

Exploitation by the population and the key sources of information from the Network are identified.

Keywords: Network, Internet, users, digitalization, the population, Tver region.

Об авторе:

ВАЙСБУРГ Александра Владимировна – кандидат социологических наук, доцент, доцент кафедры социологии и социальных технологий, Тверской государственной технической университет, Тверь, Россия; e-mail: lassie1@inbox.ru

About the author:

VAISBURG Alexandra Vladimirovna – candidate of sociological sciences, associate professor, associate professor of the department of sociology and social technologies, Tver State Technical University, Tver, Russia; e-mail: lassie1@inbox.ru

УДК 159.923.2-159.9.172

ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ, ДЕТЕРМИНИРУЮЩИЕ ФОРМИРОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ ОДИНОЧЕСТВА У ПОДРОСТКОВ

О.Ф. Гефеле

Тверской государственной технической университет, г. Тверь

© Гефеле О.Ф., 2023

DOI: 10.46573/2409-1391-2023-2-58-63

Аннотация. В статье подчеркивается значимость исследования проблемы одиночества, возникающей в подростковом возрасте. Указано, что люди этой возрастной группы, в отличие от других групп, чувствительны к переживанию одиночества, так как характеризуются психологической незащищенностью, несформированностью эмоциональной сферы, дезадаптированностью, что в итоге может привести к опасным последствиям. Проводится краткий теоретический анализ проявлений чувства одиночества у подростков. Подчеркивается значимость личностных факторов в формировании чувства одиночества. Акцентируется внимание на я-концепции как системообразующем личностном факторе развития одиночества у детей в указанном возрасте. На основе проведенного анализа феномен одиночества в подростковом возрасте трактуется как модель когнитивного диссонанса. Психокоррекционные мероприятия рассматриваются как инструмент формирования совладания с чувством одиночества. При этом подчеркивается необходимость формирования у подростков навыков и умений управлять своими эмоциями и чувствами, находить свое место в обществе и взаимодействовать с другими людьми.

Ключевые слова: одиночество, личностные факторы, подростковый возраст, психические состояния, я-концепция.

Актуальность исследования обусловлена тем, что в настоящее время в социуме проблема одиночества подростков остается нерешенной, хотя именно люди из данной возрастной группы наиболее глубоко переживают одиночество. Если ребенку

12–17 лет, полностью поглощенному этим чувством, не оказать своевременно психологическую помощь, то могут возникнуть различные отрицательные последствия (вплоть до девиантного и делинквентного поведения).

Пандемия и различные негативные процессы и явления, характерные для современного общества, вызвали распространение и усиление чувства одиночества среди представителей разных возрастных групп. Однако среди подростков данное состояние встречается чаще и переживается ими острее в силу специфики возраста.

В среде ученых в последние годы возрастает интерес к проблеме личностных факторов (таких как самоотношение, тревожность, общительность, уверенность в себе, чувствительность), детерминирующих формирование чувства одиночества у подростков.

Углубление понимания сущности переживания одиночества позволяет выработать лучшие стратегии его преодоления, применимые в современной, лишенной стабильности и определенности социальной ситуации.

Теоретический обзор. В подростковом возрасте чувство одиночества переживают по-разному, соответственно, проявляется оно также по-разному. Для каждого подростка одиночество приобретает личностную значимость, отражающую внутренний мир. В научной сфере существует множество подходов к проблеме одиночества, например его рассматривают в целом как феномен, но, по нашему мнению, наиболее емкой является теория, принадлежащая И.С. Кону. Он связывал одиночество с самосознанием личности, или я-концепцией. В психологической науке я-концепция – это устойчивая и осознанная система представлений индивида о себе. Согласно характеристике возрастного периода, именно самосознание выступает центральным новообразованием подросткового возраста [1; 4; 17]. Как пишет И.С. Кон, «... “Я” подростка еще расплывчато, нередко переживается как беспокойство, внутри ребенка борются два человека: “внешний” и “внутренний”. Из-за этого часто возникает чувство одиночества» [11, с. 203].

В рамках я-концепции, как правило, самосознание рассматривают через призму самооценки. Согласно исследованиям [2; 3; 6; 11; 15; 21], подростки с адекватной самооценкой воспринимают одиночество как возможность изолироваться, чтобы постигнуть суть своего существования. В случае неадекватной самооценки (завышенной или заниженной) у подростка наблюдается рассеивание (диффузия) самосознания, что приводит к негативному переживанию одиночества.

При завышенной самооценке обычно возникают нарушения при построении межличностных взаимоотношений и взаимодействия с другими людьми, особенно со сверстниками, в результате чего эгоистичный и, возможно, агрессивный подросток будет все сильнее ощущать одиночество. При заниженной самооценке подросток неуверен в себе, не пользуется общественным признанием и симпатиями, становится аутсайдером (изгоем) среди ровесников, что также обостряет чувство одиночества. Исходя из этого, можно сделать вывод, что самооценка играет неоднозначную роль при формировании чувства одиночества: она может выступать и как предиктором самосознания, и как фактором, усугубляющим рассматриваемое чувство в подростковом возрасте.

Выделяют множество факторов, детерминирующих развитие чувства одиночества как психоэмоционального состояния, однако все их можно разделить на две группы: личностные и ситуационные. Ко второй группе обычно относят неустойчивую или неблагоприятную социально-психологическую ситуацию (развод родителей, переход в другую школу, трудности в общении с людьми и т. п.). В первую группу входят проявляющаяся интроверсия, тревожность (личностная и ситуативная),

эмоциональная неустойчивость, низкая самооценка, социальные фобии (быть не принятым или отвергнутым группой, быть изолированным), агрессивность, неспособность общаться со сверстниками и взрослыми, неадекватные притязания, наличие депрессивного состояния, конфликтонеустойчивость в общении и т. п. [2, с. 133; 5–8; 22]. Отметим, что обе группы факторов неразрывно связаны и полностью определяют чувство одиночества в подростковом возрасте.

Одиночество как субъективное переживание отличается от других психических состояний и может рассматриваться как модель когнитивного диссонанса. Согласно теории указанного диссонанса (авторы – Л.Э. Пепло, Л. Фестингер, Э. Аронсон и др.), этот диссонанс обуславливает одиночество как состояние и как реакцию на конфликт между внешним, реальным и внутренним при построении межличностных отношений. Эмоциональные признаки одиночества часто бывают нечеткими, поэтому данный феномен обычно трактуется как тяжелое эмоциональное переживание, несмотря на то, что многие исследователи не отождествляют эмоции с чувством одиночества.

Ф. Шейвер и К. Рубинстайн «... выделили четыре группы эмоций, которые могут быть связаны с одиночеством. Хотя переживание отрицательных эмоций и подводит людей к мысли о том, что “что-то не так” в их жизни, оно не приводит непосредственно к самодиагнозу именно одиночества, а не какого-то другого состояния – физического недомогания, депрессии, переутомления и т. д.» [11, с. 204].

При переживании чувства одиночества подростки могут чувствовать себя никому не нужными, нелюбимыми. Исследования, направленные на выявление причинно-следственной связи феномена одиночества с другими психическими состояниями, показали, что поведенческая модель одиночества индивидуальна и может сопровождаться различными психоэмоциональными реакциями (от депрессии или враждебности до суицидальных моделей поведения).

В момент зарождения негативных эмоциональных реакций возможны появление и развитие первоосновы одиночества, а именно такого внутреннего психического состояния, как самоотчуждение. Особенно ярко проявляется данное явление в подростковом возрасте, когда подросток не принимает себя либо ровесники, родители, микросоциум (все вместе, каждый по отдельности или в любой комбинации) отвергают его. Первым ученым, который стал изучать феномен самоотчуждения, или отчуждения личности, стал К. Роджерс, который отличал одиночество как отчуждение личности от других видов одиночества. К. Роджерс и Дж. Уайтхорн полагали, что одиночество является результатом диссонанса между идеальным и реальным Я [11, с. 205].

С целью коррекции и профилактики возникновения чувства одиночества у подростков необходимо проводить психокоррекционные мероприятия различного характера. Наиболее часто применяют различные психотренинги и психотехники [14], направленные на психокоррекцию этого чувства у указанной категории детей через формирование потребности в общении, активного участия в межличностных отношениях и взаимодействии, формирование конформизма, эмпатии, социальной идентичности. Благодаря этому у подростков может развиться способность к совладанию с чувством одиночества; это состояние может как исчезнуть, так и трансформироваться в другое.

Выводы. Переживание одиночества в подростковом возрасте, как особое психологическое явление, привлекает внимание специалистов из различных областей науки и до сих пор остается предметом многих психологических исследований. В силу особенностей подросткового возраста переживание одиночества обладает рядом специфичных черт, поэтому как никогда актуальна необходимость практической деятельности школьного психолога. В частности, он должен проводить

психологическое сопровождение детей подросткового возраста как наиболее чувствительных к переживанию одиночества с целью коррекции и профилактики.

Заключение. Феномен одиночества представляет собой сугубо субъективное переживание. Особую остроту проблема одиночества приобретает в подростковом возрасте, так как ребенок 12–17 лет наиболее тяжело переживает рассмотренное состояние. Негативными последствиями вовремя не устраненного или трансформированного чувства одиночества являются фрустрационное состояние, потеря внутренней целостности, нарушение социального общения, асоциальное поведение (наркомания, алкоголизм, сектанство и т. п.), суицидальное поведение или вступление в различного рода криминальные сообщества. Часто состояние одиночества вызывает у подростков развитие отчуждения, депрессии, нарушение самооценки и т. п. Для снижения риска развития чувства одиночества в подростковом возрасте необходимо в рамках образовательной среды и государственной молодежной политики своевременно проводить превентивные мероприятия, направленные на коррекцию и профилактику переживания чувства одиночества среди указанной категории граждан.

Библиографический список

1. Волков Б.С. Психология подросткового возраста: учебное пособие. М.: Академический проект, 2017. 240 с.
2. Воробьева М.В. Личностные особенности подростков, переживших состояние одиночества // Психология трудного детства: материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 15-летию научной школы доктора психологических наук, профессора, академика АПСН и РАН, заслуженного деятеля науки и образования, заслуженного работника высшей школы РФ Р.В. Овчаровой. Курган: КГУ, 2014. С. 132–137.
3. Вильдгрубе С.А. Чувство одиночества и агрессивности в подростковом возрасте // Донецкие чтения 2018: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности / под общ. ред. С.В. Беспаловой. Донецк: ДонНУ, 2018. Т. 5. С. 167–170.
4. Гефеле О.Ф. Феноменологические характеристики одиночества как субъективного переживания // Вестник Тверского государственного технического университета. Серия «Науки об обществе и гуманитарные науки». 2022. № 3 (30). С. 62–67.
5. Голубь О.В., Тукузова А.А. Влияние переживания одиночества на социальные страхи у подростков // Поиск (Волгоград). 2018. № 1 (8). С. 87–91.
6. Дементий Л.И., Коротеева Е.М. Личностные типы и социально-психологические детерминанты одиночества в подростковом возрасте // Омский научный вестник. 2010. № 4 (89). С. 97–101.
7. Дубровина С.В., Климонтова Т.А., Чепурко Ю.В. Специфика переживания состояния субъективного одиночества у интеллектуально одаренных подростков // Успехи современной науки и образования. 2017. Т. 1. № 1. С. 186–189.
8. Забабурина О.С. Особенности одиночества в подростковом возрасте // Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2018. № 1 (78). С. 243–245.
9. Заботкин М.В. Влияние социальных сетей на психику как источник одиночества в подростковом возрасте // Modern Science. 2021. № 1-2. С. 372–375.
10. Закаров Т.А., Кобегкаева Э.М. Психологические стратегии преодоления одиночества в подростковом и юношеском возрасте // Развитие профессионализма. 2017. № 2 (4). С. 102–104.

11. Кошкарров В.И., Бородина В.Н., Кадетова Л.А. Исследование взаимосвязи одиночества и самооценки у подростков // Сибирский педагогический журнал. 2013. № 3. С. 201–205.
12. Мишина М.М., Григорьева С.И., Губанова А.В. Интернет-зависимость и переживание одиночества современным молодым человеком // Гуманитарное пространство. 2018. Т. 7. № 3. С. 504–514.
13. Молчанов С.В. Психология подросткового и юношеского возраста: учебник для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2016. 351 с.
14. Навайтис Г. Профессиональная психологическая помощь подростку: монография. М.: МПСИ, 2007. 215 с.
15. Парамонова Ю.А., Лукашенко Т.А. Переживание одиночества подростками с разными характеристиками самоотношения // Синергия наук. 2017. № 13. С. 415–425.
16. Петухова Л.П., Серегина Н.В., Степченко Т.А. Чувство одиночества и внутриличностные конфликты в старшем подростковом возрасте // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 63-3. С. 304–307.
17. Психология подростка: учебник / под ред. А.А. Реана. СПб. – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК: ОЛМА-ПРЕСС, 2003. 480 с.
18. Рогова Е.Е. Взаимосвязь одиночества и я-концепции в подростковом возрасте // Мир науки. Педагогика и психология. 2021. Т. 9. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN621.pdf> (дата обращения: 22.01.2023).
19. Рябинина Е.В., Бахтина С.В. Проблема одиночества в подростковом возрасте // Меридиан. 2019. № 15 (33). С. 486–488.
20. Чижова Е.А. Феномен одиночества в подростковом возрасте // Бюллетень медицинской науки. 2020. № 1 (17). С. 55–56.
21. Шейхова М.С., Жукова К.В. Взаимосвязь переживания чувства одиночества и самооценки в подростковом и юношеском возрасте // Междисциплинарный вектор развития современной науки: теория, методология, практика: сборник статей II Международной научно-практической конференции. Петрозаводск: ИП Ивановская И.И., 2020. С. 152–155.
22. Шилиева И.Ф. Переживание одиночества в подростковом возрасте: половые и возрастные особенности // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2018. № 4 (35). С. 8–87.

PERSONAL FACTORS DETERMINING THE FORMATION OF A STATE OF LONELINESS IN ADOLESCENTS

O.F. Gefele

Tver State Technical University, Tver

***Abstract.** The article emphasizes the importance of studying the problem of loneliness that occurs in adolescence. It is indicated that people of this age group, unlike other groups, are sensitive to the experience of loneliness, as they are characterized by psychological insecurity, lack of formation of the emotional sphere, maladaptation, which can eventually lead to dangerous consequences. A brief theoretical analysis of the manifestations of loneliness in adolescents is carried out. The importance of personal factors in the formation of feelings of loneliness is emphasized. Attention is focused on the self-concept as a system-forming personal factor in the development of loneliness in children at this age. Based on the analysis, the phenomenon of loneliness in adolescence is interpreted as*

a model of cognitive dissonance. Psychocorrective measures are considered as a tool for the formation of coping with the feeling of loneliness. At the same time, the need for the formation of management skills and abilities in adolescents is emphasized.

Keywords: *loneliness, personality factors, adolescence, mental states, self-concept.*

Об авторе:

ГЕФЕЛЕ Ольга Фридриховна – кандидат философских наук, доцент кафедры психологии, истории и философии, Тверской государственной технической университет, Тверь, Россия; e-mail: helga2003@mail.ru

About the author:

GEFELE Olga Fridrikhovna – candidate of philosophical sciences, associate professor of the department of psychology, history and philosophy, Tver State Technical University, Tver, Russia; e-mail: helga2003@mail.ru

УДК 159.9

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ

С.И. Филиппченкова, В.Ф. Мартюшов

Тверской государственной технической университет, г. Тверь

© Филиппченкова С.И., Мартюшов В.Ф., 2023

DOI: 10.46573/2409-1391-2023-2-63-66

Аннотация. *В статье рассматривается проблема социально-психологической адаптации студентов в вузе. Особое внимание уделяется начальному этапу обучения. Указывается ряд условий учебной деятельности и образовательной среды, оказывающих непосредственное влияние на адаптационные возможности студенческого контингента. Приводятся факторы, обуславливающие позитивное или негативное протекание изучаемого нами процесса. Раскрываются психологические механизмы личности, определяющие успешность адаптации.*

Ключевые слова: *адаптация, адаптационный потенциал, образовательная среда, социально-психологическая адаптация, условия среды.*

В настоящее время раскрытие вопросов успешной адаптации человека к различным условиям среды не теряет своей актуальности. Интерес ученых обусловлен рядом обстоятельств: высоким темпом жизни, необходимостью проявлять активность или гибкость в общении, привыканием к техническим инновациям и др. Быстрая адаптация к особенностям определенной системы становится решающим фактором в достижении поставленных целей и решении приоритетных задач. Указанные закономерности характерны и для современной образовательной среды [6]. Своевременная адаптация студентов, особенно ее положительное течение, дает возможность усвоить профессиональные знания на качественном уровне, выстроить адекватные взаимоотношения со сверстниками и преподавательским составом, с оптимизмом смотреть в будущее [1].