

Секция «Психология»

Переживания подростков в состоянии одиночества

Сырцова Елена Александровна

Студент

Гомельский государственный университет имени Ф.Скорины, психологии и

педагогике, Гомель, Беларусь

E-mail: alenasyrtsova@mail.ru

Одиночество является серьезной проблемой современности, каждый человек может столкнуться с ним и почувствовать его в любой период своей сознательной жизни, но впервые особенно острое столкновение происходит в подростковом возрасте. Подростки находятся в «зоне риска» по ряду причин, из которых можно назвать следующие: нарушение связи между поколениями в семье, что может быть обусловлено материальным неблагополучием семьи, увеличением рабочего времени родителей, их алкоголизмом; узость социальных контактов и отсутствие компенсаторных механизмов, проявляющихся в состоянии неудовлетворенности, скуки, тоски, поиске себя; наличие конфликтных отношений с окружающими и глубокие эмоциональные переживания как главные признаки взросления. В подростковом возрасте потребность в одиночестве актуализируется, т.к. появляется потребность побыть наедине со своими мыслями и переживаниями. Это обусловлено переходом самосознания на новый уровень, усилением потребности в самопознании, принятии и признании, а так же кризисом самооценки.

Исследования одиночества последних лет занимались И.М. Слободчиков (2005, 2006, 2007), Е.Н. Заворотных (2009), Ю.М. Черепухина (1995), И.Н. Ишмухаметов (2007), Г.Р. Шагивалеев (2007), О.Б. Долгинова (1996), С.В. Куртиян (1995), Л.И. Старовойтова (1995) [1]. Отмечается, что одиночество не определяется одним специфическим чувством, отличающимся от всех других, оно амбивалентно, в одиночестве у человека возникают разные эмоции и чувства. Ни одна эмоция не является специфической эмоциями для одиночества.

Именно поэтому в нашем исследовании мы взяли за основу следующее определение. Одиночество – это переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое выражает определенную форму самосознания, и показывающее раскол основной реальной сети отношений и связей внутреннего мира личности [2, с.27]. Где переживание – это любое, испытываемое субъектом эмоционально окрашенное состояние и явление действительности, непосредственно представленное в его сознании и выступающее для него как событие его собственной жизни [3, с.18].

Целью нашего исследования было изучение особенностей переживания одиночества в подростковом возрасте. Исследования проводилось на молодых людях 14-16 лет, учащихся сельских и городских школ.

Для проведения исследования использовались следующие методики: методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М. Фергюсона авторская анкета Г.Р.Шагивалеевой для определения меры одиночества, отношения к одиночеству и эмоциональных состояний, связанных с переживанием одиночества.

В ходе исследования был получен спектр эмоциональных состояний, которые испытывают подростки, из них 30% – составляют позитивные переживания и 70%– негативные. Чаще всего встречались такие переживания как тоска, спокойствие, скука,

депрессия, активность, раздражение, опустошенность.

Чем меньше подросток подвержен одиночеству, тем с большим количеством чувств, переживаний он его связывает (ненужность, отчужденность и покинутость, тоска, депрессия, плохое настроение, скука, раздражение и обида, незащищенность, ранимость, опустошенность, безнадежность). Подростки же, для которых эта проблема стоит остро, описывают более узкий круг своих эмоциональных состояний (спокойствие, скука, тоска, уединенность). Комплекс переживаний, который встречается во всех группах и занимает первые позиции по количеству выборов, - это уединенность, отчужденность, покинутость, депрессия и плохое настроение, скука, тоска и ощущение, что никто не понимает.

Подростки по-разному реагируют на свое одиночество в зависимости от того, как они сами к нему относятся. Учащиеся, не стремящиеся избегать одиночества, находят в нем больше положительных аспектов для себя, так 32 % эмоциональных состояний, которыми они характеризуют одиночество положительные. А учащиеся, которые отрицательно относятся к одиночеству, связывают его только с 17% позитивных переживаний.

В целом учащиеся выделяют такие положительные моменты переживания одиночества как уверенность, удовлетворенность, спокойствие, увлеченность и сосредоточенность, активность.

В уровне субъективного ощущения одиночества статистически значимых отличий между учащимися сельских и городских школ обнаружено не было (использовался Т-критерий Стьюдента). Что может свидетельствовать о том, что они в равной степени подвержены переживанию состояния одиночества.

Таким образом, наше исследование подтверждает тот факт, что одиночество охватывает достаточно широкий спектр эмоциональных состояний разной модальности.

Литература

1. Слободчиков И.М. Современные исследования переживания одиночества // Психологическая наука и образование. 2007. №.3. С. 27 – 35
2. Покровский Н.Е. Лабиринты одиночества. М., 1989.
3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб., 2001.