прагнення підлітків до пізнання світу проявляється так званою реакцією захоплення або хобі-реакцією. Захоплення у цьому віці зазвичай заповнює вільний від основної навчальної діяльності час. Відсутність однолітків, які поділяють інтереси й захоплення підлітка, також призводить до переживання відособленості і виникнення почуття самотності [3].

Висновки з проведеного дослідження.

Таким чином, переживання суб'єктивного почуття самотності в ранньому підлітковому віці обумовлено низкою особистісних особливостей, таких як емоційна нестійкість, почуття відчуження. Ситуаційними чинниками, які впливають на формування суб'єктивного почуття самотності, виступають різного роду труднощі в спілкуванні з однолітками. Поряд з очікуваними чинниками суб'єктивного почуття самотності в ранньому підлітковому віці: почуття покинутості, належності до якої-небудь групи, комунікативні бар'єри, відсутність емоційної близькості у відносинах, не поділ цінностей та інтересів, з найбільшою вагою увійшов фактор соціальної безпорадності. Соціально-емоційне переорієнтування в підлітковому віці створює вакуум комунікативних навичок у відносинах як з дорослими, так і з однолітками. Старі комунікативні навички вже не настільки ефективні в ранньому підлітковому віці, а нові ще не засвоєні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вейс Р.С. Вопросы изучения одиночества / Р.С. Вейс // Лабиринты одиночества : сб. науч. тр. – М. : Прогресс, 1989. – 541 с.
2. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2004. – 701 с.
3. Кон И.С. Психология юношеского возраста / И.С. Кон. – М. : Просвещение, 1979. – 175 с.
4. Леви В.Л. Я и мы // В.Л. Леви. – М. : Педагогика, 1973. – 122 с.
5. Рассел Д. Измерение одиночества // Лабиринты одиночества : сб. науч.тр. – М. : Прогресс, 1989. – 624 с.
6. Рогова Е.Е. Психологические особенности одиночества у подростков с разной социальной направленностью : дисс. ... канд. психол. наук / Е.Е. Рогова. – Ростов-на-Дону, 2005. – 171 с.