

Шамай Кристина Евгеньевна

студентка

Научный руководитель

Олешко Татьяна Ивановна

канд. психол. наук, доцент, преподаватель

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: данная статья направлена на изучение проблемы одиночества в подростковом возрасте. По мнению многих авторов, чувство одиночества возникает в подростковом возрасте, когда возникает потребность в уединении из единства двух разнонаправленных потребностей: обособления и потребности; или из одновременной актуализации стремлений к социализации и индивидуализации.

Ключевые слова: одиночество, подростковый возраст, социализация, сверстники, общение, социум.

На сегодняшний день, возможно запечатлеть тот факт, который идет из суждения многих авторов, что ощущение одиночества возникает впервые в более заостренной форме в подростковом возрасте. В этот момент у человека замечается особое стремление к одиночеству. Исходит это из тождества двух разнонаправленных потребностей: обособления и необходимости в принадлежности, включенности в группу, в развитии идентичности; или из одновременной актуализации стремлений к социализации и индивидуализации.

Существуют подростки, у которых неглубокий уровень переживания одиночества, это объясняется тем, что с одной стороны у школьника появляется чувство объединиться с обществом, стать единым целым, а с другой боязнь лишиться свою индивидуальность. Так подросток одновременно стараться от-

крыться социуму, но и побыть одному, ему также сложно, что вызывает ощущение одиночества. Все же его стремление к общению, не дает приобрести ему заостренную форму одиночества. Имеют место быть подростки с глубоким и очень глубоким уровнем переживания одиночества. На этом уровне можно сказать о том, что подросток старается обособить свой мир, находится в процессе принятия себя, что и вызывает ощущение одиночества у подростка. Подростки данного уровня зачастую готовы заниматься самоанализом, у них появляется огромный и особый интерес к новым переживаниям, что сообщает нам о замкнутости подростка.

Диссоциированное одиночество выражается в возбудимости, эгоистичности, а также и наоборот, подросток не способен иметь свое мнение.

Есть еще один вид одиночества – диффузное одиночество. Подростки, которые участвуют в конфликтных ситуациях и являются одной из сторон конфликта в взаимоотношениях.

Крайний вид одиночества, который нам известен – отчуждающее. Такой вид одиночества возникает тогда, когда подросток абсолютно не хочет принимать свое окружение, в ту же очередь социум не способен принять подростка.

Итак, можно сказать, что чувство одиночества бывает, как позитивное, так и негативное. Если переживание имеет позитивный характер, то у подростка возрастает чувство интереса к своей личности. Так же негативное переживание, в свою очередь несет за собой потерю самоуважения. В ситуации, когда подросток стремится к уединению, увеличивается глубина переживания одиночества, нарушаются межличностные взаимоотношения, тогда подростку нужна помощь в правильном построении эффективного общения со сверстниками и с социумом в целом.

Очевидно, что необходимо создать условия для развития личности подростка, через актуализацию позитивного потенциала одиночества, которое поможет направить его на формирование более взвешенного и осознанного отношения к одиночеству.

Список литературы

1. Долгинова О.Б. Изучение одиночества как психологического феномена / О.Б. Долгинова // Практическая психология: 2000. – №4. – С. 28–36
2. Корчагина С.Г. Психология одиночества. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. – 228 с.
3. Малышева С.В. Особенности чувства одиночества у подростков // Вестник Московского Университета. Сер. 14 Психология. 2001. – №3. – С. 61–65
4. Неумоева Е.В. Одиночество как психологический феномен и ресурс развития личности в юношеском возрасте: Автореф. // Тюмень, 2005. – С. 23
5. Слободчиков И.М. Теоретико-экспериментальное исследование феномена одиночества личности: дис. ... д-ра психол. наук. – М., 2006.