

Психологические аспекты субъективного ощущения одиночества у подростков и юношей

Марина М. Мишина

*Российский государственный гуманитарный университет
Москва, Россия, mishinamm@yandex.ru*

Ксения А. Воробьева

*Российский государственный гуманитарный университет
Москва, Россия, kseniaprimavera@mail.ru*

Аннотация. В статье рассматриваются личностные особенности подростков и юношей, переживающих одиночество. Анализируются психологические качества, которые сопровождают процесс одиночества: привязанность, импульсивность, эмоциональная неустойчивость и тревожность. Для подростков характерным является более высокий уровень переживания чувства одиночества по сравнению с юношами, что позволяет говорить о наличии возрастной специфики в проявлении данного психологического феномена. У этих подростков диагностируются такие показатели: высокий уровень интровертированности, проявление привязанности, сниженный уровень самоконтроля, эмоциональная неустойчивость, а также проявления ситуативной тревожности. Результаты исследования субъективного ощущения одиночества у подростков и юношей позволили разработать и внедрить коррекционную психолого-педагогическую программу «Продуктивное общение объединяет и развивает личность» и на ее основе дать практические рекомендации для профилактической, консультационной и коррекционной работы, а также повысить уровень компетентности родителей и педагогов в вопросах понимания генезиса феномена одиночества у подростков и юношей. Внедрение психолого-педагогической программы позволяет не только устранять чувство одиночества у подростков, но и дает возможность решать сложные возрастные проблемы переживания многих эмоциональных состояний развивающейся личности.

Ключевые слова: подростковый и юношеский возраст, переживание одиночества, суицидальный риск, девиантное поведение, личность, личностная и ситуативная тревожность

Для цитирования: Мишина М.М., Воробьева К.А. Психологические аспекты субъективного ощущения одиночества у подростков и юношей // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2023. № 1. С. 70–85. DOI: 10.28995/2073-6398-2023-1-70-85

Psychological aspects of the subjective feeling of loneliness in adolescents and young men

Marina M. Mishina

*Russian State University for the Humanities
Moscow, Russia, mishinamm@yandex.ru*

Kseniya A. Vorob'eva

*Russian State University for the Humanities
Moscow, Russia, kseniaprimavera@mail.ru*

Abstract. The article considers the personal characteristics of adolescents and young men experiencing loneliness. It analyzes the psychological qualities that accompany the process of loneliness: attachment, impulsivity, emotional instability and anxiety. Adolescents are characterized by a higher level of experiencing a sense of loneliness, as compared to young men, which suggests the presence of age-specific features in the manifestation of such psychological phenomenon. Those adolescents are diagnosed with the following indicators: a high level of introversion, a manifestation of attachment, a reduced level of self-control, emotional instability, as well as manifestations of situational anxiety. The results of the study of the subjective feeling of loneliness in adolescents and young men made it possible to develop and implement a correctional psychological and pedagogical program "Productive communication unites and develops personality" and on its basis to give practical recommendations for preventive, consulting and correctional work, as well as to increase the level of competence of parents and teachers in understanding the genesis of the phenomenon of loneliness in adolescents and young men. The introduction of a psychological and pedagogical program allows not only to eliminate the feeling of loneliness in adolescents, but also makes it possible to solve complex age-related issues of experiencing many emotional states of a developing personality.

Keywords: adolescence and youth, loneliness experiencing, suicidal risk, deviant behavior, personality, personal and situational anxiety

For citation: Mishina, M.M. and Vorob'eva, K.A. (2023), "Psychological aspects of the subjective feeling of loneliness in adolescents and young men", *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, no. 1, pp. 70-85, DOI: 10.28995/2073-6398-2023-1-70-85

Актуальность

Проблема одиночества подростков и юношей является все более актуальной и значимой в логике выявления социально-психологических факторов, влияющих на возникновение данного явления. Особенно интересны вопросы, связанные с выделением чувствительного периода для формирования субъектив-

ного ощущения одиночества, способы преодоления этого ощущения. У подростков и юношей, как представителей молодежи и активной части общества [Мишина, Воробьева 2022], формируется самосознание, самоидентичность в процессе их будущего профессионального самоопределения. Своевременное выявление проблем в межличностных отношениях, ведущих к одиночеству, препятствует нарушению кооперации подростков и юношей в референтной группе. Поэтому ситуация одиночества среди подростков и юношей может рассматриваться как препятствие общественной стабильности и полноценного личностного развития [Матеев 2008; Реан 2011]. Для молодежи важно реализовать собственный личностный потенциал и определить специфические особенности переживания одиночества [Bogaerts et al. 2006]. Феномен переживания одиночества рассматривается в работах Бабаева Ю.Д., Вейса Р., Ветрова С.А., Мейерса Д., Рассела Д., Трубниковой С.Г., Янга Дж. и др. [Слободчиков 2007; Шнейдер 2012].

Закономерно то, что в подростковом возрасте одиночество связано с кризисом смысла жизни, активным поиском дружеской поддержки со стороны сверстников, переосмыслением отношений со взрослыми, включая родителей [Шабанов и др. 2011]. Потребность в рефлексии отражается в личностном становлении подростка и юноши. Возникновение субъективного переживания одиночества в подростковом и юношеском возрасте связано с тем, что окружающие подростка и юношу взрослые часто навязывают такие именно отношения со сверстниками, какие им кажутся наиболее благоприятными. При этом настаивают на разрыве «неудачных», по их мнению, довольно крепких связей [Шагивалеева 2007]. В.Г. Казанская пишет:

Опрашивая молодых людей подросткового возраста, выяснилось, что они считают одиночество естественным, нормальным состоянием. Главными причинами одиночества, по их мнению, являются отторжение сверстников, черты характера и манера общения. Наименьшее число опрошенных связывают одиночество с неуверенностью в себе, застенчивостью и неумением общаться. При описании портрета одинокого сверстника были перечислены следующие качества: замкнутость, погруженность в себя, необщительность, а также следующие чувства: грусть, печаль, несчастье, обида [Казанская 2015 с. 26].

В юношеском возрасте происходит достаточно сложное усвоение форм общественной жизни, что влияет на формирование

мировоззрения. В случае невключенности в активную общественную жизнь возникает погруженность в свой внутренний мир, что вызывает ощущение одиночества.

Описание исследования и анализ результатов

Объект исследования – психологические особенности личности, переживающей одиночество.

Предмет – связь личностных особенностей и субъективного переживания одиночества в подростковом и юношеском возрасте.

Участниками исследования являются 102 ($n = 102$) респондента, из которых 52 ($n = 52$) – подростки в возрасте от 12–13 лет, 50 ($n = 50$) – юноши в возрасте от 18–20 лет.

В исследовании психологических аспектов субъективного ощущения одиночества у подростков и юношей применялись следующие методики: Методика субъективного ощущения одиночества (Д. Рассел и М. Фергюсон), Диагностический опросник одиночества (С.Г. Корчагина), Пятифакторный личностный опросник (Р. МакКрае, П. Коста), Шкала ситуативной и личностной тревожности (Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин).

На рис. 1 представлена диаграмма субъективного переживания одиночества у подростков ($n = 52$). Высокий уровень вы-



Рис. 1. Сравнительный анализ уровня субъективного ощущения одиночества у подростков ($n = 50$)

явлен у 38,4% респондентов, что характеризует поведение подростков как избегающих общения со сверстниками. Подросток не всегда осознает степень собственного одиночества.

В подростковом возрасте можно наблюдать беспокойство, связанное с неопределенностью статуса в группе. Процесс формирования образа «я» связан со смутным представлением о сверстниках и протестом против правил «взрослого мира». В подростковом возрасте важно определить значимого «другого», что будет способствовать самоидентификации. Важно понимать, что потеря эмоциональных связей, которые являются значимыми для подростка, истощают личностные ресурсы, поэтому подросток может стремиться к уединению. Проявление возрастного кризиса идентичности и формирование самооценки побуждает подростка к поиску информации о себе, исходящей от других людей. Поэтому часто подросток резко и бурно реагирует на критику в свой адрес, замыкается в себе, что способствует проявлению субъективного чувства одиночества.

На рис. 2 представлена диаграмма субъективного переживания одиночества у юношей ($n = 50$). Высокий уровень выявлен у 34,0% респондентов, что характеризует развивающуюся личность юношей как уже взрослых людей, но не нашедших мировоззренческих единомышленников.



Рис. 2. Сравнительный анализ уровня субъективного ощущения одиночества у юношей ($n = 52$)

В юношеском возрасте может проявляться когнитивное одиночество как реакция на несовпадение интересов, взглядов и мировоззренческих приоритетов. Возникает ощущение внутреннего одиночества и опустошенности, что сопровождается застенчивостью и выраженной самокритичностью. Объективное отсутствие коммуникативных навыков также ведет к погружению в свой собственный мир.

Сравнивая результаты диагностики субъективного ощущения одиночества у подростков и юношей (рис. 1 и 2), констатируем, что в количественном отношении существует похожесть, хотя можно говорить о том, что подростки более подвержены чувству одиночества по сравнению с юношами.

Анализ результатов исследования был осуществлен в два этапа: сначала осуществлен сравнительный анализ личностных особенностей подростков и юношей с использованием статистического критерия Манна-Уитни, затем выполнен корреляционный анализ показателей личностных особенностей и проявления субъективного переживания чувства одиночества. В табл. 1 представлен сравнительный анализ переживания ощущения одиночества у подростков и юношей.

Таблица 1

Сравнение достоверности различий высокого уровня переживания ощущения одиночества у подростков и юношей

Подростки (n = 52)	Статистическое отклонение	Юноши (n = 50)	Статистическое отклонение
32,72	11,62	27,84	11,09

Результаты проверки достоверности различий с использованием критерия Манна-Уитни показателей по методике субъективного ощущения одиночества (Д. Рассел и М. Фергюсон) выявили, что подростки характеризуются достоверно более высоким уровнем переживания ощущения одиночества (табл. 1).

Результаты корреляционного анализа с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена показали, что у подростков (n = 52) существуют корреляции на достоверно значимом уровне между высоким уровнем субъективного ощущения одиночества и психологическими качествами личности:

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа показателей чувства одиночества и личностных особенностей у подростков ($p \leq 0,05$)

	Диагностика уровня субъективного ощущения одиночества	Глубина одиночества
Уровень субъективного ощущения одиночества (Рассел, Фергюсон)	1,00	0,81
Глубина одиночества (Корчагина С.Г.)	0,81	1,00
Экстраверсия–интроверсия	0,29	–0,27
Привязанность–обособленность	0,57	0,59
Самоконтроль–импульсивность	–0,63	–0,62
Эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость	–0,75	–0,80
Экспрессивность–практичность	0,28	0,41
Личностная тревожность	0,20	0,18
Ситуативная тревожность	0,47	0,47

«экстраверсия – интроверсия» (0,29), «привязанность – обособленность» (0,57), «ситуативная тревожность» (0,47). Отрицательная корреляционная связь наблюдается по таким показателям, как «самоконтроль – импульсивность» (–0,63), «эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость» (–0,80), а также показателя ситуативной тревожности (0,47). Существуют корреляции показателя глубины одиночества и показателей по шкалам «привязанность – обособленность» (0,59). Отрицательная связь между показателями «самоконтроль – импульсивность», (–0,62), показателю по шкале «эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость» (–0,80), показателю по шкале «экспрессивность – практичность» (0,41), а также показателю ситуативной тревожности (0,47). Подросткам с высоким уровнем субъективного ощущения одиночества свойственна интровертированность, привязанность, сниженный уровень самоконтроля и ситуативной тревожности, эмоциональная неустойчивость.

В табл. 3 представлены результаты корреляционного анализа показателей чувства одиночества и личностных особенностей у юношей ($n = 50$).

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа показателей чувства одиночества и личностных особенностей у юношей ($p \leq 0,05$)

	Диагностика уровня субъективного ощущения одиночества	Глубина одиночества
Диагностика уровня субъективного ощущения одиночества Рассела и Фергюсона	1,00	0,55
Глубина одиночества (Корчагина С.Г.)	0,55	1,00
Экстраверсия–интроверсия	–0,23	–0,24
Привязанность–обособленность	0,58	0,56
Самоконтроль–импульсивность	–0,31	–0,43
Эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость	0,51	–0,57
Экспрессивность–практичность	–0,10	0,09
Личностная тревожность	0,41	0,55
Ситуативная тревожность	0,45	0,30

Результаты корреляционного анализа у юношей ($n = 50$) позволяют говорить о том, что существуют значимые корреляции между высоким уровнем субъективного ощущения одиночества и психологическими качествами личности: прямая корреляционная связь – «привязанность – обособленность» (0,58), личностная (0,41) и ситуативная тревожность (0,45), «эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость» (0,51); обратная корреляционная связь – «самоконтроль – импульсивность» (–0,31). Следовательно, у юношей с высоким уровнем субъективного переживания чувства одиночества выражена привязанность, эмоциональная неустойчивость, личностная и ситуативная тревожность. Существуют корреляции показателя глубины одиночества и показателей по шкалам «привязанность – обособленность» (0,56), показателю по шкале «эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость» (–0,57), а также показателю личностной тревожности (0,55) и ситуативной тревожности (0,30). Отрицательная связь между показателями «самоконтроль – импульсивность» (–0,43).

Таким образом, результаты исследования позволяют говорить о сходной структуре корреляций субъективного ощущения одиночества и личностных качеств подростков и юношей, а также их достаточно сложной обусловленности. У юношей привязанность и эмоциональная неустойчивость связаны с высоким уровнем переживания одиночества.

Для подростков характерным является более высокий уровень эмоциональной неустойчивости по сравнению с юношами. Уровень ситуативной тревожности у подростков достоверно значимо выше, чем у юношей, но юноши характеризуются более высоким уровнем эмоциональной устойчивости, а также они менее ситуативно тревожны по сравнению с подростками. Для подростков характерна выраженная эмоциональная неустойчивость в поведении по сравнению с юношами, а также для подростков характерным является более высокий уровень личностной тревожности. Данные обстоятельства могут быть объяснены различиями в социальной ситуации развития, а также меньшим опытом социального взаимодействия и контроля собственного поведения у подростков по сравнению с юношами. Между субъективным чувством одиночества и личностными качествами подростка и юноши выявленные связи показывают компенсаторную функцию потребности в общении и перестройку внутреннего мира развивающейся личности.

С целью выработки полезных коммуникативных умений и навыков у подростков и юношей была разработана психолого-педагогическая профилактическая программа «Продуктивное общение объединяет и развивает личность». Для адаптации к занятиям в качестве дополнительного диагностического метода была проведена беседа на тему «Одиночество – это...». Определяя одиночество, подростки чаще использовали такие фразы: «Одиночество – это когда тебя не любят» или «Одиночество – это когда у тебя нет друга». В целом ответы можно охарактеризовать как «эмоционально окрашенные». Юношам было свойственно говорить о совместной деятельности, интересах во взглядах. Следует отметить, подростки и юноши способны к рефлексии и рассуждению о своем чувстве одиночества. Подростки чаще воспринимают одиночество как физическое явление отчужденности, внутреннее переживание. Если подростки оценивают чувство одиночества как позитивное, то указывают на возможность осмысления событий. Часто подростки прибегают к поиску информации в социальных сетях, где читают различные комментарии своих сверстников, в которых описывает-

ся «страх к отвержению», «бессмысленность существования», «безнадежность», «свобода». Тема любви и одиночества также звучит в беседе. Например: «Человек существует для того, чтобы отдавать любовь. Очень больно, когда твою любовь не принимают. В поговорке “время лечит” есть сомнение. Я боюсь осуждения или стыда, насмешек». Подростки отмечают различные увлечения, которые помогают бороться с одиночеством: «Хочу создавать новую музыку и коплю деньги на музыкальные инструменты. Хорошо бы собрать группу. Буду искать увлеченных ребят, как я». «Какой же я одинокий. Мне не с кем общаться. Одиночество – ужасное чувство... Мне 15 лет, а у меня всего единственная подруга, которая живет далеко, поэтому мы редко видимся».

Юноши в анализе понятия «одиночество» в большей степени ориентируются на мировоззренческие понятия: «свобода выбора», «свобода воли», «возможность подготовиться к экзаменам». По поводу чувства любви юноши говорят: «Любовь существует в семье», «Хорошо жить в реальном мире», «Важна первая любовь», «Мы должны быть верны своим чувствам...», «Любовь обеспечивает порядок». В беседах подчеркивается, что одиночество губительно для морального и физического здоровья. Юноши считают, что одинокие люди склонны к депрессии, алкоголизму и суициду. Они понимают, что нелегко победить эти девиации. Юноши заняты поиском виртуальных друзей. Отмечаются случаи, когда происходит долгая дружба, но при этом друзья видят друг друга только в компьютере.

Структура психолого-педагогической программы по развитию коммуникативных навыков подростков и юношей позволяет решить следующие вопросы:

- Какие именно показатели коммуникативных навыков формируют разделы программы?
- Какие методы направлены на формирование коммуникативных навыков подростков и юношей?
- Какие этапы наиболее эффективны? Как осуществляется преемственность этапов?

Программа построена на основе следующих методических принципов:

- 1) комплексный подход к диагностике и развитию коммуникативных навыков подростков и юношей;
- 2) единство развития показателей коммуникативных навыков подростков и юношей;
- 3) повышение самоконтроля при овладении коммуникативными навыками;

- 4) усложнение упражнений для развития коммуникативных навыков подростков и юношей за счет введения арт-терапевтических технологий и анализа ролевых игр;
- 5) динамичность заданий с последующей рефлексией.

Реализация методических принципов психолого-педагогической программы «Продуктивное общение объединяет и развивает личность» позволила подросткам и юношам рефлексировать собственные коммуникативные навыки, что явилось альтернативой чувству одиночества. Занятия включали имитационно-игровое моделирование, при котором дискуссии проводились по четко установленным правилам. Направленность психолого-педагогической программы «Продуктивное общение объединяет и развивает личность» на самопознание и самоидентичность путем создания ситуаций, когда каждый участник задумался над своими коммуникативными возможностями с учетом индивидуально-психологических качеств, их оценки и определил к ним свое отношение. Выявление показателей, развитие которых позволяет преодолеть одиночество за счет осознания участниками тренинга своих потенциальных возможностей, дает положительный эффект. Включение в тренинг таких упражнений, как «Открытка от одиночества», «Кто я?», «Мифы об одиночестве», «Мир вокруг меня», «Ошибочное мнение», «Мой сосед», «Я глазами других людей», «Я настоящий», «Я идеальный», дает более интенсивную и концентрированную «обратную связь». На каждом этапе происходит обсуждение недостатков и коррекционный эффект достигается за счет рефлексии показателей личностного развития.

Блок программы «Цель» направлен на постановку и осознание цели тренинга. Подростки и юноши получают установку на развитие мотивации приобретения продуктивных коммуникативных навыков, что дает стремление к самопознанию, самопрезентации. Выявление цели, задач, которые предстоит решить в процессе работы, формулирование основной задачи, актуализация сложившихся ранее положительных мотивационных установок, которые укреплялись и поддерживались, дает эффект формирования устойчивости и осознанности производимых личностью действий. Погружаясь в свой внутренний мир, подростки и юноши анализируют и в дальнейшем говорят о своих индивидуально-психологических качествах, закрепляя понимание роли продуктивного общения для развития личности. Развитие мотивации личностного развития подростков и юношей связано с формированием у них активной жизненной позиции, смысложизненных и ценностных ориентаций, интереса к новым

знаниям. Мотивы интереса к новому знанию являются важным условием формирования активности личности молодого человека, что является пусковым механизмом к самосовершенствованию.

Выявление причин, вызывающих интеллектуальные затруднения и барьеры в процессе общения со сверстниками и взрослыми дает возможность для создания условий появления новых мотивов и целей. Положительное изменение отношения к себе у подростков и юношей выделяет перспективы развития их личности. Мотив должен быть построен самой личностью подростка и юноши в процессе тренинга.

Понимание цели организует личность подростка и юноши и повышает ее эффективность за счет развития мотивации. Наличие и осознание цели побуждает личность к усовершенствованию имеющихся знаний. Критическими моментами в генезисе мотивации подростков и юношей является принятие и раскрытие личностного смысла коммуникации. В связи с этим мы попытались создать у участников тренинга мотивацию, побуждающую к усовершенствованию слабо выраженных ее показателей, актуализировав два ведущих мотива – мотив достижения успеха в коммуникативной деятельности и мотив интереса к собственной структурной организации личности.

Развитие коммуникативных навыков включало в себя традиционную технологию, которая заключалась в продумывании вопросов и анализе ответов. Кроме того, были использованы такие технологии, как репродуктивно-алгоритмическая (дискуссии и деловые игры), эвристическая и творческая (проектная деятельность как совокупность интеллектуальных приемов). Внедрение метода синектики позволяет решать сложные личностные и поведенческие проблемы через анализ конкретных ситуаций: инцидент (анализ микроситуаций и принятие быстрого решения), «лабиринт действия» (разбор интеллектуальных действий личности, находящейся в критической ситуации) способствует развитию интуиции и формирует умение действовать нестандартно, предвидя возможные последствия. Учитывая, что чувство одиночества предполагает переживание человеком собственного отличия от других людей и оно обусловлено возникновением психологического барьера в процессе межличностной коммуникации, необходимо это переживание направить на осознание личностью определенных норм, традиций и ценностей культуры, что возможно осуществить путем поведения тренинговых упражнений. Такой перечень упражнений позволяет участникам «прокрутить» возможные варианты решения проблемы и

определить возможные последствия решения, а также выявить непредвиденные осложнения.

Цель и направленность каждого упражнения сопровождались развернутой инструкцией. Работа по программе «Продуктивное общение объединяет и развивает личность» показала, что личность подростка и юноши имеет достаточно компенсаторных механизмов для эффективного воспроизведения новой информации. Практическая направленность тренинга и осмысление полученных в процессе деятельности знаний усиливает осмысленное воспроизведение знаний. Систему психологических качеств личности составляют: темперамент, черты характера, интеллект, индивидуальный стиль деятельности, что в сочетании определенных показателей дает базовую характеристику – индивидуальность. В подростковом возрасте формируется мировоззрение и происходит выбор предпочитаемых форм поведения. А в юношеском возрасте развивается формально-логическое и формально-операциональное мышление, вырабатываются метакогнитивные умения, самоконтроль и саморегуляция. Поэтому, учитывая возрастные особенности, необходимо создавать условия для успешной социализации личности.

Выводы

В современной научно-психологической литературе проблема субъективного переживания одиночества рассматривается как многомерное явление, которое обладает социальными, личностными, а также экзистенциальными детерминантами. Кроме того, по виду выделяют коммуникативное, эмоциональное и духовное одиночество, а также по времени протяженности: хроническое и эпизодическое. Одиночество может носить характер вынужденного и добровольного.

В рассмотрении феномена одиночества выделяются два направления: 1) одиночество в деструктивном контексте, как саморазрушение; 2) подчеркивается положительный аспект одиночества, способствующий саморазвитию созидательных интенций личности. Учет разных направлений феномена субъективного переживания одиночества в подростковом и юношеском возрасте позволит разработать профилактическую программу и обеспечить оказание эффективной психологической помощи подросткам и юношам в кризисных ситуациях. Профилактическая программа «Продуктивное общение объединяет и развивает личность» включает упражнения арт-терапии: «Открытие от

одиночества», «Кто я?», «Мифы об одиночестве», «Мир вокруг меня», «Ошибочное мнение», «Мой сосед», «Я глазами других», «Я настоящий», «Я идеальный» и др.

Субъективное переживание ощущения одиночества в подростковом и юношеском возрасте связано с активной рефлексией картины мира в пространстве культуры, становлением мировоззрения, привязанностью к значимым для личности людям.

Для подростков характерен более высокий уровень субъективного переживания ощущения одиночества, чем для юношей. Они имеют более высокий уровень эмоциональной неустойчивости по сравнению с юношами. Уровень ситуативной тревожности у подростков достоверно выше, чем у юношей. Для подростков с высоким уровнем субъективного ощущения одиночества характерны: интровертированность, проявление привязанности, сниженный уровень самоконтроля и эмоциональная неустойчивость, а также проявление ситуативной тревожности. Для юношей с высоким уровнем переживания чувства одиночества характерна привязанность, эмоциональная неустойчивость и личностная тревожность. Данные обстоятельства обусловлены социальной ситуацией развития, ведущей деятельностью, кризисом возрастного развития и наличием выраженной потребности в установлении прочных межличностных контактов.

Литература

- Казанская 2015 – *Казанская В.Г.* Одиночество как проявление суицидальной направленности школьников-подростков и юношей // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. 2015. Вып. 2. Т. 5. С. 25–37.
- Матеев 2008 – *Матеев Д.А.* Феномен одиночества и проблема нарушения коммуникации: социально-философский аспект: Дис. ... канд. философ. наук. Новосибирск, 2008. 190 с.
- Мишина, Воробьева 2022 – *Мишина М.М., Воробьева К.А.* Взаимосвязь информационного контента и особенностей личности в подростковом и юношеском возрасте // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2022. № 3. С. 99–108.
- Реан 2011 – *Реан А.А.* Психология подростка. СПб.: Питер, 2011. 580 с.
- Слободчиков 2007 – *Слободчиков И.М.* Современные исследования переживания одиночества // Психологическая наука и образование. 2007. Т. 12. № 3. С. 27–35.

- Шабанов и др. 2011 – *Шабанов Л.В., Шелехов И.Л., Мороденко Е.В.* Методологические подходы к исследованию личностных аспектов социальной адаптации молодежи в современном обществе // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2011. Вып. 6 (108). С. 165–168.
- Шагивалеева 2007 – *Шагивалеева Г.Р.* Одиночество и особенности его переживания студентами. Елабуга: Алмедиа, 2007. С. 11–55.
- Шнейдер 2012 – *Шнейдер Л.Б.* Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога // Школьный психолог. 2012. № 11. С. 36–46.
- Bogaerts et al. 2006 – *Bogaerts S., Vanheule S., Desmet M.* Feeling of subjective emotional loneliness: an exploration of attachment // *Social behavior and personality*. 2006. no. 34. P. 797–812.

References

- Bogaerts, S., Vanheule, S. and Desmet, M. (2006), “Feeling of subjective emotional loneliness: an exploration of attachment”, *Social behavior and personality*, no. 34, pp. 797–812.
- Kazanskaya, V.G. (2015), “Loneliness as a manifestation of suicidal orientation among school adolescents and young men”, *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A.S. Pushkina*, iss. 2, vol. 5, p. 25–37.
- Mateev, D.A. (2008), *Phenomenon of loneliness and the communication disruption issue. A socio-philosophical aspect*, Ph.D. (Philosophy) Thesis, Novosibirsk, Russia.
- Mishina, M.M. and Vorob'eva, K.A. (2022), “The relationship between information content and personality features in adolescence and youth”, *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya: Psikhologicheskie nauki*, no. 3, p. 99–108.
- Rean, A.A. (2011), *Psikhologiya podrostka* [Psychology of a teenager], Piter, Saint Petersburg, Russia.
- Slobodchikov, I.M. (2007), “Modern Studies in Experiencing Loneliness”, *Psychological Science and Education*, vol. 12, no. 3, pp. 27–35.
- Shabanov, L.V., Shelekhov, I.L. and Morodenko, E.V. (2011), “Methodological approaches to the study in personal aspects of social adaptation for young people in modern society”, *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, vol. 6 (108), pp. 165–168.
- Shagivaleeva, G.R. (2007), *Odinochestvo i osobennosti ego perezhivaniya studentami* [Loneliness and the peculiarities of its experience by students], Almedia, Elabuga, Russia.
- Shneider, L.B. (2012), “Crisis in children and adolescents. Areas of work for a school psychologist”, *Shkol'nyi psiholog*, no. 11, pp. 36–46.

Информация об авторах

Марина М. Мишина, доктор психологических наук, профессор, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Миусская пл., д. 6; mishinamm@yandex.ru

Ксения А. Воробьева, кандидат психологических наук, доцент, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Миусская пл., д. 6; kseniaprivavera@mail.ru

Information about the authors

Marina M. Mishina, Dr. of Sci. (Psychology), professor, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6, Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047; mishinamm@yandex.ru

Kseniya A. Vorob'eva, Cand. of Sci. (Psychology), associate professor, Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6 Miusskaya Square, Moscow, Russia, 125047; kseniaprivavera@mail.ru