

Шевченко Наталья Борисовна

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры педагогики и психологии
Алтайский государственный гуманитарно-педагогический
университет им. В.М. Шукшина
659333, Россия, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, 53
e-mail: agaokurs@mail.ru

Турченко Екатерина Сергеевна

магистрант,
Алтайский государственный гуманитарно-педагогический
университет им. В.М. Шукшина
659333, Россия, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д.53
e-mail: turchenuk_e_s@mail.ru

**Особенности психодиагностического исследования чувства одиночества в
подростковом возрасте**

Shevchenko Natalia

Altay State University of Pedagogy and Humanities
named after V.M. Shukshin
659333, Russia, Vladimir Korolenko Street, 53, Biysk

Turchenyuk Ekaterina

Altay State University of Pedagogy and Humanities
named after V.M. Shukshin
659333, Russia, Vladimir Korolenko Street, 53, Biysk

Features of a psychodiagnostic study of feelings of loneliness in adolescence

Аннотация. В работе рассматривается понятие чувства одиночества в подростковом возрасте и степень его изученности в отечественной и зарубежной литературе. Описаны психодиагностические методы исследования чувства одиночества в подростковом возрасте.

Abstract. The paper considers the concept of feeling of loneliness in adolescence and the degree of its study in domestic and foreign literature. Psychodiagnostic methods for studying the feeling of loneliness in adolescence are described.

Ключевые слова: одиночество; подростковое одиночество; подростки; подростковый возраст; чувство одиночества; психодиагностические методы.

Keywords: loneliness; teenage loneliness; teenagers; adolescence; feeling of loneliness; psychodiagnostic methods.

Подростковый возраст принято считать самым сложным этапом в развитии ребёнка. Он является переходным периодом от детства к юности. В этом возрасте происходит бурное физическое развитие и половое созревание ребёнка. Это время глобальных изменений в подростковой психике.

Подростковый возраст важнейший этап в становлении личности человека. У подростка появляется желание быть самостоятельным, возникает понимание своего места в обществе, формируются нормы поведения, обозначается жизненная позиция и моральные установки. Важную роль здесь играют отношения в семье и общение со сверстниками.

Зачастую подростки оказываются непонятыми во взрослом мире, среди одноклассников, старшеклассников. Это может приводить к тяжёлым переживаниям и чувству одиночества [1].

Проблема одиночества во все времена волновала человечество. Она нашла своё отражение в трудах различных философов и исследователей, таких как Ф. Ницше, А. Маслоу, Г.С. Салливан, Э. Фромм, К. Хорни, и др. [7, 6, 13, 10, 11, 12]. Одиночеству поклонялись и отрицали, считали его необходимостью для самопознания и проклятием человечества.

Существует мнение, что чувство одиночества, в большинстве случаев, свойственно людям пожилого возраста. Однако такие психологи как И.В. Дубровина, И.С. Кон и др. рассматривают его как возрастное новообразование, проявляющееся впервые в подростковом возрасте, которое возникает в результате интенсивного развития познавательной и эмоциональной сферы личности подростка [2, 3].

Г. Зилбург так же находит причины появления чувства одиночества в раннем детстве, в неудачном опыте социализации ребенка. В его понимании одиночество - ранний признак патологии. Исследователь акцентируют свое внимание на внутриличностных причинах одиночества, таких как внутренние конфликты, мания величия, нарцисстические черты личности и т.д. [14].

По мнению Г.С. Саливана, формирование личности происходит вследствие межличностных отношений. Основной потребностью на каждом этапе развития человека является потребность в человеческой близости. В подростковом возрасте главная потребность - потребность в друге. Невозможность удовлетворения данной потребности может привести к чувству глубокого одиночества [13].

Существуют так же такие подходы к подростковому одиночеству, которые отрицают сам факт его существования как возрастной особенности [5] или определяют одиночество как совершенно поверхностное социальное явление, не требующее к себе особого внимания.

Однако большинство авторов, занимающихся исследованиями чувства одиночества в подростковом возрасте, приходят к выводу, что данное переживание имеет две стороны своего проявления. На разных этапах своего развития подростки могут по-разному переживать чувство одиночества. Это зависит от психологических особенностей подростка, а так же внешних факторов, например, таких как отношения с родителями и сверстниками. Итак, с одной стороны, одиночество считается нормальным состоянием, необходимым для личностного саморазвития человека. С понятием одиночества связано осознание подростком себя как личности, поиск своей индивидуальности, получение опыта взаимодействия в социальной среде. Оно так же способствует раскрытию возможностей подростка. С другой стороны, одиночество - это острое переживание, оказывающее влияние на эмоциональное состояние подростка. Оно может вызывать чувства отверженности, покинутости, непонятости. Кроме того, переживание одиночества в данном случае ограничивает развитие подростка и может приводить к неврозам, депрессии, различным отклонениям в поведении и даже суициду [5].

Итак, причины, приводящие подростка к одиночеству, могут быть различные. Главным критерием является восприятие самим подростком своего состояния одиночества и понимание того, какую окраску оно в себе несет [4].

Для того чтобы помочь подростку разобраться в столь непростом вопросе, с целью проведения, при необходимости, психокоррекционной работы, существуют различные методики диагностики состояния одиночества как психологического феномена/

Наиболее популярными в настоящее время являются методики «Одиночество» и «Опросник для определения вида одиночества» (автор С.Г. Корчагина) [5].

Методика «Одиночество» направлена на диагностику глубины переживания одиночества. Она позволяет выделить четыре вида выраженности одиночества: человек не переживает сейчас одиночество; неглубокое переживание возможного одиночества; глубокое переживание актуального одиночества; очень глубокое переживание одиночества, погруженность в это состояние. Данная методика может быть полезна школьным психологам в коррекционной работе с подростками, испытывающими глубокое и очень глубокое чувство одиночества, а так же в профилактической работе с подростками, не испытывающими в данный момент состояния одиночества и ощущающими не глубокое переживание одиночества.

Психодиагностическая методика «Опросник для определения вида одиночества» С.Г. Корчагиной, направлена на определение вида одиночества как психического явления [5]. Автор в своей работе выделяет четыре вида одиночества: отчуждающее (преобладает механизм обособления); диффузное (возникает при идентификации себя с другими людьми, группами); диссоциированное (искажается свой образ, представления об окружающих людях и отношения с ними); уединенность (норма одиночества). Данная методика может быть интересна психологам для понимания мотивов, поведения и переживаний подростков. На этом основании возможно построение дальнейшей коррекционной работы с подростками.

Так же интерес представляет «Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества» (авторы Д. Рассел и М. Фергюсон) [9, С.77-78]. Данная методика разработана для оценки уровня переживания

субъективного одиночества и контроля внутреннего равновесия. Тест будет полезен для самоанализа, а также контроля душевного состояния близких. В том случае, когда выявлен результат выше 40 баллов, существует необходимость в снижении чувства одиночества до среднего (20–40 баллов) или низкого (до 20 баллов) значения.

Невозможно оставить без внимания «Дифференциальный опросник переживания одиночества» (авторы Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев) [8, с. 55-81]. Методика разработана для определения отношения человека к одиночеству. Она включает в себя 40 (краткая версия из 24) утверждений. Методика направлена на изучение позитивных и негативных сторон одиночества. Она может быть рекомендована психологам для психологической диагностики, кроме того может служить для исследовательских целей.

Нужно отметить, что проблема одиночества в подростковом возрасте остаётся актуальной для современного общества. Российские и зарубежные ученые продолжают заниматься исследованием причин возникновения одиночества, его проявлений и последствий влияния на психику человека. Необходимо дальнейшее изучение состояния одиночества и его специфики. Несомненно, значение имеют задачи, связанные с поиском педагогических, психологических, психотерапевтических и психокоррекционных способов оказания помощи подросткам, испытывающих страдание от одиночества.

Библиографический список:

1. Дольто Ф. На стороне подростка. – Екатеринбург : 2013. – 423 с.
2. Дубровина И.В. Психическое здоровье детей и подростков. – Екатеринбург : Деловая книга, 2000. – 176 с.
3. Кон И.С. Многоликое одиночество // Знание – сила. - 1986. - № 12. - С. 15–42.
4. Корчагина С.Г. Генезис, виды и проявления одиночества. - М. : 2005. - 196 с.
5. Корчагина С. Г. Психология одиночества: учебное пособие. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2008. - 228 с.
6. Маслоу А. Мотивация и личность. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2008. – 352 с.

7. Ницше Ф. Злая мудрость. Избранные произведения. - М. : Просвещение, 1993. – 573 с.
8. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: Структура и свойства // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. - № Т. 10, № 1. - С. 55-81.
9. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара : БАХРАХ-М, 2002. - С. 77-78.
10. Фромм Э. Человек одинок // Иностранная литература. - 1996. - № 1. - С. 230–233.
11. Хорни К. Наши внутренние конфликты. - М. : Апрель-Пресс : ЭКСМО-Пресс, 2000. - 560 с.
12. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. - М. : Дайджест, 1993. - 217 с.
13. Sullivan H. S. The interpersonal theory of psychiatry. - New York : Norton, 1953.
14. Zilboorg G. Loneliness // Atlantic Monthly. - January 1938. - С. 45-54.