



МАТЕРІАЛИ
III Міжнародної науково-практичної конференції

**«СТІЙКІСТЬ ОСВІТИ І НАУКИ
В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЇ»**



21 – 22 травня 2025 року
м. Київ

Вікторія Шевчук,

кандидат психологічних наук, доцент,
Заклад вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет
імені академіка Юрія Бугая»,
м. Київ, Україна

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМ СОЦІОМЕТРИЧНИМ СТАТУСОМ

Актуальність дослідження особливостей переживання самотності у підлітків з різним соціометричним статусом зумовлена низкою соціально-психологічних, освітніх і клінічних факторів, які визначають емоційне благополуччя молоді у сучасному суспільстві.

Підлітковий вік є критичним періодом соціалізації, коли формується самооцінка, ідентичність та потреба у приналежності до групи однолітків. У цей час соціальні взаємини відіграють вирішальну роль у психологічному розвитку особистості. Соціометричний статус – тобто рівень прийняття підлітка у групі – безпосередньо впливає на його самопочуття, почуття значущості та соціальну включеність. Ті підлітки, які мають низький соціометричний статус або перебувають у позиції соціального відторгнення, значно частіше переживають емоції самотності, ізоляції, тривоги й депресії.

Самотність у підлітковому віці не лише впливає на емоційний стан, але й має довготривалі наслідки, включаючи погіршення соціальних навичок, зниження академічної успішності, зростання ризику девіантної поведінки та формування стійких дезадаптивних установок у дорослому житті. Особливої уваги заслуговує той факт, що самотність часто має латентний характер – тобто не завжди відкрито проявляється, але суттєво впливає на поведінку та психологічне благополуччя підлітка.

У світлі зростання соціальних викликів, впливу цифрових технологій, зміни моделей спілкування та зниження якості міжособистісних контактів, проблема самотності серед молоді набуває ще більшої актуальності. Вивчення її у контексті соціометричного статусу дозволяє точніше ідентифікувати групи ризику, прогнозувати можливі психоемоційні труднощі та розробляти профілактичні й корекційні програми з метою підтримки соціально-психологічної адаптації підлітків. Таким чином, актуальність теми дослідження полягає у необхідності поглибленого розуміння взаємозв'язку між соціальною позицією підлітка в колективі та його суб'єктивним переживанням самотності, що є запорукою ефективної профілактики емоційних порушень і формування здорового соціального середовища в освітніх установах.

Мета дослідження: дослідження особливостей переживання самотності у підлітків з різним соціометричним статусом.

Результат наукових досліджень. Самотність є поширеною проблемою для сучасного суспільства. На різних етапах життя люди по-різному переживають самотність, це обумовлюється психологічними особливостями віку та соціальною ситуацією розвитку, у тому числі, підлітків. Проблема самотності у загальнотеоретичному плані досліджували зарубіжні психологи (Г. Зілбург, Е. Берн, Д. Рісмен, С. Салліван, Ф. Слейтер, Дж. Фландерс, Ф. Фромм-Рейхман). Розкрито соціально-психологічні (Я. Башманівська, К. Боумен, Л. Варрава, Є. Головаха, О. Грановська), гендерні (Я. Вишневський, Н. Володарська, М. Кандиба, Л. Левченко, Г. Маркес, О. Мухіярова, О. Пагава, С. Платонова, В. Сіляєва, Л. Фльорко, Н. Хамітов), соціально-культурні аспекти самотності (О. Данчева, М. Мід, Ю. Швалб). Досліджено

взаємозв'язок самотності та самооцінки (М. Міцелі, Б. Мораш, Л. Пепло); здійснено класифікацію підходів до проблеми самотності (Д. Перлман та Л. Пепло); з'ясовано психологічні передумови виникнення самотності (А. Маслоу, К. Роджерс, З. Фрейда, Е. Фромма, К. Хорні, Е. Еріксона, К. Юнга). Вагомим внеском у розробку проблематики самотності стали праці, в яких розкрито сутність цього феномену (Л. Айвазян, С. Вербицька, Є. Заворотних, С. Корчагіна, О. Олейник, О. Рогова, К. Рук, Г. Тихонов); причини виникнення (К. Андерсон, Л. Хоровіц, Р. Вейс, Т. Джонсон, К. Кутрон, М. Міцелі, К. Рубінстайн, У. Садлер, М. Селігман, Ф. Шейвер, Дж. Янг); особливості переживання самотності в особливих умовах професійної діяльності (Т. Довбій, А. Криворотько); позитивне значення переживання самотності для особистості (С. Ішанов, Д. Леонт'єв, Є. Осін, А. Саліхова); зміст явища ізоляції, самотності та усамітнення (О. Кузнецов, В. Лебедев, С. Трубнікова, А. Хараш); схильність до переживання самотності (В. Бедан, Л. Гусак, О. Саннікова); особливості й детермінанти самотності у підлітковому (Л. Дементій, О. Долгінова, Л. Журавльова, О. Кіпкіов, І. Кон, О. Коротеєва, М. Миронець, О. Селіванова, І. Слободчиков, О. Соколова), юнацькому (Т. Гольман, К. Гордеева, Л. Колісник, В. Лашук, О. Неумоева, Н. Ніколаєва, Т. Сватенкова) та похилому віці (М. Вагнер, Дж. Венгер, Н. Глуханюк, І. Дьяченко, О. Лазарянець, М. Прохорова) тощо.

Поняття «соціометричний статус» було введено Я. Морено для позначення позиції індивіда в системі міжособистісних відносин групи. Цей статус визначається кількістю позитивних або негативних виборів, отриманих особою під час соціометричного опитування, і відображає рівень прийняття або відторгнення індивіда в групі. Високий соціометричний статус свідчить про лідерську позицію, тоді як низький — про ізолюваність або відкидання.

В. Лашук у своїй статті «Особливості соціальних потреб та оцінок осіб юнацького віку з різним рівнем переживання самотності» аналізує, як інтенсивність переживання самотності впливає на соціальні потреби та самооцінку молоді. Дослідження показує, що високий рівень самотності може призводити до змін у ставленні до себе та оточення [2, с. 105].

Л. Магдиську та І. Притка вивчали психологічні особливості прояву самотності у юнацькому віці, досліджуючись на впливі соціальних мереж та урбанізації на відчуття самотності. Їхнє дослідження підкреслює, що самотність у молоді може бути пов'язана з пошуком самоідентифікації та потребою в усамітненні [3, с. 138].

Крім того, Ольга Дячок у своїй дисертації «Психологічні особливості переживання самотності підлітками в умовах освітньої соціалізації» досліджує, як освітнє середовище впливає на відчуття самотності у підлітків. Вона розробила програму соціально-психологічного тренінгу для профілактики деструктивних проявів самотності [1, с. 50].

Таким чином, українські дослідники приділяють значну увагу вивченню самотності у підлітковому віці, враховуючи різні аспекти, такі як соціометричний статус, освітнє середовище та індивідуальні особливості, що дозволяє глибше розуміти цей феномен та розробляти ефективні стратегії підтримки.

Самотність у підлітковому віці є суб'єктивним переживанням, що виникає внаслідок розриву між бажаними та наявними соціальними зв'язками. Вона може мати як емоційний, так і соціальний характер. Емоційна самотність пов'язана з відсутністю близьких емоційних зв'язків, тоді як соціальна — з недостатньою кількістю соціальних контактів та відчуттям приналежності до групи.

Дослідження показують, що соціометричний статус підлітка значною мірою впливає на його переживання самотності. Підлітки з високим статусом зазвичай мають ширше коло соціальних контактів і відчувають менше самотності. Однак навіть вони можуть переживати емоційну самотність через відсутність глибоких емоційних зв'язків. Підлітки

з низьким соціометричним статусом частіше відчувають соціальну самотність, що може призводити до соціальної ізоляції.

Розуміння взаємозв'язку між соціометричним статусом і переживанням самотності дозволяє розробляти ефективні психологічні інтервенції. Зокрема, важливо сприяти розвитку соціальних навичок у підлітків, підтримувати позитивний психологічний клімат у групах та надавати індивідуальну підтримку тим, хто відчуває ізолюваність.

Висновки. Дослідження особливостей переживання самотності у підлітків з різним соціометричним статусом є актуальним напрямом у сучасній психології та соціології. Вчені з різних країн досліджували, як індивідуальні психологічні риси, рівень прийняття в групі, характер взаємодій з однолітками та соціальний статус у колективі впливають на інтенсивність відчуття самотності у підлітковому віці. Встановлено, що низький соціометричний статус, дефіцит позитивних соціальних контактів, відчуження та міжособистісні конфлікти значною мірою підвищують ризик формування хронічної самотності. Особливу увагу приділено взаємозв'язку між самотністю та іншими особистісними чинниками, зокрема самооцінкою, сором'язливістю, рівнем самосвідомості й готовністю до саморозкриття. У низці робіт підкреслюється, що переживання самотності в підлітковому віці може мати довготривалі негативні наслідки для психічного й фізичного здоров'я, зокрема розвиток депресивних симптомів, тривожності та погіршення соціального функціонування в майбутньому. Отже, підтримка сприятливого соціального середовища, формування навичок ефективної міжособистісної взаємодії та підвищення рівня психологічної компетентності підлітків мають велике значення для профілактики самотності та зміцнення їхнього емоційного благополуччя.

ВИКОРИСТАНІ ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Дячок О. В. Дослідження психологічних особливостей переживання самотності підлітками за умов освітньої соціалізації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки*. 2020. Вип. 4. С. 48–56.
2. Лашук В. Особливості соціально-психологічних потреб та оцінок осіб юнацького віку з різним рівнем переживання самотності. *Психологія і суспільство*. 2011. № 3 (45). С. 104–109.
3. Магдасюк Л., Притка І. Психологічні особливості прояву самотності у підлітковому віці. *Психологія: реальність і перспективи*. 2020. Вип. 14. С. 136–143.