

UDK 159.922.8  
DOI 10.26565/2410-1249-2023-19-03

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СУБ'ЄКТИВНОГО ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ<sup>†</sup>

**Лісеная А.М.**

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна  
пл. Свободи 4, Харків, 610022, Україна*

*E-mail: lisenaya301163@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-9496-0253>*

**Лісеній Є.В.**

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна  
пл. Свободи 4, Харків, 610022, Україна*

*E-mail: liseniy.evgeniy@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-9031-9060>*

**Кашавцева А.С.**

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна  
пл. Свободи 4, Харків, 610022, Україна*

*E-mail: nastakashav@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0003-6181-6492>*

Стаття присвячена дослідженню психологічних чинників суб'єктивного почуття самотності у підлітків. У статті представлено теоретичний аналіз дослідження феномену самотності, а також дані емпіричного дослідження даного феномену у осіб юнацького віку. Факторами, що обумовлюють актуальність вивчення даного психологічного явища є ситуація війни в Україні, вимушене переселення та переїзд у нове місто, чи навіть в іншу країну, дистанційне навчання підлітків, розрив стосунків та розлученням сімей, потреба в налагодженні нових соціальних зв'язків. Часто почуття самотності вважається проблемою старших поколінь, але у сучасних умовах все частіше саме підлітки гостро відчувають себе самотніми. На появу почуття самотності, окрім зовнішніх об'єктивних причин також можуть впливати і внутрішньо-особистісні фактори, а саме їх вивчення дозволяє більш глибоко оцінити весь масштаб та створити певну основу для дослідження феномену. Особливості самотності підлітків викликані корінними змінами у афективній, мотиваційній та поведінковій сферах життя і вплив цього стану на їх соціалізацію. У статті розглянуті різні теоретичні підходи до поняття самотності в психологічних дослідженнях. Виявлено, що до симптомокомплексу поняття самотності входять: відчуття психологічної відчуженості, не здатність до нормальної побудови відносин, не здатність формувати міцні прив'язаності. Розглянуто такі типи самотності як: хронічна, ситуативна та тимчасова. Окреслені особливості переживання почуття самотності саме у підлітковому віці. Визначені чинники, що впливають на виникнення почуття самотності у підлітковому віці. Емпірично досліджені такі психологічні чинники суб'єктивного почуття самотності у підлітків як особистісна та ситуативна тривожність, показники агресивності, рівень самооцінки, рівень товариськості у підлітків.

**Ключові слова:** *почуття самотності, усамітнення, підлітковий вік, агресія, психологічні чинники, тривожність, самооцінка, товариськість*

Поняття самотності у сучасній психології є однією з ключових проблем людства. За останні роки люди пережили багато потрясінь та заборон, що повністю змінили їх звичний ритм життя. Пандемія COVID 19, війна в Україні, життя в умовах евакуації, дистанційне навчання – все це стало плацдармом для розлучення близьких людей, неможливістю вільно подорожувати, відвідувати звичні місця, проводити час з рідними та друзями та знайомитись із новими людьми.

Все це стало причиною актуалізації почуття самотності у людей, не залежно від їхнього віку та соціального статусу. Спільна проблема та значні обмеження створили умови для виникнення психологічних та соціальних проблем, і головна з них – самотність. Беручи до уваги всі ці фактори можна стверджувати, що: «самотність є об'єктивною психологічною проблемою сучасності та зумовлює актуальність розкриття теоретичної сутності і визначення цього поняття» (Bashmanivska, 2015).

У наукових роботах зарубіжних психологів розкриття феномену самотності можна спостерігати починаючи з 50-х років минулого сторіччя. До науковців, що вивчали та досліджували проблематику самотності можна віднести таких психологів, як: Г. Зілбург, Р.С. Вейс, Т.Б. Джонсон, К. Роджерс, Г. Саліван, К.Е. Мустакас, Л.Е. Попелу, Д. Рісмен, У.А. Садлер, П.Є. Слейтер тощо.

У сучасній психології великий прорив у дослідженні цього поняття зробили ті представники, які вважають почуття самотності нормальним та навіть позитивним явищем, що має переживати кожна людина і який необхідний для правильного функціонування особистості. Також слід звернути увагу на дослідження Рокач і Брока, завдяки яким ми можемо досліджувати певні фактори самотності та навіть вбачати шляхи подолання цього поняття (Huseinova, 2013).

Проте, не зважаючи на великий потенціал та безліч досліджень теми, до сьогодні точно не визначено

<sup>†</sup> **How to cite:** Lisenaya, A., Liseniy Ye., Kashchavtseva, A. (2023). Psychological factors of subjective loneliness feelings in adolescents, *Psychological Counseling and Psychotherapy*, (19), 21-28. <https://doi.org/10.26565/2410-1249-2023-19-03> (in Ukrainian)

**Як цитувати:** Лісеная А.М., Лісеній Є.В., Кашавцева А.С. (2023). Психологічні чинники суб'єктивного почуття самотності у підлітків, *Психологічне консультування і психотерапія*, (19), 21-28. <https://doi.org/10.26565/2410-1249-2023-19-03>

© Лісеная А.М., Лісеній Є.В., Кашавцева А.С., 2023

поняття самотності – це норма сучасної людини, чи все ж таки патологічне утворення, що може лікуватись та його необхідно позбутись. Саме тому, тема дослідження самотності є настільки актуальною у сучасному світі.

У психології, поняття самотності ще досі не є однозначним. Кожний психологічний підхід чи школа намагається показати та пояснити це поняття із власного погляду, але завжди це є лише частиною цього поняття та завжди представники інших шкіл мають можливість доповнити або критикувати визначення попередників. Саме тому у сучасній психології досі немає окремого визначення цього поняття та не існує точного розуміння феномену у повному обсязі, оскільки кожен розглядає самотність не як самостійний феномен психіки, а як частину чи наслідок більш масштабного психологічного поняття, що не може бути таким (Huseinova, 2013).

Дослідження феномену самотності відбувались у декількох підходах, таких як: психодинамічний підхід; феноменологічний; екзистенційно-гуманістичний; соціологічний; інтеракціоністичний; когнітивний; інтимний; теоретико-системний.

Г. Зілбург був чи не найпершим, хто фундаментально розглянув питання самотності та надав йому стислий психологічний аналіз. На його думку у природі цього поняття є два феномени, що розрізняються у дослідженні. Це поняття самотності та усамітнення. Де усамітнення – це нормалізоване почуття, що виникає у кожній людини, що втратила конкретну людину у своєму житті. Скоріше це можна висловити як «туга» за конкретною людиною через певні обставини (Bonchuk, 2016).

Г. Салліван казав, що проблеми самотності починаються в далекому дитинстві, оскільки вбачав проблематику багатьох патологічних станів дорослої людини через отримання певних патернів поведінки у дитячому віці (Lohvinova, 2005).

У свої роботах, К. Роджерс вказував, що: «самотність - прояв слабкої пристосованості особистості, причина якої знаходиться всередині індивіда, у феноменологічних невідповідностях уявлень про власне «Я» (Nykonenko Yu.V., 2012).

В Україні питання самотності розглядали такі вчені як: Р.В. Шмельов, Г.А. Гаврилова, Т.Ю. Довбій, Б.М. Мастеров, Т.І. Гольман, М.А. Іванов, Я.О. Овсяннікова, С.Г. Корчагіна (Bedlinskyi O.I., 2011).

Дослідивши всі можливі точки зору з приводу поняття самотності, можна прийти до висновку, що загалом існує всього два підходи до вивчення та дослідження цього питання і всього два тлумачення поняття самотності.

Самотність – це стан людини, що суперечить її суто соціальній суті виживання, життя та комфорту, коли природне бажання та жага до спілкування, створення міцних зв'язків із іншими не втілена. Технічно, це розлад всередині особистості, що дає їй відчуття неповноцінності, невпевненості та несхожості з іншими представниками групи (Movchan, 2009). Такий підхід до розуміння проблематики самотності можна побачити у психодинамічних, інтеракціоністських,

когнітивних, системних, феноменологічних, інтимних, соціологічних та міждисциплінарних підходах.

Самотність – це амбівалентний феномен, що може виступати як у негативному ключі, та давати людині негативні враження, засмучувати, змушувати впадати у відчай та відчувати страх, так і полем для самопізнання, відкриття нового, навчання та рефлексії. Самотність у цих підходах не є однозначною та є нормою людського життя, періодом, що необхідний кожній людині для розвитку та самореалізації (Aivazian, 2013).

Загалом, поняття самотності вивчено не до кінця, а якщо говорити про почуття самотності у підлітків - то, майже не вивчена.

А. Реан у своїх дослідженнях зазначав, що: «особливості самотності підлітків з 11 років, викликані корінними змінами у афективній, мотиваційній та поведінковій сферах життя і вплив цього стану на їх соціалізацію» (Pavelkiv, 2015).

Дж. Мак-Дауелл та Б. Хостетлер у своїх дослідженнях вказують, що: «низька самооцінка, включаючи негативне ставлення до свого власного тіла, статі, зовнішнього вигляду, поведінки або функціонування, сприяють виникненню зон уразливості молоді особистості, що розвиває почуття самотності» (Palmarchuk, 2012).

Отже, розвиток особистості підлітка загалом складається з формування самосвідомості та визначення власного місця у житті та створення адекватного уявлення про себе та самооцінку. Все це є поштовхом до правильного та гармонійного спілкування та місця у соціумі. В протизагу цьому виступає самотність, що є показником недостатньо правильно сформованого кола спілкування та самосвідомості.

Так само, як і в дорослих, самотність підлітка може бути і позитивною, що штовхає його до саморозвитку та самовдосконалення, заради того, аби були зміни у його житті та самопочутті (Pomazova, 2013).

В психології поняття самотності прийнято вважати: станом, настроєм, життєвою позицією, почуттям, тощо. Дж. Янг у свої роботах зазначав, що: «існують такі причини самотності як: труднощі залишатися сам на сам із собою, страх оцінок і засудження, страх бути неприйнятним, знехтуваним, невміння вибирати оточення, недовіра до людей, страх емоційної близькості, труднощі психосексуальної сфери, навички спілкування, високі, нереалістичні очікування від людей, схильність до самоствердження через інших людей, використання інших в своїх цілях» (Pomazova, 2013).

Отже, самотність – це форма сприйняття самого себе як окремої одиниці суспільства та форма самосвідомості. Її можна характеризувати як відчуження особистості від соціуму (що може бути як добровільним так і небажаним), що провокує негативні емоційні прояви та змушує людину перебувати у стані гострої апатії та спиратись на власні життєві показники. Самотність є індивідуальною ознакою конкретної людини у конкретний проміжок часу, і хоча людина може відчувати негативні емоції під час переживання

цього стану – частіше за все це певний життєвий етап, що дозволяє людині розвиватись, покращувати себе та свої навички.

Усамітнення ж в свою чергу – це рішення, що людина приймає стосовно свого соціального становища зараз та приймає вона його виходячи з міркувань власного комфорту та може не відчувати самотності взагалі. Саме тому ці поняття протилежні та не мають жодного зв'язку.

Переживання цього стану може бути необхідним та стати рушійною силою для внесення змін у власне життя, самореалізації або пошуку власного «я».

В емпіричному дослідженні психологічних чинників суб'єктивного почуття самотності вибірку досліджуваних склали 68 підлітків, віком від 13 до 16 років, які були розподілені на дві діагностичні групи за критерієм статі. До першої групи увійшли 32 дівчинки віком від 13 до 16 років, а до другої групи увійшли 36 хлопчиків, віком від 14 до 16 років. Досліджувані підлітки є учнями різних загальноосвітніх шкіл міста Харкова. Тестування проходили у режимі онлайн за погодженням батьків.

Для досягнення поставленої мети статті були проведені наступні діагностичні методики: Методика діагностики рівня суб'єктивного почуття самотності Д. Рассела і М. Фергюсона використана для визначення, наскільки досліджувані підлітки відчують себе самотніми. Шкала особової і ситуативної тривожності Ч. Спілбергера-Ханіна використана для дослідження двох векторів тривожності досліджуваних підлітків – тривожності, яка існує в них на актуальний момент та тривожності як особистісної риси. Опитувальник агресивності Басса-Даркі, використаний для діагностики особливостей агресивності досліджуваних підлітків за певними факторами. Опитувальник «Діагностика рівня

самооцінки» Г. Казанцевої, використаний для визначення рівня самооцінки досліджуваних підлітків. В даному випадку низька самооцінка може бути психологічним чинником підвищення суб'єктивного почуття самотності у підлітковому віці. Тест на оцінку рівня товариськості В. Ряховського використаний для визначення рівня такого психологічного феномена як товариськість, що притаманний досліджуваним дівчатам та хлопцям підліткового віку. Даний чинник може суттєво впливати на суб'єктивне почуття самотності, оскільки сама по собі товариськість передбачає вміння вдало встановлювати контакти із іншими, підтримувати спілкування, бути цікавим для оточуючих. У свою чергу, низький рівень товариськості, невміння та небажання спілкуватися із іншими може призвати саме до виникнення високого рівня суб'єктивного почуття самотності. Для математичної обробки отриманих статистичних даних використані такі методи математичної статистики як кореляційний аналіз (метод кореляцій рангів Ч. Спірмена) та порівняльний аналіз (U-критерій Манна-Уїтні). Завдяки дескриптивній статистиці у дослідженні оброблені наявні дані за групами досліджуваних, відокремлені середні показники за групами, стандартні відхилення, побудовані таблиці та графіки для наочного представлення результатів.

Отримані результати діагностичного тестування підлітків щодо психологічних чинників їхнього суб'єктивного почуття самотності показали наступне. Першими нами були проаналізовані саме показники суб'єктивного почуття самотності. Результати дослідження за методикою діагностики рівня суб'єктивного почуття самотності Д. Рассела і М. Фергюсона та порівняльний аналіз показників дівчат та хлопців підліткового віку були представлені нами у таблиці 1.

**Таблиця 1.** Результати дослідження за методикою діагностики рівня суб'єктивного почуття самотності Д. Рассела і М. Фергюсона/The results of the follow-up on the method of diagnosing the equalness of the subjective sense of self-esteem by D. Russell and M. Ferguson

	Дівчата		Хлопці		Порівняльний аналіз	
	Середнє	Ст. відх.	Середнє	Ст. відх.	U	p
Суб'єктивне Почуття самотності	25,46	19,46	21,22	15,25	512,00	0,43

За результатами дослідження ми можемо говорити про середній рівень самотності, що характерний як для дівчат так і для хлопчиків підліткового віку. Такий стан може бути опосередкований зовнішньою кризовою ситуацією в оточенні досліджуваних підлітків. Виходячи з того, що досліджувані знаходяться у ситуації воєнного конфлікту в країні, підлітки знаходяться на дистанційному навчанні, не мають можливості повноцінно спілкуватися із однолітками, деякі з них відірвані від власних батьків.

Також слід зазначити, що підлітковий вік загалом є періодом об'ємних змін, що опосередковує відчуття самотності у підлітків, розвиток думок щодо нерозуміння своєї особистості та переживань у стосунках з дорослими. Сьогодні такі переживання додатково підкріплюються

зовнішньою ситуацією війни та статусом переселенців.

Кореляційний аналіз показників особистісної і ситуативної тривожності та суб'єктивного почуття самотності у досліджуваних підлітків дав наступні результати, які представлені у таблиці 2.

За результатами кореляційного аналізу не було виявлено статистично значущих показників зв'язку. Тож ми можемо говорити, що підвищення тривожності, у даному випадку, опосередковане не наявністю суб'єктивного почуття самотності. Слід сприймати тривожність, як ситуативну, так і особистісну, як реакцію досліджуваних підлітків на зовнішні чинники, що наразі несуть досить реальну та суттєву небезпеку для їхнього життя і здоров'я, для життя їхніх близьких та друзів, а також реакцію на переживання досить складного періоду життя.

**Таблиця 2.** Результати кореляційного аналізу показників суб'єктивного почуття самотності та особистісної і ситуативної тривожності підлітків / The results of correlation analysis of indications of subjective self-feeling and special and situational anxiety

	Суб'єктивне почуття самотності		р
	Дівчата (r)	Хлопці (r)	
Ситуативна тривожність	-0,129	0,092	<,0500
Особистісна тривожність	0,007	-0,072	<,0500

Наступними були проаналізовані показники агресивності за опитувальником агресивності Басса-

Даркі у досліджуваних підлітків. Результати дослідження представлені у таблиці 3.

**Таблиця 3.** Результати дослідження за опитувальником агресивності Басса-Даркі /The results of the follow-up of the Bassa-Darka aggressiveness breeder

	Дівчата		Хлопці		Порівняльний аналіз	
	Середнє	Ст. відх.	Середнє	Ст.відх.	U	р
Фізична агресія	5,06	2,90	5,14	2,61	573,00	0,97
Непряма агресія	3,94	2,55	3,86	2,49	566,00	0,90
Роздратування	4,75	3,22	5,33	3,15	512,00	0,43
Негативізм	2,25	1,30	2,14	1,27	546,50	0,72
Образа	3,72	2,07	3,78	2,06	570,50	0,95
Підозрілість	4,81	2,72	2,92	2,76	363,00*	0,01
Вербальна агресія	5,19	3,76	6,28	3,71	477,50	0,23
Почуття провини	2,94	2,18	3,36	2,92	550,50	0,75

Примітка: \* $p \leq 0,05$

За шкалою фізичної агресії для обох досліджуваних груп характерний середній рівень вираженості, що говорить про схильність досліджуваних підлітків до імовірного використання фізичної сили проти свого опонента.

За показниками непрямой агресії для обох груп досліджуваних підлітків характерний низький рівень вираженості, що говорить про те, що більшою мірою вони схильні діяти прямо, направляти власну агресію на саме джерело агресії.

За шкалою роздратування для досліджуваних підлітків обох груп також характерними є низькі показники, що говорить про скоріше не характерну для них грубість та запальність, вираженість у проявах агресії, схильність обдумувати, в який момент агресивний прояв буде доречним та які наслідки може за собою нести.

Негативізм підлітків виявляється на середньому рівні, тобто ми можемо говорити, що для досліджуваних притаманними є опозиційна манера у спілкуванні, особливо із батьками та авторитетними дорослими, створення опору загальним нормам та правилам, які, на думку підлітків, не входять до їхньої картини бачення світу.

Показники за шкалою образи відрізняються низькими значеннями для обох досліджуваних груп

підлітків, що говорить про відсутність відкритої ненависті до оточуючих їх людей, співрозмовників тощо.

Показники підозрілості для обох груп досліджуваних також відрізняються низьким рівнем вираженості. Проте ми можемо побачити, що у групі дівчат ці показники є вищими за показники групи хлопців ( $U = 363,0$ ,  $p \leq 0,05$ ). Тобто для дівчат більш характерними є схильність до обережності та недовіри у стосунках з іншими людьми, прагнення більш детально вивчати свого опонента, бути більш прискіпливими та пильними.

Шкала вербальної агресії також вказує на низьку схильність підлітків обох досліджуваних груп виражати свої негативні почуття через крик, вереск, нецензурну лексику.

Низькими показниками також відрізняється і такий вектор агресивності підлітків як почуття провини, тобто досліджувані підлітки не схильні мати переконання щодо того, що вони є поганими людьми і все на світі зло відбувається серед них.

Також було проведено порівняльний аналіз показників хлопчиків та дівчат за індексами агресивності та ворожості. Результати порівняльного аналізу представлені у таблиці 4.

**Таблиця 4.** Порівняльний аналіз показників підлітків за індексом агресивності та індексом ворожості /Porivnyalny analysis of indicators in pidlitkiv for the index of aggressiveness and the index of volatility

	U	р
Індекс ворожості	414,00*	0,05
Індекс агресивності	485,00	0,26

Примітка: \* $p \leq 0,05$

За результатами порівняльного аналізу було виявлено статистично значущий показник відмінності за індексом ворожості ( $U = 414,0$ ,  $p \leq 0,05$ ). Вищими показниками за даним критерієм відрізняються досліджувані дівчата, тобто саме дівчата є більш схильними до пильності та обережності, до сприйняття оточуючих як таких, хто потенційно може завдати їм зло.

Проте за результатами дослідження було виявлено, що не дивлячись на більш високий показник у дівчат, числове значення знаходиться в межах норми, тобто можна говорити про здорову життєву застережливість досліджуваних дівчат. Результати кореляційного аналізу показників агресивності та суб'єктивного почуття самотності у досліджуваних хлопчиків та дівчат підліткового віку представлені у таблиці 5.

**Таблиця 5.** Результати кореляційного аналізу показників суб'єктивного почуття самотності та агресивності підлітків /The results of correlation analysis of indications of subjective feelings of selfishness and aggressiveness of subjugations

	Суб'єктивне почуття самотності		P
	Дівчата (r)	Хлопці (r)	
Фізична агресія	0,070	0,334*	<,0500
Непряма агресія	0,348*	0,044	<,0500
Роздратування	0,289	0,391*	<,0500
Негативізм	0,005	-0,011	<,0500
Образа	0,045	0,207	<,0500
Підозрілість	-0,003	0,043	<,0500
Вербальна агресія	0,394*	0,388*	<,0500
Почуття провини	-0,039	-0,022	<,0500
Індекс ворожості	-0,039	0,122	<,0500
Індекс агресивності	0,083	0,110	<,0500

Примітка: \* $p \leq 0,05$

За результатами кореляційного аналізу, відображеними у таблиці, нами було виявлено наступні статистично-значущі показники кореляції.

Статично значущий зв'язок було виявлено між показниками фізичної агресії та суб'єктивним почуттям самотності у досліджуваних хлопчиків підліткового віку ( $r = 0,334$ ,  $p \leq 0,05$ ). Тобто ми можемо говорити про те, що нижча схильність до використання фізичної сили у конфліктних ситуаціях, схильність до стриманості опосередковує нижчий рівень суб'єктивного почуття самотності.

Статично значущий зв'язок було виявлено між показниками непрямої агресії та суб'єктивним почуттям самотності у досліджуваних дівчат підліткового віку ( $r = 0,348$ ,  $p \leq 0,05$ ). Тобто можна сказати, що прагнення дівчат направляти свою агресію на її фактичне джерело, вирішувати конфлікти напругу і бути більш відвертими опосередковує нижчий рівень суб'єктивного почуття самотності.

**Таблиця 6.** Результати дослідження за опитувальником «Діагностика рівня самооцінки» Г. Казанцевої /The results of follow-up for the nursery "Diagnostics of equal self-esteem" by G. Kazantseva

	Дівчата		Хлопці		Порівняльний аналіз	
	Середнє	Ст. відх.	Середнє	Ст. відх.	U	p
Рівень самооцінки	2,44	5,30	1,36	5,42	510,00	0,42

За результатами дослідження, відображеними у таблиці, можемо констатувати нормальний рівень самооцінки в обох діагностичних групах підлітків. Даний показник описує реальне та оптимальне ставлення досліджуваних підлітків до себе, відсутність схильності до дуже високих стандартів відносно себе, до яких вони, за своїми міркуваннями, або не зможуть дотягнутися ніколи або ж

дотягнулися без зайвих зусиль. Нормальна самооцінка у підлітків є критерієм адекватного ставлення до себе та до світу, схильність поважати себе такими, які є.

Результати кореляційного аналізу показників самооцінки та суб'єктивного почуття самотності у досліджуваних хлопчиків та дівчат підліткового віку представлені у таблиці 7.

**Таблиця 7.** Результати кореляційного аналізу показників суб'єктивного почуття самотності та самооцінки підлітків /The results of correlation analysis of indicators of subjective feelings of self-esteem and self-assessment of subdivisions

	Суб'єктивне почуття самотності		р
	Дівчата (r)	Хлопці (r)	
Рівень самооцінки	- 0,311*	- 0,389*	<,0500

Примітка: \* $p \leq 0,05$

За результатами кореляційного аналізу були виявлені статично значущі зворотні кореляційні зв'язки між показниками суб'єктивного почуття самотності та рівнем самооцінки у групі дівчат ( $r = - 0,311$ ,  $p \leq 0,05$ ) та групі хлопців ( $r = - 0,389$ ,  $p \leq 0,05$ ). Тобто, ми можемо зауважити, що більш високий рівень самооцінки особистості та характерні для нього впевненість,

відкритість, адекватність сприйняття себе, знижає ймовірність розвитку суб'єктивного почуття самотності.

Останніми були проаналізовані показники рівня товарищескості досліджуваних підлітків. Дані зібрані за допомогою тесту оцінки рівня товарищескості В. Ряховського. Результати дослідження представлені у таблиці 8.

**Таблиця 8.** Результати дослідження за тестом оцінки рівня товарищескості В. Ряховського /The results of the follow-up test for the assessment of the level of comradeship by V. Ryakhovsky

	Дівчата		Хлопці		Порівняльний аналіз	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх.	U	р
Рівень товарищескості	16,38	8,21	18,78	7,29	475,00	0,21

За результатами дослідження, відображеними у таблиці, можемо говорити про нормальний (середній) рівень товарищескості, характерний для досліджуваних підлітків обох діагностичних груп.

Слід зазначити, що досліджувані підлітки відрізняються своєю допитливістю, цікавістю до розмов із іншими, до їхньої думки, терпимістю у спілкуванні. При цьому такі підлітки мають схильність до відстоювання своїх кордонів та точки зору без особливих дратівливості та гніву, завжди можуть підібрати правильні слова. Вони відкриті до

нових контактів. На зустріч новому колу спілкування йдуть без особливих переживань. Але також відрізняються і тим, що досить екстремальні та екстравагантні витівки, занадто висока гучність для них є не прийнятною, вони люблять порядок, конкретику і не люблять відверту багатослівність.

Результати кореляційного аналізу показників товарищескості та суб'єктивного почуття самотності у досліджуваних хлопчиків та дівчат підліткового віку представлені у таблиці 9.

**Таблиця 9.** Результати кореляційного аналізу показників суб'єктивного почуття самотності та товарищескості підлітків / The results of the correlation analysis of indicators of subjective feelings of self-esteem and comradeship

	Суб'єктивне почуття самотності		р
	Дівчата (r)	Хлопці (r)	
Рівень самооцінки	- 0,532*	- 0,565*	<,0500

Примітка: \* $p \leq 0,05$

За результатами кореляційного аналізу нами було виявлено статично значущі зворотні кореляційні зв'язки між показниками суб'єктивного почуття самотності та рівнем товарищескості у групі дівчат ( $r = -0,532$ ,  $p \leq 0,05$ ) та групі хлопців ( $r = - 0,565$ ,  $p \leq 0,05$ ).

Тобто, можемо зауважити, що більш високий рівень товарищескості, із характерним для нього прагненням до спілкування, знаходження нових друзів, розширення кола свого спілкування, терпимість та відкритість у комунікації дозволяє підліткам почувати себе менш самотніми.

### Висновки

В результаті теоретичного аналізу нами було визначено, що самотність – це стан людини, що суперечить її суто соціальної суті виживання, життя та комфорту, коли природне бажання та жага до спілкування, створення міцних зв'язків із іншими не

втілена. До симптомокомплексу поняття самотності входять: відчуття психологічної відчуженості, не здатність до нормальної побудови відносин, не здатність формувати міцні прив'язаності. Існують такі типи самотності як: хронічна, ситуативна та тимчасова. Причинами самотності є: труднощі залишатися сам на сам із собою, страх оцінок і засудження, страх бути неприйнятним, знехтуваним, невміння вибирати оточення, недовіра до людей, страх емоційної близькості, труднощі психосексуальної сфери, навички спілкування, високі, нереалістичні очікування від людей, схильність до самоствердження через інших людей, використання інших в своїх цілях. Існування підліткової самотності – це особливість даного вікового періоду, який погіршує процес соціалізації та загальний настрій протікання підліткового віку, хоча цей вік і без нього є досить важким та непередбачуваним.

У дослідженні визначено, що суб'єктивне почуття самотності як у дівчат так і у хлопчиків підліткового віку виражений на середньому рівні. Такий стан може бути опосередкований зовнішньою кризовою ситуацією в країні та в оточенні досліджуваних підлітків. Виявлено наявність помірного рівня тривожності як ситуативної так і особистісної для обох груп досліджуваних. Підвищення тривожності, у даному випадку, опосередковане не наявністю суб'єктивного почуття самотності. Слід сприймати тривожність, як ситуативну, так і особистісну, як реакцію досліджуваних підлітків на зовнішні чинники, що зараз несуть реальну небезпеку для їхнього життя і здоров'я, а також реакцію на переживання досить складного періоду життя.

Визначено, що для дівчат та хлопців підліткового віку характерними є відсутність яскраво-вираженої агресивності, як фізичної так і вербальної, відсутність роздратування та негативізму, характерне пряме направлення агресивності на джерело її виникнення, схильність до конструктивного вирішення проблемних ситуацій, що викликають агресивність.

Виявлено нормальний рівень самооцінки в обох групах підлітків, що говорить про реальне та оптимальне ставлення досліджуваних до себе, відсутність схильності до дуже високих стандартів відносно себе, є критерієм адекватного ставлення до себе та до світу, схильність поважати себе.

Виявлено, що для дівчат та хлопців підліткового віку характерний нормальний рівень товариськості, тобто вони відрізняються своєю допитливістю, цікавістю до розмов із іншими, до їхньої думки, терпимістю у спілкуванні.

За результатами кореляційного аналізу було виявлено, що саме відсутність схильності до застосування фізичної сили, відкритість у власних переживаннях, вираженість у вирішенні складних ситуацій дозволяють підліткам відчувати себе менш самотніми. Також за результатами кореляційного аналізу було виявлено, що більш високий рівень самооцінки особистості та характерна для неї впевненість, відкритість, адекватність сприйняття себе знижують ймовірність розвитку суб'єктивного почуття самотності. Також за результатами кореляційного аналізу було виявлено, що більш високий рівень товариськості, із характерним для нього прагненням до спілкування, знаходженням нових друзів, розширенням кола свого спілкування, терпимість та відкритість у комунікації дозволяють підліткам почувати себе менш самотніми.

#### Список використаних джерел/References

Башманівська Я.В. (2015). *Самотність людини в умовах глобалізації* (дис. канд. філос. наук) Житомирський державний університет імені Івана Франка. Житомир, Україна. [Bashmanivska Ya. V. (2015). *Samotnist liudyny v umovakh hlobalizatsii* [Loneliness of a person in the conditions of globalization] (PhD Thesis), Zhytomyr: Zhytomyrskiy derzhavnyi universytet imeni Ivana Franka].

Гусейнова Н.О. (2013). Психологічний контекст феномену самотності. *Науковий вісник Херсонського державного*

*університету. Серія Психологічні науки*, (2), 14-16. [Huseinova N.O. (2013). Psychological context of the phenomenon of loneliness. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya Psykholohichni nauky*, 2, 14-16.

- Бончук Н.В. (2016). Суб'єктивне розуміння щастя сучасною молоддю та підлітками. *Молодий вчений*, (32), 542–547. [Bonchuk N.V. (2016). [Subjective understanding of happiness by modern youth and teenagers]. *Molodyi vchenyi*, (32), 542–547].
- Логвінова Д.В. (2005). Гендерні стереотипи старшокласників про соціальні ролі. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (702), 100–104. [Lohvinova D.V. (2005). Gender stereotypes of high school students about social roles]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V.N. Karazina. Seriya «Psykhohohiia»*, 702, 100–104.
- Никоненко Ю.В. (2012). Теоретичний аналіз проблеми дослідження самотності в сучасній психології. *Актуальні проблеми психології*, (35), 177-185. [Nykonenko Yu.V. (2012). Theoretical analysis of the problem of studying loneliness in modern psychology. *Aktualni problemy psykhohohii*, 35, 177-185.
- Бедлінський О.І. (2011). Проблема періодизації підліткового віку в сучасному суспільстві. *Практична психологія та соціальна робота*, (2), 49–54. [Bedlinskiy O.I. (2011). [The problem of periodization of adolescence in modern society. *Praktychna psykhohohiia ta sotsialna robota*, (2), 49–54.
- Мовчан М.М. (2009). *Самотність, як феномен буття особистості: монографія* (с 265). Полтава: РВВ ПУСКУ. [Movchan M.M. (2009). Loneliness as a phenomenon of being an individual. Poltava: RVV PUSKU]. (in Ukrainian)
- Айвазян Л.Ю. (2013). Особливості прояву самотності як психологічного явища. *Вісник Національного університету оборони України*, (36), 147-151. [Aivazian L.Yu. (2013). Peculiarities of the manifestation of loneliness as a psychological phenomenon. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 36(5), 147-151.
- Павелків В. (2015). Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології*, (30), 483-494. [Pavelkiv V. (2015). The specificity of the manifestation of aggression and destructive behavior in adolescence. *Problemy suchasnoi psykhohohii*, 30(5), 483-494. <http://problemps.kpnu.edu.ua/wpcontent/uploads/sites/5/8/2016/03/30-43.pdf>
- Палмарчук В.М. Психологічні чинники суб'єктивного почуття самотності студентської молоді. *Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки: тези доповідей XII міжнародної науково-практичної конференції молодих учених і студентів* (с. 180). 4-5 квітня 2012, Київ, Україна: Національний авіаційний університет [Palmarchuk V.M. (2012). Psychological factors of the subjective feeling of loneliness among student youth. Proceedings of the *Suchasni problemy nauky. Humanitarni nauky: tezy dopovidei KhII mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii molodykh uchenykh i studentiv (Ukraine, Kyiv, April 4-5, 2012)* (eds. M.S. Kulyk), Kyiv: Natsionalnyi aviatsiynyi universytet, pp. 180.
- Помазова О.В. (2013). Самотність як психологічний феномен. *Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка»*, (23), 206–214. [Pomazova O.V. (2013). Loneliness as a psychological phenomenon. *Naukovi zapysky. Seriya «Psykhohohiia i pedahohika»*, 23. 206-214.

**PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SUBJECTIVE LONELINESS FEELINGS IN ADOLESCENTS****Alla M. Lisenaya***V. N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine***Yevhen V. Lisenyi***V. N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine***Kashchavtseva S. Anastasiia***V. N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine*

This article investigates psychological causes of subjective loneliness feelings in adolescents. It presents a theoretical analysis of the loneliness phenomenon, as well as empirical research of this phenomenon in young people. The relevance of studying this psychological phenomenon is determined by the war in Ukraine, forced resettlement, and moving to a new city, or even to another country, distance learning, broken relationships and family separations, and the need to establish new social connections. Loneliness is often considered a problem of older generations, but under current conditions, it is adolescents who increasingly feel lonely. In addition to external objective reasons, individual factors may also affect the development of loneliness. Studying these factors allows for a more in-depth assessment of the scale of loneliness and creates a stronger basis for studying the phenomenon. The characteristics of adolescent loneliness stem from fundamental changes in the affective, motivational, and behavioral spheres of life and the impact of this state on socialization. The article discusses various theoretical approaches to the concept of loneliness in psychological research. The results indicate that the symptom complex of the loneliness concept includes a sense of psychological alienation, the inability to build normal relationships, and the inability to form strong attachments. The article considers three types of loneliness: chronic, situational, and temporary, and outlines characteristics of loneliness feeling experiences in adolescence. The article also identifies factors that influence the development of loneliness in adolescence. In addition, the article empirically studies psychological factors of subjective loneliness in adolescents, including personal and situational anxiety, indicators of aggressiveness, level of self-esteem, and level of sociability in adolescents.

**Keywords:** *feeling of loneliness, isolation, adolescence, aggression, psychological causes, anxiety, self-esteem, sociability*

The article was received by the editors 21.04.2023 (Стаття надійшла до редакції 21.04.2023)

The article is recommended for printing 26.05.2023 (Стаття рекомендована до друку 26.05.2023)

---