

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК 159.922.8 : 316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.6/14>

Вітюк Н.Р.

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Бігун Т.Я.

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Стаття присвячена вивченню особливостей переживання самотності в ранньому юнацькому віці. Самотність розглядається як психологічний стан людини, що виникає внаслідок суб'єктивного переживання нею своєї відокремленості в суспільстві, психологічного дистанціювання, усвідомлення невідповідності між бажаним і реальним рівнями міжособистісних стосунків, неможливості якісно задовольнити свої основні соціальні потреби. Переживання самотності пов'язане з особистісними характеристиками, соціальною ситуацією та якістю соціальних зв'язків, і, як правило, супроводжується відчуттями ізоляції, покинутості, непотрібності, станом стресу, фрустрації, депресії. Чинники появи почуття самотності в осіб раннього юнацького віку важливо також розглядати крізь призму вікових змін та життєвих криз.

Емпіричне дослідження, проведене серед школярів раннього юнацького віку, показало, що 59% його учасників характеризуються низьким рівнем суб'єктивного переживання самотності, 33% респондентів – середнім рівнем, а 8% респондентів – високим. Кореляційний аналіз виявив взаємозв'язки між переживанням самотності в ранньому юнацькому віці та наявністю труднощів у встановленні міжособистісних контактів, специфікою психологічного клімату в освітньому середовищі, зниженням рівня психологічного благополуччя. На виникнення почуття самотності у юнаків і дівчат впливають також такі соціально-психологічні чинники як проблемна адаптація до життя і навчання в складних обставинах суспільно-політичної ситуації (війни) в країні, вплив референтного оточення, медіа, зростання залежності молоді від смартфонів та їх надмірне використання під час безпосередньої комунікації, відсутність стабільних міжособистісних зв'язків, гіперінформаційність суспільства, якість стосунків у територіальних громадах, соціальні традиції, цінності тощо.

Результати дослідження можуть бути впроваджені у практику роботи практичних психологів навчальних закладів для розробки програм психологічного супроводу школярів і студентів, спрямованих на формування у дітей і молоді конструктивного, ціннісного ставлення до побудови здорових міжособистісних стосунків, усвідомлення дуальності самотності, оптимізацію комунікативних навичок, здатності використовувати самотність та усамітнення як ресурси для особистісного розвитку.

Ключові слова: самотність, психологічне благополуччя, юнацький вік, спілкування, інтернет-залежність, міжособистісна комунікація, взаємодія, соціальна ізоляція, усамітнення, міжособистісні стосунки.

Постановка проблеми. Ранній юнацький вік є важливим періодом особистісного самовизначення, коли людина активно шукає своє місце в суспільстві, оцінює власні можливості, цінності, формує соціальні й емоційні зв'язки, визначає свої життєві цілі, позиції та перспективи. Однак від-

сутність стабільності в політичній та економічній сферах суспільства через війну в Україні, надмірні й неконтрольовані інформаційні потоки, необхідність адаптації до нових умов життєдіяльності, навчання в складних обставинах життя, трансформація або втрата звичних міжособистіс-

них зв'язків значно впливають на психологічний стан молоді, нерідко призводять до виникнення внутрішньособистісних конфліктів, фрустрації, дистанціювання та соціальної ізоляції. Тому проблема самотності молоді людини, переживання нею почуття соціальної відчуженості, відстороненості, покинутості постає сьогодні досить гостро.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивченню різних аспектів феномену самотності присвячено чимало досліджень як українських, так і зарубіжних учених. В їх працях розкрито сутність поняття «самотність» та вплив самотності на розвиток особистості (Р. Вейс, К. Боумен, А. Камю, М. Мід, В. Москаленко, Д. Рісмен, Г. Салліван, Ж.-П. Сартр, Ф. Слейгер, Е. Фромм, Ю. Швалб, І. Янг), розглянуто різновиди та чинники самотності (Р. Вейс, М. Міцелі, Б. Мораш, Л. Пепло, Д. Перлман, Д. Суркалім, В. Турбан, І. Янг та ін.). Дослідження, що проводились науковцями, сформувавши досить неоднозначне уявлення щодо феномену самотності. Зокрема, в контексті екзистенційного підходу самотність розглядається як органічна реальність людського життя, тому важливо прийняти екзистенційну самотність та знайти опору в самому собі (К. Мустакас, І. Ялом та ін.). Психодинамічний підхід трактує самотність у зв'язку із впливом сім'ї та оточення на розвиток особистості в ранньому дитинстві, недостатністю комунікації із важливими для дитини особами та формуванням рис, які надалі перешкоджають встановленню контактів з іншими людьми (Р. Бертон, Г. Зілбург, П. Лейдерман, Г. Салліван, Ф. Фром-Райхман, К. Юнг та ін.). Представники когнітивного напрямку психології вважають, що самотність настає тоді, коли індивід усвідомлює невідповідність між бажаним і досягнутим рівнями своїх соціальних контактів (Л. Пепло, М. Міцелі, Б. Мораш, К. Рук та ін.). З позиції феноменологічного підходу, детермінація самотності полягає в невідповідності уявлень індивіда про власне «Я», у конфлікті між особистістю і прийнятими в суспільстві нормами, стереотипами, зразками поведінки, які обмежують свободу (Т. Джонсон, Д. Мур, К. Роджерс, У. Садлер та ін.). Представники інтеракціоністського підходу стверджують, що самотність можуть спровокувати як окремі соціальні ситуації, так і особистісна схильність до її переживання (Р. Вейс, В. Сейма). Дослідники виділяють такі види самотності: соціальну та емоційну (Р. Вейс), соціальну, культурну, космічну (Л. Пепло та ін.), екзистенційну й патологічну (Д. Рісмен) та ін.

Вивченням особливостей самотності у юнацькому віці займалися О. Виноградна, І. Гриб, Е. Гулоне, Дж. Качіопо, Л. Колісник, В. Лашук, Л. Магдисюк, А. Сукнацька, Л. Хайнріх, Л. Хоуклі та інші вчені, які причини та фактори появи почуття самотності розглядали насамперед крізь призму вікових змін та особистих характеристик. Водночас важливими й недостатньо дослідженими є психологічні особливості переживання самотності дітьми і молоддю, які стикаються з викликами війни та соціальної нестабільності.

Постановка завдання. Метою статті є визначення особливостей та соціально-психологічних чинників переживання почуття самотності в ранньому юнацькому віці.

Виклад основного матеріалу. Самотність розглядається нами як психологічний стан людини, що виникає внаслідок переживання нею своєї відокремленості в суспільстві, фізичного і/або психологічного дистанціювання від інших людей, усвідомлення неможливості якісно задовольнити свої основні соціальні потреби, невідповідності між бажаним і фактичним рівнями міжособистісних стосунків.

Ранній юнацький вік є надзвичайно важливим етапом розвитку особистості. Це час активного самовизначення, кристалізації системи цінностей, прийняття важливих, доленосних рішень, означення життєвих цілей, зростання вибірковості у формуванні міжособистісних контактів, усвідомлення відповідальності за власне життя. Зміна соціальної ситуації розвитку юнаків і юнок спрямована на здобуття статусу дорослої людини, орієнтацію та адаптацію в нових обставинах життя, в новому соціальному оточенні, засвоєння нових соціальних ролей у зв'язку з формуванням нових стосунків.

Юнацький вік, за Е. Еріксоном, характеризується кризою ідентичності, коли однаково динамічно розвивається потенціал особистості і зростає вразливість [6]. Юнакам і дівчатам властива актуалізація потреб у повазі та самоповазі, близьких стосунках і підтримці з боку референтних осіб, особистісному розвитку й самореалізації.

Виникнення стану самотності в ранньому юнацькому віці зумовлюється як соціальними, так і психологічними чинниками і пов'язане з труднощами у процесі соціальної ідентифікації індивіда, негативним ставленням до себе, яке заважає будувати соціальні контакти та взаємодіяти з навколишнім світом, а також із втратою тривалих близьких відносин чи нездатністю налагодити нові соціальні зв'язки [2]. Типовими пси-

хологічними чинниками переживання самотності в ранньому юнацькому віці є й неадекватна самооцінка, недостатній рівень розвитку комунікативних навичок, емоційна нестабільність, максималізм та скептицизм у ставленні до реалій життя, конфліктність, невпевненість, надмірна залежність від думки оточення, соціальна тривожність, негативні комунікативні настанови, недовіра до людей та до світу, що стає перешкодою для конструктивної взаємодії. Переживання самотності також пов'язане з негативним впливом на особу найближчого оточення (батьки, друзі, однокласники та ін.), невдалим досвідом комунікації і стосунків, високими вимогами соціуму щодо бажаних патернів поведінки.

Умови воєнного часу теж суттєво змінюють обставини буття молоді. Постійна загроза життю й безпеці мешканців України внаслідок військових дій на її території призвела до втрати стабільності, невизначеності життєвих перспектив юнацтва, необхідності значної частини населення вимушено змінити місце проживання, навчання і праці, роз'єднаності родин, друзів, переминою сталих стосунків. Усі ці випробування, що випали на долю дітей і молоді, нерідко пов'язані з переживанням ними труднощів адаптації до нових умов життєдіяльності, відчуттям невизначеності, відірваності від соціуму, проблемами в навчанні та позанавчальній діяльності, погіршенням здоров'я.

Актуальність проблеми самотності на цьому віковому етапі загострюється ще й впливом цифрових технологій. Їх стрімкий розвиток і надмірне використання юнацтвом визначає домінантним у спілкуванні раціоналізований, простий, поверхневий обмін інформацією, часто на шкоду безпосереднім контактам. Це призводить до того, що поступово віртуальний світ стає більш цікавим і бажаним для молодшої людини, ніж реальний світ [1]. Надмірне використання сучасними юнаками й дівчатами смартфонів, інтернет-залежність, побоювання втратити важливу інформацію (синдром FoMO) в поєднанні з недостатністю навичок самоконтролю зумовлюють ігнорування ними своїх партнерів по комунікації, поширення фабінгу серед молоді та зростання рівня толерантності до нього [1].

Самотність у ранньому юнацькому віці може мати суттєвий вплив на становлення самосвідомості, психологічного благополуччя та психологічної зрілості особистості, однак характер цього впливу може бути досить неоднозначним. Здебільшого поняття самотності в суспільстві й науці

має негативні конотації. Всесвітня організація охорони здоров'я визнала самотність (соціальну ізоляцію) нагальною глобальною проблемою, що впливає на фізичне та психічне здоров'я людей, добробут та розвиток спільнот і суспільства, виходить за рамки віку та кордонів [7].

Водночас чимало дослідників зауважують і ресурсний потенціал самотності. Зокрема, К. Мустакас, не заперечуючи того, що самотність може чинити болючий, неприємний вплив, вважає, що вона може бути й рушійною, творчою силою, тому розглядає її і як продуктивний стан особистості [9]. Схожого погляду дотримується І. Наталушко, яка вказує, що «переживання самотності може стати ситуацією, що сприяє розвитку людини, стимулюючи появу рефлексії з приводу власного життя і перспектив особистісного розвитку» [4]. Позитивний потенціал самотності для юнацтва полягає у тому, що вона є індикатором невдоволеності власним соціальним становищем, може спонукати до рефлексії, саморегуляції, саморозвитку та вдосконалення.

Важливим також є розуміння відмінностей між самотністю та соціальною ізоляцією, а також між самотністю та усамітненням. Соціально ізольовані люди не обов'язково почуваються самотніми [8], а люди, які почуваються самотніми, не конче спілкуються та проводять менше часу з іншими, порівняно зі своїми однолітками [5]. Самотність виникає як результат нестачі базової потреби у спілкуванні, а усамітнення – це наслідок задоволення потреби у відособленні, яка виникає у ситуації надмірної комунікації (В.Москаленко) [3].

Таким чином, проблема самотності є однією з найбільш парадоксальних з-поміж соціально-психологічних феноменів, адже кожна людина сама наповнює її індивідуальним змістом. Аналізуючи сутність самотності в ранньому юнацькому віці, важливо враховувати особливості її суб'єктивного сприйняття і переживання, причини, тривалість, характер впливу на особистість. Важливо, щоб молодь могла знайти баланс між самотністю та соціальними зв'язками, а також розвивати особистісні ресурси для підтримки свого психологічного благополуччя.

Для дослідження особливостей та чинників переживання самотності представниками раннього юнацького віку ми провели емпіричне дослідження, участь у якому взяло 95 респондентів (52 хлопці та 43 дівчат) – учнів 9-11 класів навчальних закладів м.Івано-Франківська та Івано-Франківської області. Для досягнення мети та реалізації завдань емпіричного дослідження

використали низку психодіагностичних методик: «Методика діагностики суб'єктивного переживання самотності» Д. Рассела, Л. Пепло, М. Фергюсона, «Діагностика психологічної атмосфери в колективі» А. Фідлера, «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф, «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» В. Бойка.

Аналіз результатів дослідження суб'єктивного переживання самотності старшокласників (за опитувальником Д. Рассела, Л. Пепло, М. Фергюсона) показав, що більш ніж половині опитаних (59%) притаманний низький рівень суб'єктивного відчуття самотності. Такий показник вказує на те, що ці юнаки й дівчата рідко переживають почуття самотності, тільки у нетипових ситуаціях, вони не схильні до надмірної рефлексії, що дозволяє їм почуватися комфортно не лише в оточенні інших, а й наодинці з собою. Середній рівень прояву та відчуття самотності виявлено у третини (33%) респондентів; припускаємо, що вони схильні до рефлексії, аналізу стосунків з іншими людьми, прагнуть до співпраці та взаємодії, однак незадоволені соціальні потреби певною мірою призводять до появи у них почуття самотності. Високий рівень самотності притаманний 8% опитаних. Юнаки й дівчата, які почувуються дуже самотніми, негативно оцінюють якість своїх стосунків з іншими людьми, схильні до гострого відчуття ізольованості, покинутості й непотрібності, відсутності розуміння і підтримки з боку інших, що, на їх думку, може пояснюватися недостатнім проявом уваги до них з боку оточуючих, дефіцитом позитивних контактів з іншими людьми. Їхня самотність може бути джерелом стресу, депресії, фрустрації, тривоги, міжособистісних та внутрішньособистісних конфліктів, асоціальної та антисоціальної поведінки.

Причому ми зауважили, що найбільшу кількість ствердних відповідей в опитувальнику отримали такі твердження: «Я застаю себе в очікуванні того, що люди першими зателефонують або напишуть мені» (33%), «Ті, хто мене оточує, не розділяють мої інтереси й ідеї» (22%), «Насправді ніхто як слід не знає мене» (25%), «Мої соціальні стосунки і зв'язки поверхневі» (28%), «Люди навкруги мене, але не зі мною» (14%). Це вказує на значно виражений у частини респондентів емоційний дискомфорт у стосунках. Очевидно, ці старшокласники незадоволені собою та своїм соціальним становищем, не відчувають довіри до оточення, мають бар'єри у вияві ініціативи щодо встановлення контактів. Їх внутрішня конфлік-

тність та емоції пов'язані з проблемою визначення справжнього джерела самотності та проєкцією зовнішньої ситуації у внутрішній світ, перенесенням суб'єктивного відчуття непотрібності на власну самооцінку. Це спонукає до формування та закріплення у свідомості цих юнаків і юнок уявлення про себе, як про неспроможних, відкинутих своїм оточенням, суспільством. Надалі це може призвести до втрати у них здатності конструктивно оцінювати себе, свої досягнення, визначити свої цілі і можливості, приймати важливі рішення.

Досліджуючи проблему самотності юнацтва, ми припустили, що важливими її чинниками є показники психологічного благополуччя та соціально-психологічного клімату тієї соціальної групи, в якій, окрім сім'ї, найбільше часу проводять наші респонденти – шкільного класу. Дані за тестом А. Фідлера показали, що майже половина старшокласників оцінюють психологічну атмосферу свого класного колективу як сприятливу (49%). Середній рівень психологічного комфорту у класі засвідчили 35% опитаних, а низький – 16%. Отже, значна частина учасників дослідження не виявляють задоволення належністю до свого учнівського колективу та взаємодією з однолітками. В 57% опитаних юнаків і дівчат було виявлено показники середнього рівня психологічного благополуччя (за методикою К. Ріфф), у 26% юнаків і дівчат – низького рівня благополуччя, і тільки у 17% – високого.

Важливим чинником і критерієм самотності в ранньому юнацькому віці є якість та інтенсивність комунікації, наявність ускладнень у міжособистісних стосунках. Дослідження емоційних проблем у спілкуванні (за методикою В. Бойка) показало, що 47% респондентам притаманні помірні труднощі через невміння виявляти й керувати емоціями, небажання формувати стосунки з іншими людьми на емоційній основі. Ще 33% опитаних стикаються з тим, що емоційні бар'єри суттєво перешкоджають розвитку конструктивних стосунків з оточенням, наслідком чого може стати або виникнення конфліктних ситуацій, або ж зменшення кількості та зниження якості контактів. У решти респондентів (20%) виникають незначні емоційні проблеми у спілкуванні.

Причому під час дослідження ми порівняли дані, отримані в результаті опитування старшокласників, за територіальним принципом. Ми виявили, що юнаки й дівчата, які проживають і навчаються в міській місцевості, більше схильні до появи почуття самотності, ніж їхні ровесники в сільській місцевості. Зокрема, високий рівень

самотності був діагностований у 14% старшокласників, які є жителями міста і тільки у 5% старшокласників, які проживають у сільській місцевості; середній рівень самотності властивий 51% старшокласників з міста і 22% – з села; низький рівень самотності притаманний 34% міських і 73% сільських жителів. Така відмінність у результатах може бути зумовлена соціально-психологічними особливостями територіальних спільнот, такими як рівень згуртованості місцевих громад, інтенсивність безпосередньої комунікації, близькість стосунків у громадах, соціальні пріоритети, цінності, традиції тощо.

Для виявлення зв'язків між показниками суб'єктивного відчуття самотності старшокласників та психологічного благополуччя, наявності комунікативних бар'єрів емоційного характеру, оцінками психологічної атмосфери в шкільному класі було проведено кореляційний аналіз за критерієм Пірсона. За результатами кореляційного аналізу було встановлено, що інтегральний показник рівня суб'єктивного відчуття самотності позитивно корелює з показниками труднощів у встановленні міжособистісних контактів ($r=0,446$, $p<0,001$) та оцінками психологічного клімату в колективі ($r=0,304$, $p<0,001$). Такі взаємозв'язки є свідченням того, що суб'єктивне переживання самотності в ранньому юнацькому віці пов'язане із проблемами комунікації, зокрема в освітньому середовищі. Також встановлено наявність обернено пропорційного взаємозв'язку між показниками суб'єктивного відчуття самотності старшокласників і їх психологічного благополуччя ($r=-0,342$, $p<0,001$). Отже, переживання самотності в ранньому юнацькому віці пов'язане із низьким рівнем психологічного благополуччя, незадоволеністю стосунками з іншими людьми, самим собою. Коли людина відчуває емоційну чи соціальну ізоляцію, брак довірливого спілкування, необхідної підтримки з боку інших, це може призводити до зниження рівня самоповаги та загального задоволення життям. І навпаки, високий рівень психологічного благополуччя допомагає краще адаптуватися в складних ситуаціях, знаходити підтримку у своїх внутрішніх ресурсах, що допомагає знизити відчуття самотності.

Висновки. Вивчення проблеми самотності у ранньому юнацькому віці дозволило визначити його як складне, неоднозначне соціально-психологічне явище. Самотність розглядається як психологічний стан людини, що виникає внаслідок суб'єктивного переживання нею своєї від-

окремленості в суспільстві, психологічного дистанціювання, усвідомлення невідповідності між бажаним і реальним рівнями міжособистісних стосунків, неможливості якісно задовольнити свої основні соціальні потреби.

Суб'єктивне переживання самотності пов'язане з особистісними характеристиками, соціальною ситуацією та якістю соціальних зв'язків, і, як правило, супроводжується почуттями ізоляції, відчуженості, покинутості, непотрібності, станом стресу, фрустрації, депресії. Причини та чинники появи почуття самотності в осіб раннього юнацького віку важливо також розглядати крізь призму вікових змін та життєвих криз. Особливу загрозу для психологічного благополуччя і ментального здоров'я особистості становить хронічне, патологічне переживання самотності. Водночас, якщо самотність приймається людиною й усвідомлюється як можливість для стабілізації свого психічного стану, рефлексії, самовдосконалення, то вона стає ресурсом для розвитку особистості.

Емпіричне дослідження, проведене серед школярів раннього юнацького віку, показало, що більш ніж половині його учасників (59%) притаманний низький рівень суб'єктивного відчуття самотності, третя частина опитаних старшокласників (33%) характеризується середнім рівнем відчуття самотності, а 8% респондентів відчувають дуже самотніми. Переживання самотності в ранньому юнацькому віці пов'язане з наявністю труднощів у встановленні міжособистісних контактів та специфікою психологічного клімату в освітньому середовищі, зниженням рівня психологічного благополуччя, незадоволеністю стосунками з іншими людьми, рівнем взаєморозуміння і взаємної підтримки, досягнутими цілями в житті, самим собою.

На виникнення почуття самотності впливають також такі чинники як утруднення адаптації до життя і навчання в складних обставинах суспільно-політичної ситуації (війни) в країні, вплив референтного оточення, медіа, відносно унормування в суспільній свідомості інтернет-залежності юнацтва, відсутність стабільних міжособистісних зв'язків, гіперінформаційність суспільства, інтенсивність безпосередньої комунікації та якість стосунків у територіальних громадах, соціальні традиції, цінності тощо.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні гендерних аспектів самотності юнацтва та розробці програм психологічного супроводу школярів і студентів в освітніх закладах,

спрямованих на формування конструктивного, ціннісного ставлення до побудови здорових міжособистісних стосунків, усвідомлення дуальності самотності, оптимізацію комунікативних навичок, здатності використання самотності та усамітнення як ресурсів для особистісного розвитку.

Список літератури:

1. Вітюк Н. Фабінг в міжособистісній взаємодії молоді: нова соціальна норма чи загроза стосункам? *Психологія: реальність і перспективи*. Рівне, 2022. № 18. С. 48-57.
2. Дмитренко О. Ю. Індивідуально-психологічні особливості переживання самотності серед молоді. *Вісник Дніпропетровського університету*. Серія «Педагогіка і психологія». 2012. Вип. 18. Т. 20. С.74-79.
3. Москаленко В. В. Самотність та усамітненість як виявлення різних рівнів ієрархічної системи потреб людини. *Усамітнення та самотність в житті особистості* : Збірник тез за матеріалами круглого столу (on-line, 24 квітня 2020 р.). Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2020. С.56-60.
4. Наталушко І. Ю. Самотність та усамітнення через призму творчості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. №3. С. 13-17.
5. Sapiro J.T., Patrick W. Loneliness: Human nature and the need for social connection. New York: W.W. Norton & Company, 2008. 317 p.
6. Ericson E. H. Identity: youth and crisis. New York : W.W. Norton & Company, 1968. 331 p.
7. Johnson S. WHO declares loneliness a 'global public health concern'. *The Guardian*. 2023. 16 Nov. URL: <http://surl.li/ptddl>
8. Matthews T, Danese A, Wertz J, Odgers CL, Ambler A, Moffitt TE, et al. Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis. *Soc. Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2016. Vol. 51(3). P. 339–348.
9. Moustakas C. E. Loneliness and Love. Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall. 1972. 146 p.

Vitiuk N.R., Bihun T.Ya. SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF LONELINESS IN EARLY ADOLESCENCE

The article is devoted to the study of the peculiarities of experiencing loneliness in early adolescence. Loneliness is considered as the psychological state of a person that arises as a result of his or her subjective experience of isolation in society, psychological distancing, awareness of the discrepancy between the desired and real levels of interpersonal relationships, and the inability to satisfy their basic social needs. The experience of loneliness is related to personal characteristics, social situation and quality of social ties, and is usually accompanied by feelings of isolation, alienation, abandonment, uselessness, stress, frustration and depression. It is also important to consider the factors of loneliness in early adolescence through the prism of age-related changes and life crises.

An empirical study conducted among early adolescent schoolchildren showed that 59% of its participants were characterized by a low level of subjective loneliness, 33% of respondents had a medium level, and 8% of respondents had a high level. The correlation analysis revealed correlations between the experience of loneliness in early adolescence and the presence of difficulties in establishing interpersonal contacts, the specifics of the psychological climate in the educational environment, and a decrease in psychological well-being. The emergence of feelings of loneliness in young people is also influenced by social and psychological factors as the need to adapt to life and study in difficult circumstances of the socio-political situation (war) in the country, the influence of the reference environment, media, the growing dependence of young people on smartphones and their excessive use in direct communication, the lack of stable interpersonal relationships, hyper information society, the quality of relationships in territorial communities, social traditions, values, etc.

The results of the study can be implemented in the practice of practical psychologists of educational institutions to develop programs of psychological support for schoolchildren and students aimed at forming in children and youth a constructive, value-based attitude towards building healthy interpersonal relationships, awareness of the duality of loneliness, optimization of communication skills, the ability to use loneliness and solitude as a resource for personal development.

Key words: loneliness, psychological well-being, adolescence, communication, Internet addiction, interpersonal communication, interaction, social isolation, solitude, interpersonal relationships.