

УДК 159.9

Дмитерко Н. – ст. гр. БПм-51

Тернопільський національний технічний університет ім. Івана Пулюя

САМОТНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

Науковий керівник: к. психол. н., доцент Періг І. М.

Dmyterko N.

Ternopil Ivan Pul'uj National Technical University

LONELINESS AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

Supervisor: Ph. D. (Psychology), as. professor Perig I. M.

Ключові слова: самотність, ізоляція

Keywords: loneliness, isolation

Проблема самотності як вагомий психологічний феномен є однією з найгостріших проблем сучасності, що пов'язано з розвитком самосвідомості людини, соціальними змінами та економічно-технічним розвитком суспільства.

Самотність – психічний стан людини, який виявляється в дефіциті спілкування, ізоляції від інших людей.

Самотність – це важкий психічний стан, поряд з яким, найчастіше, наявний поганий настрій і важкі переживання.

Проблема самотності представлена у роботах вітчизняних та зарубіжних вчених, таких 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, Л. Дж. Вайт.

Структурними елементами самотності є усамітнення та соціальна ізоляція, які взаємопов'язані, але не є ідентичними.

Усамітнення – нормальний стан, який виникає в результаті відсутності когось або чогось. Фахівці вважають, що усамітнення є важливою потребою нашої психіки, тільки одній людині достатньо години, а інша потребує днів і тижнів.

Соціальна ізоляція передбачає вимушене тривале перебування людини в умовах обмеженого соціально-комунікативного простору, або навіть відсутності соціальних контактів.

Американські дослідники Л. Пепло та Д. Перлман виділяють емоційну ізоляцію, яка пов'язана зі станом втрати або відсутності глибокої емоційної прив'язаності.

Соціологи У. Бек та Дж. Янг виділили наступні типи самотності: хронічна самотність; ситуативна самотність; тимчасова самотність.

В залежності від обставин виділяють також добровільну та вимушену самотність.

Також існує поняття гострої самотності, основними ознаками, якої є сенсорна та соціальна деривація.

Найважливішими причинами самотності на сьогодні є: стан здоров'я, розлука, побудова кар'єри, втрата сенсу життя, заикленість на негативному досвіді, низька самооцінка, нездатність до взаємостосунків, комунікативні проблеми, егоїстичність чи надмірна критичність.

Небезпечними наслідками самотності є негативні емоційні стани; поширення депресій; розчарування в людях; знецінення близьких стосунків; спроби самогубства.