

# СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ПСИХОЛОГИИ

УДК 316.614.5; 159.99

DOI 10.26425/1816-4277-2020-1-177-181

## Дедов Николай Петрович

канд. психол. наук, ФГОБУ ВО  
«Финансовый университет  
при правительстве Российской  
Федерации», г. Москва,  
Российская Федерация  
**ORCID:** 0000-0002-5243-8720  
**e-mail:** vedun60@yandex.ru

## Комиссарова Ольга

Александровна  
канд. психол. наук, ЧОУВО  
«Московский университет  
им. С. Ю. Витте», г. Москва,  
Российская Федерация  
**ORCID:** 0000-0002-1311-9559  
**e-mail:** ol.komissarova@list.ru

## СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОДИНОЧЕСТВА У СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

**Аннотация.** Рассмотрена актуальная социально-психологическая проблема возникновения одиночества у современных подростков. Условия жизни в настоящее время характеризуются высоким уровнем развития информационных технологий. Как следствие, происходит формирование нового мышления, новых стратегий поведения, которые отражаются на процессе социализации индивида. Отмечено, что в связи с интенсивной цифровизацией общества, возникают предпосылки для социальной изоляции отдельного субъекта, формирования одиночества. Наиболее ярко это проявляется у подрастающего поколения, так как оно более чувствительно к социальным изменениям. Для изучения данного явления было проведено эмпирическое исследование отношения подростков к одиночеству и его взаимосвязи с коммуникативными способностями. В качестве методов исследования использованы психодиагностические методики: шкала одиночества «UCLA» Д. Рассела, Л. Пепло, М. Фергюсона и опросник «КОС». Для количественного анализа полученных данных применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Анализ результатов позволил установить наличие у современных подростков одиночества, которое взаимосвязано со снижением у них коммуникативных способностей. Полученные результаты можно использовать в практической деятельности социальных психологов, педагогов и воспитателей.

**Ключевые слова:** одиночество, подросток, кризис, социализация, общение, Интернет, коммуникация.

**Цитирование:** Дедов Н.П., Комиссарова О.А. Социально-психологические особенности одиночества у современных подростков//Вестник университета. 2020. № 1. С. 177–181.

## Dedov Nikolay

Candidate of Psychological  
Sciences, Financial University under  
the Government of the Russian  
Federation, Moscow, Russia  
**ORCID:** 0000-0002-5243-8720  
**e-mail:** vedun60@yandex.ru

## Komissarova Olga

Candidate of Psychological Sciences,  
Moscow University S. U. Witte,  
Moscow, Russia  
**ORCID:** 0000-0002-1311-9559  
**e-mail:** ol.komissarova@list.ru

## SOCIO-PSYCHOLOGICAL FEATURES OF LONELINESS IN MODERN TEENAGERS

**Abstract.** Relevant socio-psychological problem of the emergence of loneliness in modern adolescents has been considered. Living conditions at this moment are characterized by a high level of development of information technologies. As a result, the formation of new thinking, new behavioral strategies, which affect the process of socialization of the individual. It has been noted, that in connection with the intensive digitalization of society, prerequisites arise for the social isolation of an individual subject, the formation of loneliness. This is most evident in the younger generation, as it is more sensitive to social changes. For exploring this phenomenon, an empirical study was conducted of the attitude of adolescents to loneliness and its interrelation with communicative abilities. Psychodiagnostic techniques have been used as research methods: the UCLA solitude scale by D. Russell, L. Peplo, M. Ferguson and the CBS questionnaire. For a quantitative analysis of the obtained data, the Spearman rank correlation coefficient has been used. An analysis of the results allowed us to establish the presence of loneliness in modern adolescents, which is associated with a decrease in their communicative abilities. The results can be used in the practical activities of social psychologists, teachers and educators.

**Keywords:** loneliness, teenager, crisis, socialization, communication, Internet, communication.

**For citation:** Dedov N.P., Komissarova O.A. (2020) Socio-psychological features of loneliness in modern teenagers. *Vestnik universiteta*. I. 1, pp. 177–181. DOI: 10.26425/1816-4277-2020-1-177-181

© Дедов Н.П., Комиссарова О.А., 2020. Статья доступна по лицензии Creative Commons «Attribution» («Атрибуция») 4.0. всемирная (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

The Author(s), 2020. This is an open access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).



Современные условия жизнедеятельности человека во многом обусловлены его длительными и интенсивными контактами с другими людьми. К сожалению, они все больше происходят в виртуальном пространстве [2]. Большинство пользователей успешно общаются друг с другом, устанавливают деловые и межличностные связи, проявляют позитивные и негативные чувства, обсуждают последние новости. Кроме этого, они успешно проходят обучение в виде мастер-классов, лайфхаков и других обучающих программ. Таким образом, у них формируется жизненный опыт, морально-нравственные ценности не только в результате реальных действий и поступков, но и благодаря полученному из Интернета опыту [5]. Как следствие, трансформируются стратегии взаимоотношений между людьми, так как они предполагают искусственность, автоматизм, логичность и предопределенность транзакций, которые в большей степени свойственны компьютерам, машинам. Человек все чаще оказывается в социальной изоляции, одиночестве.

Важнейшим фактором появления чувства одиночества среди населения, превращения его в психологическое качество, и в связи с этим возникновения социального феномена, можно считать полную и повсеместную информационную победу цифрового мышления и поведения. Общение между людьми все в большей степени происходит в виртуальном пространстве с помощью технических средств: компьютера, смартфона, планшета и других электронных гаджетов. При этом данный процесс осуществляется через посредника в виде экрана монитора, который при всем своем техническом совершенстве, искажает реальную действительность и создает перцептивные ошибки. В результате человек не всегда адекватно осознает место и время своего существования, он оказывается в измененной виртуальной среде [1]. Общение и взаимодействие с другими людьми также приобретает искусственный характер, который исключает важную психологическую составляющую в виде непосредственного, «живого» контакта.

Наибольший вклад в осмысление и изучение социального феномена одиночества внесло экзистенциальное направление [4]. Его ведущие ученые высказали интересное мнение относительно глубинного человеческого одиночества, которое сопровождает личность всю сознательную жизнь. При этом личность вынуждена тем или иным образом сосуществовать в этом мире, оставаясь в одиночестве [8]. С точки зрения французского философа Ж.-П. Сартра, одиночество является «основой бытия личности». В связи с этим оно приобретает для индивидуума устойчивую и замкнутую структуру «антропологического универсума», и поэтому его внутренняя изолированность становится показателем и характеристикой любого индивидуального бытия как такового [8].

Так, например, для американской культуры, по словам американского этнографа и психолога М. Мид, отношение к проблеме одиночества приобретает приоритетное значение для проведения научных исследований, так как указывает на специфическую особенность личности [6]. С момента появления ребенка в американской семье его необходимо оставлять одного, чтобы он благодаря этому научился независимости и самостоятельности. Таким образом, его умение и способность засыпать самостоятельно, становится первым жизненным уроком на пути к приобретению необходимых социально-психологических качеств. В результате американские дети достаточно рано обучаются самостоятельно справляться с одиночеством и искренне радоваться непосредственному общению с другими людьми. Оно становится достойной наградой за проявленное терпение и способность справляться с первыми социальными трудностями [7]. «По мере своего взросления, ребенок начинает активно проявлять свою социальную деятельность, привыкая при этом с недоверием относиться к уединенному образу жизни, затворничеству, как к чему-то пустому и бесплодному, если не сказать греховному», – пишет М. Мид [6, с. 79].

В подростковом возрасте проблема одиночества приобретает настолько важное значение, что ее изучение и решение становится одной из приоритетных задач возрастной психологии, педагогики [7]. Большинство детских психологов и педагогов считают подростковый возраст временем формирования самосознания, становления личности, когда она обязательно сталкивается с переживанием чувства одиночества [12]. «Чувство одиночества... – это нормальное явление, следствие рождения внутренней жизни» – пишет отечественный ученый И. С. Кон [3, с. 59]. Молодой человек в этом возрасте стремится активно доказать окружающему миру и, главное, самому себе свою уникальность, ценность, неповторимость и значимость. Как следствие, он автоматически сталкивается с переживанием одиночества, откровенного «разговора с собой» и, благодаря этому происходит процесс индивидуации, обособления и развития личности [10].

Референтной и значимой группой для подростков, как известно, является компания сверстников, которая представляет для него наибольшую важность и ценность [12]. Кроме этого, он активно стремится к поиску,

установлению и закреплению доверительных взаимоотношений с одним из возможных друзей. Здесь главная причина такого поведения состоит в том, чтобы «найти того, кто тебя ценит и понимает». Отдельные исследователи указывают на то, что именно нарушение понимания со стороны другого, понимающего подростка индивида, становится источником его социальной изоляции, одиночества [10]. «Любые описания переживания одиночества как психологического феномена обязательно содержат в себе указания на сочетание субъективной потребности и объективной невозможности понимания человека человеком. Мы говорим «меня понимают» только в том случае, если другой человек не только знает мотивы моих переживаний, но и принимает их как некоторую, причем безусловную, ценность» [11, с. 47].

В подростковом возрасте, в отличие взрослости, отмечается характерная подростковая парадоксальность и противоречивость, когда он помимо направленности на «другого», близкого друга боится, в данном эмпатическом процессе, потерять собственное «Я». Оно у подростка еще до конца не оформилось, имеет размытые и условные границы, не осознается им, а, значит, приобретает тревожно-мнительный характер [3]. Этот страх вместе с «выученной непонимаемостью» становится для молодого человека источником будущего одиночества, когда он в случае неудачных попыток в общении с другими убеждает себя в их бесполезности и бессмысленности. Таким образом, происходит взаимообратный процесс, в котором не только ребенок выбирает для себя одиночество, но и оно выбирает его [10]. Они становятся связанными друг с другом, определяя стиль жизни подростка и стратегию его общения с окружающим миром. Все это в совокупности соответствует переживанию чувства замкнутости, тревожности и депрессивности. В этом случае определение одиночества Л. Симеоновой как нельзя лучше отражает положение вещей: «Одиночество – это не просто сложившаяся ситуация, когда ты проводишь время один. Это – чувство, что у тебя нет близкого человека, который смог бы тебя понять... это ощущение, что в твоих социальных связях что-то разрушилось или никогда не существовало» [11, с. 84].

В соответствии со всем вышесказанным можно говорить о том, что проблема одиночества в совокупности с развитием информационных технологий и виртуализацией отношений становится предметом особого научного интереса в наши дни. Педагогика, возрастная психология поставили во главу угла цель выяснить скорее не причины одиночества, а стратегии его совладания и преодоления.

Для решения поставленной задачи проводилось эмпирическое исследование в средней общеобразовательной школе г. Истры Московской области. В качестве объекта исследования выступали ученики 8-10 классов (13-16 лет) в количестве 134 человек. Цель исследования состояла в изучении психолого-педагогических особенностей подросткового одиночества. Гипотеза исследования состояла в том, что подростки, испытывающие состояние одиночества, сталкиваются с проблемами и трудностями межличностного общения.

В качестве методов исследования использовались психодиагностические методики: шкала одиночества «UCLA» Д. Рассела, Л. Пепло, М. Фергюсона и опросник «КОС». Для количественного анализа полученных данных применялся метод математической статистики – коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Шкала «UCLA» предназначена для измерения одиночества, которая была разработана Д. Расселом, Л. Пепло и М. Фергюсоном в 1978 году. Обработка результатов позволяет определить степень одиночества. Высокая степень одиночества соответствует показателю от 40 до 60 баллов. Испытуемым предлагается адаптированный для российской выборки вариант шкалы, который состоит из четырех основных пунктов [9].

Цель методики определения коммуникативных и организаторских способностей (КОС) – выявить уровень развития и сформированности у испытуемых коммуникативных и организаторских умений, способностей [9]. Данная методика базируется на принципе оценки подростком отдельных особенностей своего поведения в ситуациях, знакомых ему по личному опыту, которые отражают различные стороны взаимодействия индивида с окружающим его миром. Опросник содержит 40 вопросов: 20 из которых включены в область изучения коммуникативных способностей, а другие 20 вопросов предполагают исследование организаторских способностей. Полученные результаты позволяют установить один из пяти уровней развития у подростка коммуникативных и организаторских способностей: очень низкий, низкий, средний, высокий и очень высокий [9].

*Результаты исследования.* Для выявления подростков, чувствующих себя одиночками, была использована шкала одиночества «UCLA». Положительный результат по тесту (наличие состояния одиночества) был выявлен у 59 из 134 участников исследования (44,0 % испытуемых). Из них мальчиков – 22 (37,3 %), девочек – 37 (62,7 %).

При этом именно в данной подгруппе ребят результаты по методике «КОС» выявили интересные закономерности и феномены (см. табл. 1). 30,6 % ребят, которые указывали на свое одиночество показали достаточно высокий уровень коммуникативных способностей. С точки зрения интерпретации теста, эти ребята быстро адаптируются в социальной среде, легко заводят друзей. Они успешно и эффективно общаются с окружающими их людьми. В то же время причина их одиночества, вероятно, состоит в том, что они не удовлетворены качеством своих социальных взаимосвязей, которые в большинстве определяются поверхностностью и искусственностью. Средний уровень сформированности коммуникативных умений отмечается у 15,8 % испытуемых. Данный показатель указывает на то, что ребята активно стремятся к общению с другими людьми, но при этом им не хватает эффективных коммуникативных навыков и умений. В связи с этим они стремятся получить те или иные технологии общения, чтобы стать успешными коммуникаторами. 53,6 % школьников получили достаточно низкие баллы по предложенному тесту. Необходимо отметить, что они в меньшей степени стремятся к общению. Как результат, ребята чувствуют себя неуверенно в компании, им сложно и трудно устанавливать контакт с другими людьми и, поэтому, они скорее предпочитают проводить время наедине с собой, чем среди знакомых ребят.

Таблица 1

### Результаты исследования коммуникативных умений и способностей у одиноких подростков

Уровень коммуникативных способностей	Высокий	Средний	Низкий
Одинокие подростки, %	30,6	15,8	53,6

Составлено авторами по материалам исследования

Данные по шкале одиночества устойчиво коррелируют с показателями уровня развития коммуникативных умений и способностей личности. Между шкалой одиночества и показателем уровня развития коммуникативных умений и способностей (КОС) коэффициент корреляции составил 0,32. Таким образом, основная причина одиночества у подростков состоит в том, что их коммуникативные навыки, умения и способности оказываются недостаточно развитыми. Данный процесс усугубляется развитием информационных технологий, которые предполагают, что молодые люди много времени проводят в Интернете и социальных сетях. Происходит формирование феномена «одиночество в сети». И в результате они оказываются не способны к естественному и реальному общению со сверстниками.

Полученные данные подтвердили гипотезу относительно формирования у современных подростков чувства одиночества, то есть 44,0 % ребят, принявших участие в нашем исследовании, показали положительный результат по шкале одиночества Д. Рассела, Л. Пепло и М. Фергюсона. При этом у них также отмечается снижение коммуникативных способностей. В связи с этим можно предполагать зависимость между подростковым одиночеством и интенсивным развитием информационных технологий, так как большинство общаются только с виртуальными друзьями. Именно поэтому проблема подросткового одиночества во многом обусловлена проблемами у ребят с естественным, живым общением. В результате у них отмечается недостаточная развитость коммуникативных умений и навыков.

В качестве заключения необходимо указать на то, что подростковое одиночество, особенно в современное цифровое время, становится серьезной психологической и педагогической проблемой. Подростки все больше коммуницируют в социальных сетях, отдавая искусственным отношениям свое предпочтение. При этом надо отметить тот факт, что существование одиночества у современных подростков предполагает совершенно иную психологическую наполненность и содержание. Одиночество подростка теперь связано с изменением его отношения к общению в реальном пространстве. Оно в большей степени предполагает совершение деятельности, прикладывания волевого усилия. В то время как в виртуальном пространстве оно гораздо легче и удобнее. Восприятие современными подростками своего одиночества «в сети» характеризуется позитивными моментами, которые определяются высокой интеллектуальной продуктивностью и психологической эффективностью. В результате негативная и трагическая окраска подросткового

одиночества исчезает и приобретает позитивный характер, то есть благодаря такому одиночеству он получает возможность менять себя, модернизировать и совершенствовать [2].

Таким образом, можно говорить о том, что одиночество подростков во многом является их естественным психологическим состоянием. Полученные результаты могут быть использованы в дальнейшей практической деятельности психологов, работающих с подростками, педагогов и воспитателей. При этом проблема подросткового одиночества еще долгое время будет оставаться актуальной, а значит необходимы развернутые теоретические и практические научные исследования.

#### Библиографический список

1. Голиков, Ю. Я. Методология психологических проблем проектирования техники. – М.: ПЕР СЭ, 2003. – 204 с.
2. Дедов, Н. П. Проблемы взросления современной молодежи в виртуальном пространстве – игра, реальность и мета-отношения // Международный симпозиум «Л. С. Выготский и современное детство»: сборник тезисов. – М.: Высшая школа экономики, 2017. – С. 65-67.
3. Кон, И. С. Ребенок и общество. – М.: Академия, 2003. – 316 с.
4. Корчагина, С. Г. Психология одиночества. – М.: МПСИ, 2008. – 257 с.
5. Куприна, О. А. Влияние информационного пространства на формирование ценностно-смысловых образований // Личность в межкультурном пространстве: материалы VII Международной научно-практической конференции: Т. 1. – М.: РУДН, 2012. – С. 277-282.
6. Мид, М. Культура и мир детства. Избранные произведения. – М.: Наука, 1988. – 284 с.
7. Обухова, Л. Ф. Детская психология. Теории, факты, проблемы. – М.: Тривола, 1995. – 360 с.
8. Покровский, Н. Е. Лабиринты одиночества. – М.: Прогресс, 1989. – 217 с.
9. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. – М.: Бахрах-М, 2011. – 507 с.
10. Рутман, Э. Никто меня не понимает // Семья и школа. – 1996. – № 9. – С. 16-19.
11. Симеонова, Л. Человек рядом... – М.: Политиздат, 1989. – 276 с.
12. Ярцев, Д.В. Особенности социализации современного подростка // Вопросы психологии. – 1999. – № 6. – С. 54-58.

#### References

1. Golikov Yu.Ya. Metodologiya psikhologicheskikh problem proektirovaniya tekhniki [*Methodology of psychological problems of designing technology*], Moscow, PER SE, 2003, 204 p.
2. Dedov N.P. Problemy vzrosleniya sovremennoi molodezhi v virtual'nom prostranstve – igra, real'nost' i meta-otnosheniya [*Problems of growing up modern youth in the virtual space are a game, reality and meta-relationships*], Mezhdunarodnyi simpozium “L. S. Vygotskii i sovremennoe detstvo”: sbornik tezisev [*International Symposium “L. S. Vygotskii and modern childhood”: collection of abstracts*], Moscow, Vysshaya shkola ekonomiki, 2017, pp. 65-67.
3. Kon I. S. Rebenok i obshchestvo [*Child and society*], Moscow, Akademiya, 2003, 316 p.
4. Korchagina S. G. Psikhologiya odinochestva [*Psychology of loneliness*], Moscow, MPSI, 2008, 257 p.
5. Kuprina O. A. Vliyanie informatsionnogo prostranstva na formirovanie tsennostno-smyslovykh obrazovaniy. [*Influence of the information space on the creation of value-semantic formations*], Lichnost' v mezhkul'turnom prostranstve: materialy VII Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii: T. 1 [*Personality in intercultural space: Proceedings of the VII International scientific and practical conference, Vol. 1*], Moscow, RUDN, 2012, Pp. 277-282.
6. Mid M. Kul'tura i mir detstva. Izbrannye proizvedeniya [*Culture and the world of childhood. Selected works.*], Moscow, Nauka, 1988, 284 p.
7. Obukhova L. F. Detskaya psikhologiya. Teorii, fakty, problemy [*Child psychology. Theories, facts, problems*] Moscow, Trivola, 1995, 360 p.
8. Pokrovskii N. E. Labirinty odinochestva [*Labyrinths of solitude*], Moscow: Progress, 1989, 217 p.
9. Rashgorodskii D. Ya. Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metodiki i testy. [*Practical psychodiagnosics. Methods and tests*], Moscow: Bakhrakh-M, 2011, 507 p.
10. Rutman E. Nikto menya ne ponimaet [*Nobody understands me*], Sem'ya i shkola. [*Family and school*], 1996, I. 9, Pp. 16-19.
11. Simeonova L. Chelovek ryadom... [*Person is near...*], Moscow, Politizdat, 1989, 276 p.
12. Yartsev D. V. Osobennosti sotsializatsii sovremennogo podrostka [*Features of socialization of a modern teenager*], Voprosy psikhologii [*Voprosy psikhologii*], 1999, I. 6, Pp. 54-58.