



Одиночество школьников с просоциальной и социально- инертной направленностью личности

Е. А. Лупекина

Переживание одиночества — нормальное явление подросткового возраста. Однако одиночество может протекать в более острой форме и оказывать негативное влияние на личностное развитие. В статье описаны результаты эмпирического исследования степени выраженности субъективного ощущения одиночества у белорусских школьников. Представлен сравнительный анализ данных о проявлении различных видов одиночества у школьников с просоциальной и социально-инертной направленностью личности. Делается вывод о том, что просоциальная направленность личности школьников, стремление помогать другим, активно участвовать в общественно полезной деятельности позволяет снизить интенсивность субъективного переживания одиночества и в целом переживать одиночество как позитивное состояние.

Experiencing loneliness is a normal phenomenon of adolescence. However, loneliness can occur in a more acute form and have a negative impact on personal development. The article describes the results of an empirical study of the degree of severity of the subjective feeling of loneliness of Belarusian schoolchildren. A comparative analysis of data on the manifestation of various types of loneliness of schoolchildren with prosocial and socially inert personality orientation is presented. It is concluded that the social orientation of the personality of schoolchildren, the desire to help others, to actively participate in socially useful activities reduces the intensity of the subjective experience of loneliness and, in general, to experience loneliness as a positive state.

Ключевые слова: одиночество, субъективное ощущение одиночества, виды одиночества, подростки, просоциальная направленность личности.

Keywords: loneliness, subjective feeling of loneliness, types of loneliness, teenagers, prosocial orientation of personality.

На первый взгляд, простому обывателю может показаться, что проблема одиночества менее всего касается школьников, молодёжи и подрастающего поколения в целом. Но это не так. Современные школьники подросткового возраста взрослеют в эпоху информационных технологий. С одной стороны, постоянный доступ к Интернету и возможность быть онлайн в любое время привели к тому, что современные подростки перестали ценить живое общение и в некотором роде потеряли связь с реальным миром. С другой стороны, переживание одиночества для подростка остаётся острой проблемой. Появилось понятие «цифровое одиночество» — феномен субъективного переживания одиночества цифровым поколением [1].

Большинство психологов придерживаются мнения, что подростковый возраст является периодом формирования самосознания, становления личности, когда подросток обязательно сталкивается с переживанием чувства одиночества. «Чувство одиночества... — это нормальное явление, следствие рождения внутренней жизни» — отмечает отечественный психолог И. С. Кон [2, с. 59].

В подростковом возрасте переживание одиночества может протекать в более острой форме и оказывать негативное влияние на личностное развитие. Опасно подростковое одиночество тем, что оно может сопровождаться такими последствиями, как депрессия, алкоголизм, наркомания и попытки суицида. Это связано с чувством незащитности и неуверенности в себе, в своих силах. Подросткам кажется, что их никто не слышит и не понимает, им некому довериться. Они боятся обратиться за помощью и замыкаются в себе. Это накладывает отпечаток на их дальнейшую социализацию.

Таким образом, проблема одиночества у современных школьников-подростков является актуальной. Как же бороться с негативными проявлениями этого чувства? Поскольку одиночество является субъективным переживанием, нельзя придумать единый способ его преодоления, который подойдёт каждому. Однако анализ психологических рекомендаций к этой проблеме убеждает нас в том, что проявление активности в широком смысле (найти хобби, начать помогать другим людям и др.) — один из действенных методов преодоления одиночества.

Предположение нашего исследования состоит в том, что существуют различия в выраженности одиночества и характере его проявления у подростков с разной социальной направленностью: просоциальной и социально-инертной.

Под *просоциальной направленностью личности* мы понимаем склонность к оказанию помощи окружающим и готовность приносить пользу другим людям и обществу в целом. *Желание помочь кому-то для*



Елена Александровна Лупекина,
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры психологии факультета
психологии и педагогики Гомельского
государственного университета
имени Франциска Скорины

таких людей является ценностью, кругом интересов, мотивом и придаёт человеческому существованию определённый смысл. В жизни мы встречаем много примеров заранее обдуманной, целенаправленной помощи. Например, благотворительность, добровольная работа ради благополучия других, волонтерская помощь. *Социально-инертная направленность личности* понимается как отсутствие склонности к социальной активности.

Наше исследование проводилось в 2022 году на базе гимназии № 36 г. Гомеля имени И. Мележа. В исследовании приняли участие 120 учащихся, из них 43 подростка с просоциальной направленностью личности и 77 — с социально-инертной направленностью личности в возрасте от 15 до 17 лет. Разделение подростков по группам с просоциальной и социально-инертной направленностью осуществлялось с использованием метода экспертных оценок и наблюдения. В группу с просоциальной направленностью личности были включены школьники, в круг интересов и добровольной активности которых входят

такие виды деятельности, как волонтерская помощь (пожилым людям, детям, животным), общественно полезная деятельность (трудовые и экологические десанты), участие в творческих проектах, конкурсах. Школьники, не проявляющие интереса и активности в перечисленных выше видах деятельности, были отнесены к группе социально-инертных.

Для цели нашего исследования были использованы следующие психодиагностические методики.

- «Шкала субъективного ощущения одиночества» Д. Рассела, М. Фергюсона, которая позволяет определить степень выраженности субъективного ощущения одиночества (высокий, средний и низкий уровень). Высокая степень одиночества соответствует показателю от 40 до 60 баллов [3].
- «Опросник для определения вида одиночества» С. Г. Корчагиной [4]. Опросник предназначен для определения глубины переживания одиночества и его вида. В методике представлены следующие шкалы: диффузное, отчуждающее, диссоциированное одиночество.



Поскольку одиночество является субъективным переживанием, нельзя придумать единый способ его преодоления, который подойдет каждому. Однако анализ психологических рекомендаций к этой проблеме убеждает нас в том, что проявление активности в широком смысле (найти хобби, начать помогать другим людям и др.) – один из действенных методов преодоления одиночества.

Для статистической обработки данных использовался *t*-критерий Стьюдента и ϕ^* -критерий Фишера.

Для статистической обработки данных использовался *t*-критерий Стьюдента и ϕ^* -критерий Фишера.

Результаты исследования. Среди школьников с социально-инертной направленностью наличие состояния одиночества (среднего и высокого уровня) выявлено у 41 % опрошенных (рис. 1). При этом данные нашего исследования согласуются с данными других современных аналогичных российских исследований [5]. Эти результаты подтверждают гипотезу о том, что проблема одиночества для многих современных школьников является актуальной.

Средний уровень субъективного ощущения характеризуется автором методики как адекватный, так как раскрывает особенности переживания субъективного

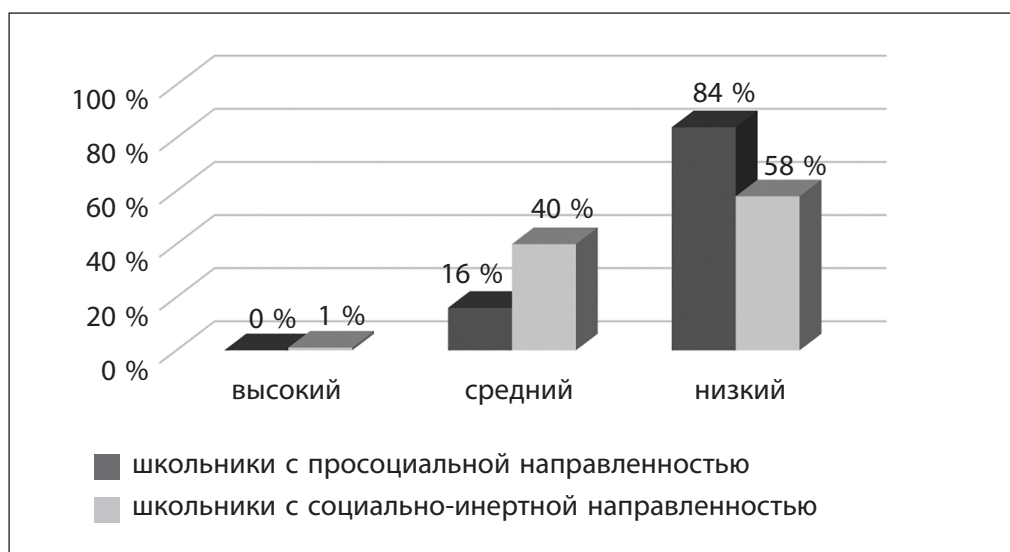


Рисунок 1 — Уровень субъективного ощущения одиночества у школьников с разной социальной направленностью

ощущения одиночества как естественного, нормального состояния. Такие подростки могут лишь временами испытывать чувство одиночества из-за недостатка внимания со стороны ближнего социального окружения.

По данным нашего исследования, среди школьников с просоциальной направленностью личности наличие состояния одиночества (среднего уровня) выявлено у 16 % опрошенных. У большинства подростков с просоциальной направленностью обнаружен низкий уровень субъективного ощущения одиночества (84 %).

Низкий уровень субъективного ощущения одиночества в контексте данной методики говорит о том, что для подростков не свойственно переживать одиночество как состояние, оно не является для них преградой в межличностных отношениях. У таких подростков гармоничные социальные отношения.

Результаты сравнительного анализа показателей уровня субъективного ощущения одиночества у подростков с просоциальной и социально-инертной направленностью представлены в *таблице*.

По данным нашего исследования, статистически достоверно установлено, что подростки с социально-инертной направленностью личности значимо чаще испытывают субъективное ощущение одиночества, чем подростки с просоциальной направленностью личности. На основании этих данных мы предполагаем, что просоциальная активность личности школьников в широком смысле позволяет им бороться с одиночеством, преодолевать его негативные проявления.

Анализ полученных результатов по опроснику С. Г. Корчагиной для определения вида одиночества показал, какой вид одиночества преобладает у подростков с просоциальной и социально-инертной направленностью.

Согласно данным, представленным на *рисунке 2*, мы можем отметить, что у подростков с просоциальной и социально-инертной направленностью личности обнаруживаются различные виды одиночества.

Школьников, переживающих *диффузное одиночество*, отличает подозрительность в межличностных отношениях и сочетание противоречащих личностных и поведенческих характеристик: сопротивление и приспособление в конфликтах; наличие всех уровней эмпатии; возбудимость, тревожность и эмотивность характера, коммуникативная направленность [4]. В состоянии острого переживания диффузного одиночества подросток стремится к другим людям, надеясь найти в общении с ними подтверждение собственного бытия, своей значимости. Остро реагируя на стрессы, подростки выбирают стратегию поиска сочувствия и поддержки.

По результатам нашего исследования, школьники с просоциальной направленностью личности имеют тенденцию чаще испытывать состояние диффузного одиночества, чем школьники с социально-инертной направленностью личности ($\varphi^* = 1,43$ при $\alpha = 0,08$). Характер переживания этого состояния одиночества у школьников, вероятно, связан с их стремлением проявлять просоциальную активность. Другими словами, справляться с одиночеством таким

Таблица — Сравнительные показатели субъективного ощущения одиночества у подростков с разной социальной направленностью по *t*-критерию Стьюдента

Группа школьников	Среднее значение субъективного ощущения одиночества	<i>t</i> -критерий Стьюдента	Уровень значимости
Школьники с просоциальной направленностью	11,953 ± 6,09	4,558	0,001*
Школьники с социально-инертной направленностью	18,74 ± 10,213		

Примечание. * — статистическая достоверность различий $p \leq 0,001$.

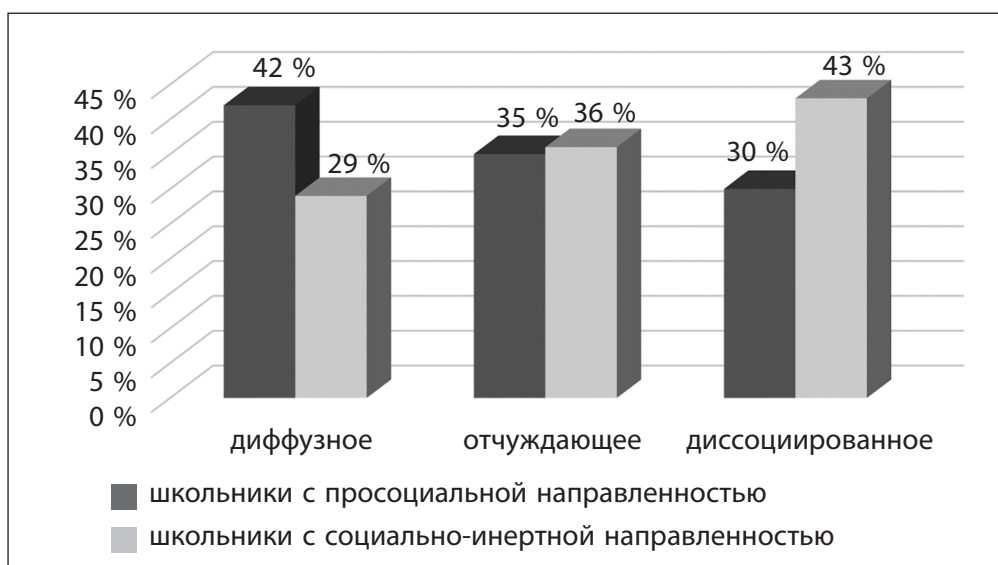


Рисунок 2 — Виды одиночества у школьников с просоциальной и социально-инертной направленностью

школьникам помогает активность в волонтерской, общественно полезной деятельности.

Школьники, обнаруживающие состояние *отчуждающего одиночества*, склонны к проявлению возбудимости, тревожности, циклотимности характера, низкой эмпатии, противоборства в конфликтах, выраженной неспособности к сотрудничеству, подозрительности и зависимости в межличностных отношениях. Такие подростки характеризуются тенденцией к обособлению от других людей, норм и ценностей, принятых в обществе, мира в целом. При этом наблюдается потеря значимых связей и контактов, интимности, приватности в общении, способности к единению. Человек чувствует себя покинутым, потерянным, брошенным. Он не может найти необходимый отклик и понимание. Осознание невозможности быть выслушанным, понятым, принятым зачастую приводит к убеждению в собственной ненужности [4].

По данным нашего исследования, состояние отчуждающего одиночества испытывают одинаковое количество школьников с просоциальной и социально-инертной направленностью (35 % и 36 %).

Диссоциированный вид одиночества, по мнению автора методики, представляет собой наиболее сложное состояние как по переживаниям, так и по происхождению. Оно выражается в тревожности, возбудимости и демонстративности характера, противоборстве в конфликтах, личной направленности, сочетании высокой и низкой эмпатии, эгоистичности и подчиняемости в межличностных отношениях, которые являются противоположными тенденциями [4].

По результатам нашего исследования, установлено, что подростки с социально-инертной направленностью личности имеют тенденцию чаще испытывать диссоциированный вид одиночества, чем подростки с просоциальной направленностью личности ($\varphi^* = 1,42$ при $\alpha = 0,08$). Это означает, что подростки с социально-инертной направленностью личности подвержены наиболее острому и сложному виду одиночества, при котором одни стороны своей личности принимаются человеком, другие — категорически отвергаются. В этом состоянии чувство одиночества переживается как острое, чёткое, осознаваемое, болезненное. Так, школьники с социально-инертной направленностью личности чаще

испытывают субъективное ощущение одиночества в целом, чем школьники с просоциальной направленностью личности. Для них в большей степени характерны переживания наиболее острого, болезненного, чётко осознаваемого одиночества (диссоциированное одиночество).

По сравнению с группой социально-инертных школьников с просоциальной направленностью личности в меньшей степени подвержены острым переживаниям субъективного одиночества. Для этой

группы подростков характерно переживание диффузного одиночества, проявляющегося в готовности к сочувствию и поддержке, стремлении в общении найти подтверждение своей значимости. На наш взгляд, такой характер переживания одиночества у данных школьников подталкивает их к проявлению просоциальной активности. Занимаясь общественно полезной, волонтерской деятельностью, подростки справляются с одиночеством, подтверждают собственную значимость и ценность.

Таким образом, просоциальная направленность личности школьников, их стремление помогать другим, активно участвовать в общественно полезной деятельности позволяет снизить интенсивность субъективного переживания одиночества и в целом переживать одиночество как позитивное состояние, динамическое равновесие процессов идентификации и обособления, психологическую устойчивость личности относительно воздействий социума.

Список цитированных источников

1. Клименко, Е. В. Феномен субъективного переживания одиночества цифровым поколением [Электронный ресурс] / Е. В. Клименко // Молодой учёный. — 2020. — № 22 (312). — С. 471—475. — Режим доступа : <https://moluch.ru/archive/312/70756/>. — Дата доступа : 02.09.2022.
2. Кон, И. С. Ребёнок и общество / И. С. Кон. — М. : Академия, 2003. — 316 с.
3. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д. Я. Райгородский. — М. : Бахрах-М, 2011. — 507 с.
4. Корчагина, С. Г. Психология одиночества / С. Г. Корчагина. — М. : МПСИ, 2008. — 257 с.
5. Дедов, Н. П. Социально-психологические особенности одиночества у современных подростков / Н. П. Дедов, О. А. Комиссарова // Вестник университета. — 2020. — № 1. — С. 177—181.

Материал поступил в редакцию 21.10.2022.