

Астафьев Алексей Евгеньевич

студент

Научный руководитель

Пазухина Светлана Вячеславовна

д-р психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ, ИСПЫТЫВАЮЩИХ ЧУВСТВО ОДИНОЧЕСТВА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ, И ИХ ДАЛЬНЕЙШЕЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Аннотация: в статье произведен анализ понятия «одиночество», определены базовые понятия. Определена актуальность данного исследования. Выявлены особенности переживания одиночества у подростков, взаимосвязь чувства одиночества и пубертатного периода. Произведен подбор необходимых методик для диагностики, выполнены исследования и дальнейший эмпирический анализ результатов. На основе результатов исследования выдвинуто предположение о особенностях подростков, испытывающих чувство одиночества.

Ключевые слова: одиночество, переживание одиночества, тревожность, самочувствие, особенности.

Тема одиночества как одна из проблем общества озвучена в трудах различных ученых, писателей, философов. Многие ученые писатели и философы посвящали свои работы данной теме.

Подростки испытывают чувство одиночества по разным причинам: чувствуют свою отчужденность от мира, ненужность, невозможность стать счастливым в этом мире. Эти мысли могут сопровождаться грустью, обидой, разочарованием в себе и жизни, различными страхами.

Можно сказать, что актуальность исследуемой проблемы выражается в том, что переживание одиночества у подростка может перерасти в устойчивое негативное психическое состояние, накладывающее отпечаток на все остальные чувства и переживания, стать препятствием для личностного роста и развития.

В отечественной психологии изучение одиночества, как психологического феномена, связано с именами: К.А. Абульхановой-Славской, С.Г. Корчагиной, Ж.В. Пузановой, Л.И. Старовойтовой, Г.М. Тихонова, С.Г. Трубниковой; в исследование культурно-исторических форм одиночества внесли вклад С.А. Ветров, О.В. Данчева, Н.Е. Покровский, Ю.М. Швалб, Т.А. Шкурко и многими другими.

Вот как трактуют это понятие разные ученые, например, В.А. Андрусенко, обуславливает одиночество изоляцией, и так же предлагает другой его аспект: «...Душевное одиночество – необходимый этап в определении возможностей своего «Я», как свободного самоопределения и самоутверждения в мире». Такой подход вводит одиночество в систему понятий, моделирующих процесс формирования человеческой личности. Признание возможности позитивной, развивающей роли одиночества дает исследователю новые перспективы в изучении и осмыслении этого феномена [1].

В нашей работе за основу было взято определение С.Г. Корчагиной. Она описывает одиночество как постоянное непреодолимое ощущение, которое сопровождается чувством собственной всесильности и эгоцентризма, в основе которого лежат: ранний нарциссизм, мания величия, враждебность со стороны окружающих [2].

Обобщая вышесказанное, можно сказать, что определение одиночества многогранно, и связано с большим количеством факторов. Все определения дают понять, одиночество – это прежде всего состояние человека, находящегося в ситуации реальной или мнимой коммуникативной изоляции от других людей, разрыва социальных связей или же отсутствия значимого для человека общения.

В ходе этого исследования была проанализирована психологическая литература по проблеме одиночества и подобраны методики для диагностики.

Диагностический инструментарий подобран с учётом возрастных особенностей и специфики исследования. В программу эксперимента были включены шесть диагностических методик, направленных на выявление характеристик темперамента, оценки самочувствия, активности и настроения, оценки склонности к немотивированной тревожности, определения уровня одиночества, глубины, и его вида.

Выбранные методики соответствовали цели эксперимента и позволяли изучить особенности проявления одиночества у подростков, а также оценить их самочувствие и склонность к тревожности.

Для исследования был выбран контингент учащихся средней школы, в возрасте от 13–15 лет. Выборка включает в себя группу из 20 человек.

Для получения достоверной и точной информации об изучаемом явлении выбран такой метод диагностики как тестирование. В диагностическую программу вошли следующие методики:

- Личностный опросник EPI (Г. Айзенк).
- Методика САН диагностика психоэмоционального состояния человека В. А. Доскин, Н. А. Лаврентьева, М. П. Мирошников, В. Б. Шарай.
- Шкала субъективного ощущения одиночества (UCLA Loneliness Scale).
- Тест-опросник, разработанный Д. Расселлом.
- Экспресс-диагностика Бойко.
- Опросник «Одиночество» (С. Г. Корчагина).
- Опросник для определения вида одиночества С.Г. Корчагина.

На основе результатов исследования можно предположить, что особенности подростков, испытывающих чувство одиночества в подростковом возрасте, заключаются прежде всего в степени переживания негативных эмоций и в способности противостоять, и справляться с трудностями.

В каких-то случаях это чувство негативно влияет на человека, в каких то, подросток даже может не замечать его протекание. В большинстве случаев подростки могут сами справиться с временным чувством одиночества.

Переживание состояния одиночества для подросткового возраста в большей степени является последствием полового созревания, сепарации от родителей, поиска новых контактов, и понимания среди сверстников.

Большая часть детей, может самостоятельно справиться с проявлением одиночества. Но есть и те школьники, которым данный период, самостоятельно, пройти очень тяжело, что может приводить к неблагоприятным последствиям.

У таких детей присутствие чувства одиночества, прежде всего, имеет негативный характер. Можно сказать, что оно проявляется в замкнутости и закрытости, повышенной тревожности, неудовлетворённости и сниженной самооценке. Эти подростки могут испытывать непонимание со стороны других учеников, могут быть застенчивы, испытывать проблемы в учебе.

В результате диагностики были получены данные, которые говорят о том, что большая часть выборки легко переживает одиночество, и не нуждается в какой-либо помощи. А именно около 65% выборки.

Так же в выборке присутствовали дети, которые испытывали какие-либо проблемы. У них была повышенная тревожность в некоторых случаях – необоснованная. Отмечается плохое самочувствие, сниженная активность, плохое настроение, они были эмоционально нестабильны.

Именно у 35% детей, была продиагностирована высокая степень одиночества, и крайние формы его переживания.

Была собрана статистика, проявления чувства одиночества, определена специфика проявления одиночества у подростков.

У небольшого числа детей была продиагностирована высокая степень одиночества, и крайние формы его переживания. Все это отражается на их коммуникации, выполнении каких-либо групповых заданий, или же взаимодействия с другими учениками класса. Такие дети могли испытывать дискомфорт при нахождении в классном коллективе, или же в незнакомой компании, чувствовать себя подавлено. В особо тяжелых случаях такие подростки имеют негативные особенности характера: замкнуты, тяжело переживают неудачи. Из-за своих особенностей могут быть непоняты, или же неприняты классом, обществом.

Можно сказать, что таким детям необходимо сопровождение, грамотная помощь психолога, и содействие родителей. Такие ученики, могут не справиться с учебной, психологической и эмоциональной нагрузкой, что может повлиять на их дальнейшую жизнь.

Таким образом, можно сказать, что в большинстве случаев переживание одиночества в подростковом возрасте, протекает без каких-либо проблем.

Но есть дети, которым требуется помощь психологов, и содействия родителей, в преодолении этого эмоционального состояния. Одиночество у таких подростков может перерасти в устойчивое негативное психическое состояние, накладывающее отпечаток на все остальные чувства и переживания, стать препятствием для личностного развития.

Список литературы

1. Андрусенко В.А. Словарь душевных и духовных терминов / В.А. Андрусенко // Формирование духовности. – Оренбург, 1997.
2. Корчагина С.Г. Психология одиночества: учебное пособие / С.Г. Корчагина. – М.: Московский психологосоциальный институт, 2008.
3. Пазухина С.В. Социальная неуспешность в подростковом возрасте: причины и коррекция: монография / С.В. Пазухина, А.В. Кузьмина. – Saarbrücken (Germany): LAP LAMBERT Academic Publishing, 2015. – 121 с.
4. Пазухина С.В. Влияние индивидуально-типических особенностей подростков на их учебную активность / С.В. Пазухина, А.А. Очинашко // Уральский научный вестник. – 2017. – Т. 3, №6. – С. 72–75.