

Гресь Екатерина Константиновна,
студентка, НИУ БелГУ, г. Белгород

ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: В статье рассматриваются причины одиночества подросткового возраста, который является переходным периодом сопровождающимся кризисом и самым сложным возрастным этапом в жизни человека.

Ключевые слова: Одиночество у подростков, межличностное общение, самооценка, эмоциональные переживания, личностное развитие.

У подростков, как представителей молодежи и активной части общества, формируется самосознание, самоидентичность в процессе их будущего профессионального самоопределения. Не своевременное выявление проблем в межличностных отношениях, ведущих к одиночеству, препятствует нарушению кооперации подростков и юношей в референтной группе. Поэтому ситуация одиночества среди подростков может рассматриваться как препятствие общественной стабильности и полноценного личностного развития.

Причинами социально-психологического одиночества подростками являются дефицит эмоциональных связей; отсутствие идентификации – осознания членами группы себя как «мы», а других как «они»; несформированность приемлемых для всех членов группы общих норм и ценностей, правил поведения; недостаток наличия достаточного времени взаимного существования людей. Нарушение системы компонентов межличностного общения (коммуникативные, поведенческие и эмоциональные) в подростковой среде приводит к развитию опосредованного стиля взаимодействия молодых людей, что воспринимается ими как способ преодоления социально-психологического одиночества [1].

Выделяют определенные черты, которые формируют чувства одиночества у подростков: замкнутость, затруднения в взаимодействии социальных контактов, тревожность при установлении контактов, характерны трудности в общении с лицами противоположного пола, особенности взаимоотношений с людьми носят поверхностный и непрочный характер [1].

Незначительные фрустрации могут вызвать длительные переживания, затрудненность социальных контактов. Высокая выраженность как потребности в общении и стремления к принятию, так и страха отвержения свидетельствует о том, что подростки с повышенным уровнем интенсивности переживания одиночества переживают внутриличностный конфликт, характерен внутренний дискомфорт, эмоциональная напряженность, так как страх отвержения препятствует удовлетворению потребности быть в обществе других людей [2].

Одиночество в подростковой среде связано с основными процессами и феноменами самосознания, оказывает влияние на формирование отношения к себе (эмоциональные проявления одиночества), представлений о себе (когнитивные проявления одиночества), на характерологические особенности и выбор способов поведения (поведенческие проявления одиночества) [3].

Одиночество связано с жизненными основными событиями личности (отделение от родительской семьи, расширение контекста социальных отношений, планирование своего будущего, установление интимно-личностных отношений) и задачами развития личности.

Среди факторов, которые приводят к одиночеству в подростковой среде, психологи выделяют следующие:

- наличие отрицательных характерологических особенностей личности;
- система ценностей, интересов, радикально отличающихся от таковых окружающих людей;
- система отношений с родителями, которая бессознательно переносится на окружающих;



- антисоциальное окружение, низкий социальный статус личности в окружении людей высокостатусных;
- отсутствие коммуникативных привычек, неумение противостоять тем, кто провоцирует конфликты;
- наличие форм поведения, которые бессознательно вызывают отрицательную реакцию у окружающих;
- неправильное восприятие, оценка и интерпретация цели, намерений, мотивов поведения других людей;
- неспособность гибко приспосабливать свое поведение к ситуации и поведению партнера по общению;
- неадекватная самооценка, самоидентификация [4].

Таким образом, одиночество понимается нами как сложное, субъективное, индивидуально переживаемое психическое состояние, имеющее различную (позитивную, негативную, нейтральную или амбивалентную) эмоциональную окраску, в зависимости от того, как воспринимает своё одиночество человек, включающее в себя различные эмоциональные переживания – от отчужденности, чувства изолированности, отстраненности, обособленности, до уникальности, неповторимости, самостоятельности. Переживание чувства одиночества устанавливает степень внутренней и внешней обособленности личности. Закономерно то, что в подростковом возрасте одиночество связано с кризисом смысла жизни, активным поиском дружеской поддержки со стороны сверстников, переосмыслением отношений со взрослыми, включая родителей. Переживание чувства одиночества становится составляющей частью жизни практически каждого, отличаясь только лишь по интенсивности и частоте переживания. Психологической особенностью появления подросткового одиночества считается его взаимосвязь с индивидуальным переживанием патологии важных межличностных взаимоотношений, разрыву товарищеских взаимосвязей.

Список литературы:

1. Завражнов, В.В. Социально-психологические аспекты проблемы конфликтного поведения в подростковом возрасте / В.В. Завражнов, Г.М. Зинина // Молодой ученый. – 2016. – №26. – С. 585-588.
2. Вейс, Р.С. Вопросы изучения одиночества / Р.С. Вейс // Прогресс, 2012. – С. 114-128.
3. Бодалев, А.А. Психология общения / А.А. Бодалев // Знания, 2012. – 256 с.
4. Ильина, В.А. Теоретические направления изучения одиночества в зарубежной психологии / В.А. Ильина // Вестник Университета Российской академии образования. – 2011. – №3.

