

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2025, Том 13, № 3 / 2025, Vol. 13, Iss. 3 <https://mir-nauki.com/issue-3-2025.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/36PDMN325.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Чжан, Я. Психологические механизмы преодоления одиночества детьми из неблагополучных семей / Я. Чжан // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/36PDMN325.pdf>.

For citation:

Zhang Ya. Psychological mechanisms for overcoming loneliness by children from dysfunctional families. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2025;13(3): 36PDMN325. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/36PDMN325.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 159.9

Чжан Ясянь

УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина», Брест, Республика Беларусь
E-mail: 1128656@qq.com

Психологические механизмы преодоления одиночества детьми из неблагополучных семей

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы, связанные с изучением возникновения чувства одиночества у детей из неблагополучных семей и психологических механизмов его преодоления. Данная проблема является актуальной в современном обществе и требует внимания к ее решению. Автор статьи подчеркивает важность проведения комплексной работы по преодолению стрессовых и психологических факторов, ведущих к проблеме одиночества у детей. Определено понятие «одиночество». Проведен анализ динамики показателей неблагополучных семей, выявленных случаев жестокого обращения с несовершеннолетними детьми, а также числа неполных семей. Рассмотрены симптомы и признаки формирования чувства одиночества у подростков из неблагополучных семей, к которым относятся: скука, точка, печальное выражение лица, грусть, обида. Изучены основные факторы, влияющие на возникновение чувства одиночества у детей из неблагополучных семей. Рассмотрены основные последствия, связанные с возникновением чувства одиночества у детей из неблагополучных семей. Рассмотрен общий механизм проведения психологической работы по преодолению чувства одиночества у детей из неблагополучных семей. Изучены эффективные инструменты по проведению психологической коррекции ребенка из неблагополучной семьи. Изучены основные принципы осуществления работы психологами с детьми из неблагополучных семей. Разработаны рекомендации направленные на преодоление чувства одиночества детьми из неблагополучных семей. Данные рекомендации могут быть полезны в практической деятельности при осуществлении психологической работы с детьми из неблагополучных семей.

Ключевые слова: психологические механизмы; преодоление; чувство; одиночество; дети; неблагополучные семьи; родители

Введение

Актуальность исследования обусловлена ростом числа неблагополучных семей (на 19,8 % за 2021–2023 гг.) и необходимостью разработки эффективных психологических механизмов помощи детям, страдающим от одиночества, которое приводит к серьезным

эмоциональным нарушениям и социальной дезадаптации. Особую значимость работа приобретает в связи с недостаточной изученностью современных методов коррекции этого состояния у детей из дисфункциональных семей.

В современном обществе на первый план выходят вопросы физического здоровья и психологического благополучия детей в семьях. На фоне психологических проблем у детей формируется чувство одиночества, которое в свою очередь вызывает ряд цепных реакций со стороны их психики, включая тревожность, замкнутость, депрессию, страх и т. д. Однако, данные проблемы не являются поверхностными, они затрагивают глубинное восприятие и самосознание ребенка. Как показывает практический опыт у детей из неблагополучных семей переживание чувства одиночества происходит по-особенному. Дети из таких семей не чувствуют понимания и поддержки со стороны родителей, внимания, часто оказываются под влиянием внутрисемейных конфликтов, что усугубляет чувство одиночества. Следовательно, существует объективная необходимость поиска эффективных механизмов и подходов для преодоления одиночества детьми из неблагополучных семей. Считаем, что данные подходы должны включать в себя комплексный подход, заключающийся в интеграции усилий со стороны специалистов-психологов, представителей образовательных учреждений, а также государства посредством разработки программы действий направленных на защиту интересов и заботу о детях из неблагополучных семей.

Под одиночеством следует понимать психологическое ощущение личности, которое выражается в его оторванности от реального мира, а также изоляции от него, разрыве социальных связей и коммуникации. С другой стороны, одиночество можно рассматривать как желание и потребность быть включенным в какую-либо социальную группу, контакты для установления связей или общения, поиска новых интересов и возможностей [1].

Важно отметить, что возникновение чувства одиночества у детей из неблагополучных семей это не просто переживания, а глубинные изменения психики, сопровождающиеся потерей внимания ко всему окружающему, крушением жизненных связей, деструктивными процессами и т. д. Очень часто дети из неблагополучных семей пытаются уйти от преследующего чувства одиночества посредством чтения книг, различных игр, увлечений и т. д. В современном обществе также большую популярность приобретает так называемая виртуальная реальность, которая является своего рода маскирующим фактором наличия психических проблем в неблагополучной семье и чувства одиночества у детей.¹

Цель статьи — исследовать психологические механизмы преодоления чувства одиночества у детей из неблагополучных семей и разработать практические рекомендации для психологов, педагогов и социальных работников.

Задачи исследования:

1. Определить понятие одиночества и его специфику у детей из неблагополучных семей.
2. Проанализировать статистику по неблагополучным семьям и выявить основные факторы, способствующие возникновению одиночества.
3. Изучить симптомы и последствия одиночества у детей (замкнутость, тревожность, депрессия, риск девиантного поведения).
4. Рассмотреть методы диагностики (тесты, интервью, проективные методики) и психокоррекции (арт-терапия, музыкотерапия, тренинги).

¹ Платонова Н.М. Введение в теорию социальной работы / Н.М. Платонова. — М: ИНФРА — М, 2022. — с. 18.

5. Разработать рекомендации для специалистов по работе с такими детьми, включая принципы эффективной психологической помощи.

Научная новизна исследования заключается в разработке рекомендаций, направленных на преодоление чувства одиночества детьми из неблагополучных семей.

Вопросы, касающиеся изучения психологических механизмов преодоления одиночества у детей из неблагополучных семей рассматривали многие ученые такие, как Долгинова О.Б., Назарова А.Б., Панкратова И.А., Платонова Н.М., Семенова Л.В., Семичева Э.И., Сорокина Е.Г., Юзефовичус Т.А. и другие. Считаем необходимым продолжить исследование в данном направлении и более подробно изучить отдельные вопросы темы.

Методы и материалы

В процессе проведения исследования был проанализирован широкий круг научной и учебной литературы различных авторов, материалы официальной статистики, научно-периодической литературы. Так, при проведении исследования с целью выявления количества неблагополучных семей, оценке проявления чувства одиночества у детей из неблагополучных и благополучных семей автором был использован метод анализа. При сравнении показателей отчетного периода количества неблагополучных семей с предыдущим периодом применялся сравнительный метод. В основе разработки автором рекомендаций, направленных на преодоление чувства одиночества детьми из неблагополучных семей лежит метод наблюдения. Кроме того, в работе использован графический метод, который позволил обеспечить наглядность изображений.

Результаты и их обсуждение

Общество и государство нуждается в здоровых и грамотных людях, которые способны приносить пользу и создавать общественные блага. Следовательно, забота о детях является приоритетом разработки и реализации государственной политики. Особую категорию составляют дети из неблагополучных семей, которые в основном лишены внимания, заботы, ласки со стороны родителей [2].

Согласно официальным статистическим данным, количество неблагополучных семей в 2023 году увеличилось примерно на 19,8 % по сравнению с аналогичным периодом 2021 года и составило в абсолютном выражении 84,7 тыс. таких семей [3]. Кроме того, было также выявлено увеличение количество случаев жесткого обращения с детьми в неблагополучных семьях. Так, количество случаев грубого обращения с детьми увеличилось в 2023 году на 7,1 % по сравнению с 2021 годом.

Количество несовершеннолетних, ставших жертвами от преступлений, совершенными членом семьи, увеличилось на 15,9 % и составляет 8 716 тыс., отмечается незначительное снижение женщин, ставших жертвами от подобных преступлений, но по-прежнему их число остается на высоком уровне — 22 241 тыс. Число неполных семей, где матери одни воспитывают детей, выросло на 8,7 % и составило в абсолютном выражении 11,2 млн женщин [3].

Таким образом, представленные показатели говорят о том, что существует не только проблема увеличения количества неблагополучных семей, но и роста на этом фоне психологических проблем у детей. Дети в возрасте 6–15 лет являются наиболее уязвимой частью населения, поскольку они в большей степени подвержены влиянию психологических факторов как внутренней, так и внешней среды. Как показало исследование Д.В. Петровой, у

43,7 % детей из неблагополучных семей наблюдается низкая успеваемость, а у 27 % — выраженная замкнутость, что указывает на глубокие нарушения в социальной адаптации и формировании коммуникативных навыков [4].

Исследование Ю.А. Катилос с использованием методики «Моя семья» выявило: у 85 % детей из неблагополучных семей сохраняется патологическая привязанность к деструктивным семейным моделям поведения, несмотря на нахождение в детском доме, что осложняет формирование здоровых механизмов преодоления одиночества [5].

Считаем, что чем старше становится ребенок, тем сложнее решить психологическую проблему, связанную с одиночеством. Поэтому здесь необходима квалифицированная помощь специалиста-психолога. Если родственные связи ослаблены, то у подростка возникает чувство одиночества (самоизоляции), сопровождаемое определенными симптомами и признаками, которые наглядным образом представлены на рисунке 1 [6].



Рисунок 1. Симптомы и признаки одиночества у подростков (рисунок автора)

Основными факторами, влияющими на возникновение чувства одиночества у детей из неблагополучных семей, являются следующие:

1. Частые конфликты в семье между родителями (скандалы, ругань, драка).
2. Злоупотребление алкоголем родителями ребенка.
3. Родители, ведущие недостойный образ жизни и проявляющие аморальное поведение в обществе.
4. Малообеспеченная семья (низкий или ниже уровня среднего доходы родителей).
5. Неполная семья, в которой воспитывается ребенок.
6. Хронически болеющие родители.
7. Неадекватное поведение родителей в семье (совершение действий, не поддающихся логической оценке или обоснованию).
8. Использование неправильных методов воспитания в семье, ведущих к нарушению психического здоровья ребенка.
9. Невыполнение родителями своих обязательств по воспитанию ребенка или нарушение выполнения обещаний.
10. Структурные изменения в семьях (рождение детей вне брака, несовершеннолетними матерями).²

² Сорокина Е.Г. Конфликтология в социальной работе / Е.Г. Сорокина. — М.: Академия, 2023. — С 18.

Кроме внутрисемейных факторов на психическое состояние ребенка и появление у него чувства одиночества оказывает влияние также и другие факторы. К числу таких факторов можно отнести: социально-экономические факторы (условия проживания ребенка, его содержание), медицинские факторы (состояние здоровья ребенка), общественные (коммуникации, связи в обществе) и т. д.

Ссылаясь на исследование И.А. Панкратовой особенности проявления одиночества у детей из благополучных и неблагополучных семей имеют разные причины и значения (рис. 2).

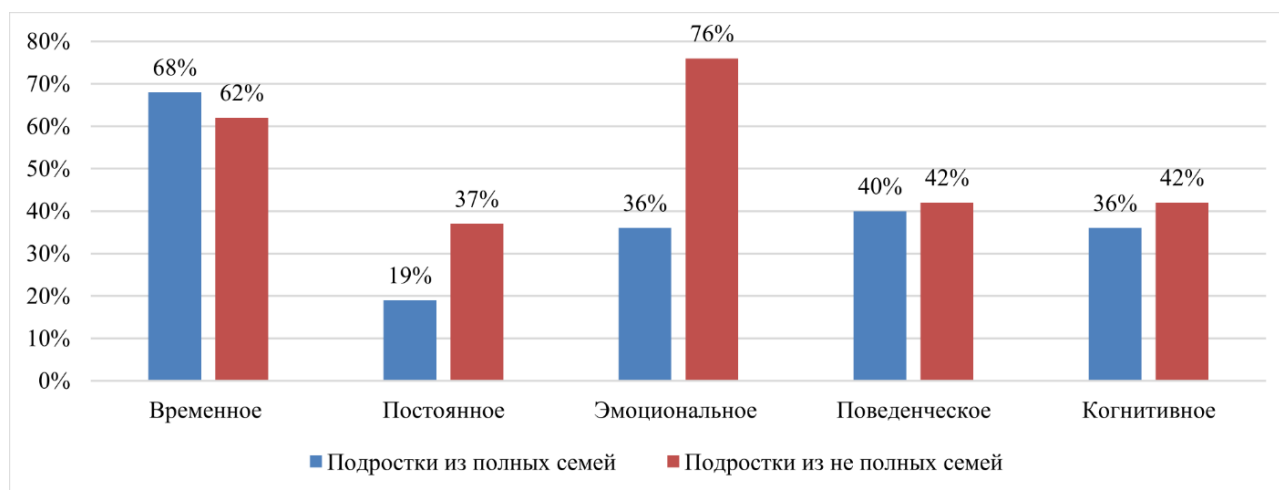


Рисунок 2. Проявление чувства одиночества у детей из неблагополучных и благополучных семей [7]

Таким образом, можно увидеть, что в основном чувство одиночества присуще детям из неблагополучных семей [7]. Причем характер проявления данного чувства носит выраженную эмоциональную окраску.

Считаем, что главными критериями определения неблагополучия в семье является отсутствие любви к собственному ребенку, понимания, внимания к его жизни, интересам и здоровью, отсутствие заботы о нем. Дети в такой семье чувствуют себя не нужными в такой семье, испытывают постоянную тревожность, беспокойство и одиночество.

Эти и другие факторы являются причиной возникновения психических расстройств у детей и появления чувства одиночества и отверженности со стороны своих близких. Как следствие возникновения психологических проблем у детей из неблагополучных семей, связанных с чувством одиночества может стать следующее:

1. Ограничение круга общения среди сверстников, друзей.
2. Увлечение компьютерными играми (возникновение на этой почве компьютерной зависимости).
3. Побег из собственного дома.
4. Алкоголизм.
5. Наркомания.
6. Вступление в запрещенные общественные организации (секты).
7. Преступность.
8. Суицид и т. д.

Далее рассмотрим общий механизм проведения психологической работы по преодолению чувства одиночества у детей из неблагополучных семей, который включает в себя следующие направления деятельности:

1. При выявлении у детей из неблагополучных семей наличия психологической проблемы в виде чувства одиночества необходимо попытаться установить контакт с ребенком (в этом деле могут помочь педагоги, психологи и т. д.).
2. Необходимо определить существующие проблемы и причины одиночества у ребенка, применить индивидуальный подход к решению данной проблемы.
3. При оказании психологической помощи ребенку необходимо учитывать уровень его развития, взгляды, убеждения, для того, чтобы не вызвать негативную реакцию с его стороны (стресс, страх, испуг, депрессию).
4. Для более детальной диагностики и выяснения причин одиночества ребенку может быть предложена одна из диагностических методик оценки его психологического состояния:
 - а) диагностическое интервью;
 - б) тест Личко «ПДО»;
 - в) тест фрустрационной толерантности Розенцвейга;
 - г) тест тревожности Спилбергера-Ханина;
 - д) опросник Басса-Дарки;
 - е) метод неоконченных предложений Подмазина;
 - ж) проективные рисуночные тесты «Моя семья», «Дом, дерево, человек», «Автопортрет», «Несуществующее животное».
5. После проведения предварительной диагностики психического состояния ребенка должна быть составлена индивидуальная программа по психокоррекции существующих проблем и причин, ведущих к формированию одиночества у ребенка, которая может включать в себя следующие основные инструменты работы:
 - а) совместные беседы с психологом на протяжении определенного периода времени и ведение дневника наблюдения;
 - б) выполнение тренинговых упражнений под руководством специалиста;
 - в) применение арттерапии (игровой терапии), как эффективного инструмента психокоррекции у ребенка, посредством которой он имеет возможность выразить свои мысли, чувства;
 - г) применение приемов психогимнастики, которая позволяет снять у ребенка психоэмоциональное перенапряжение, выявить глубинные причины проблем;
 - д) использование музыкотерапии, позволяет снять стресс, расслабить психику и дать возможность отдохнуть ребенку и т. д. [8].

В настоящее время существующие методики и механизмы проведения психологической коррекции пересматриваются, дополняются и совершенствуются в соответствии с новыми потребностями и запросами общества, а также проблемами, существующими в нем [9].

В данной статье разработаны рекомендации, направленные на преодоление чувства одиночества детьми из неблагополучных семей, наглядно представленные на рисунке 3.

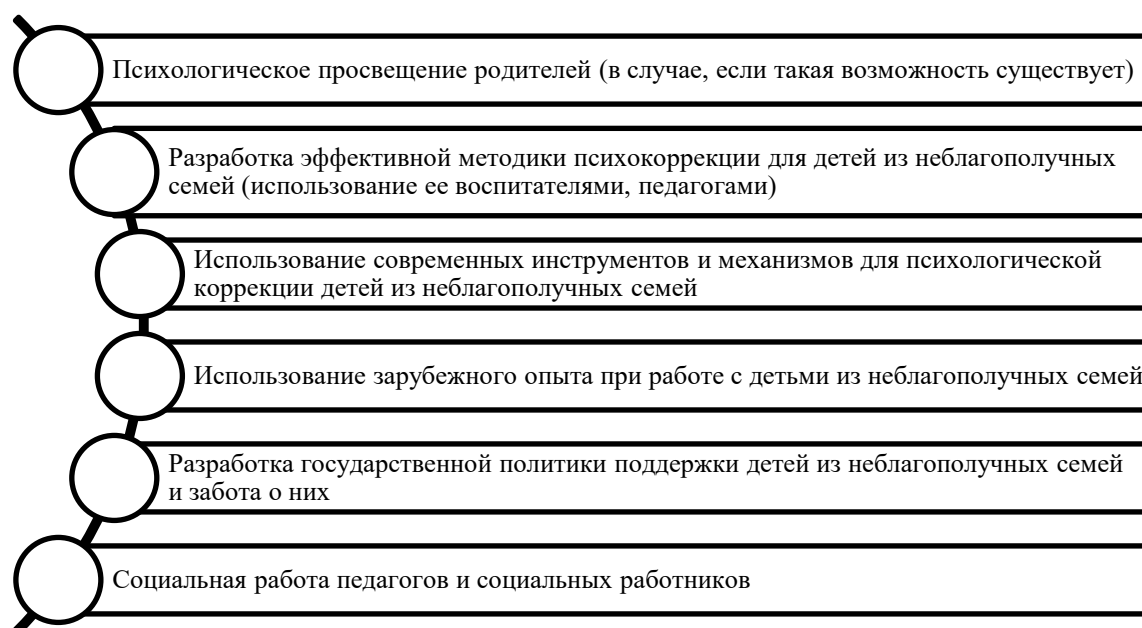


Рисунок 3. Рекомендации, направленные на преодоление чувства одиночества детьми из неблагополучных семей (разработано автором)

Считаем, что разработанные рекомендации могут быть полезны в практической деятельности специалистов-психологов, а также педагогов, которые занимаются обучением и воспитанием детей в образовательных учреждениях. Данные рекомендации также помогут выявить существующие проблемы, а также преодолеть страх, тревожность, обиду и другие чувства, ведущие к формированию одиночества ребенка.

При организации работы психологами с детьми из неблагополучных семей необходимо придерживаться следующих принципов эффективной работы:

1. Принцип непрерывности работы (для того, чтобы добиться системности результатов необходимо постоянно совершенствовать подходы к осуществлению профессиональной деятельности, разрабатывать методики).
2. Принцип добровольности (данный принцип предполагает, что любая применяемая методика, подход или механизм осуществления работы с детьми предполагает их согласие на применение).
3. Принцип конфиденциальности (данный принцип означает сохранение всей полученной информации специалистом в процессе осуществления работы в тайне).
4. Принцип безопасности деятельности (означает, что проводимая работа специалистом-психологом не принесет никаких негативных последствий или ущерба для здоровья или психологического состояния ребенка из неблагополучной семьи).
5. Принцип ориентации на будущее (данный принцип предполагает, что проводимая работа специалистом-психологом окажет положительное влияние на его состояние здоровья и психическое состояние в будущем, например, профилактика возникновения стрессовых ситуаций, возникновения депрессий и т. д.).
6. Принцип толерантности (данный принцип предполагает в формировании безоценочного отношения со стороны психолога к семейной ситуации, в которой находится ребенок) [10].

Заключение

Проведенное исследование подтверждает, что проблема одиночества среди детей из неблагополучных семей требует системного решения. Рост числа таких семей (на 19,8 % за 2021–2023 гг.) и сопутствующие психологические последствия — тревожность, депрессия, социальная дезадаптация — делают эту задачу особенно актуальной.

Ключевыми направлениями работы должны стать:

1. Раннее выявление детей группы риска через сотрудничество школ, социальных служб и органов опеки.
2. Индивидуализированный подход с учетом глубинных причин одиночества (конфликты в семье, материальные трудности, отсутствие привязанности).
3. Применение доказательных методов: от арт-терапии до диагностических тестов (ПДО Личко, методика Розенцвейга).

Особую роль здесь играют профессиональные психологи и социальные работники, обладающие специальными знаниями, инструментами и механизмами для помощи детям из уязвимых семей в преодолении чувства одиночества. Их совместная работа позволяет не только стабилизировать эмоциональное состояние ребенка, но и создать систему долгосрочной поддержки.

Перспективой исследования видится разработка межведомственных программ, объединяющих усилия специалистов, педагогов и НКО. Это позволит не просто корректировать последствия, но и предотвращать возникновение одиночества через работу с семейным окружением.

ЛИТЕРАТУРА

1. Назарова А.Б. Различия в переживаниях чувства одиночества у подростков из благополучных и неблагополучных семей / А.Б. Назарова // Исследования молодых ученых. Казань: Молодой ученый. — 2021. — С. 63–64.
2. Мочалова Я.В., Голикова Ю.Б., Клейтман Е.В. Проблемы развития Белгородской области и пути их решения на современном этапе / Я.В. Мочалова, Ю.Б. Голикова, Е.В. Клейтман // Экономика: вчера, сегодня, завтра. — 2023. — Том 13, № 6А. — С. 266–277.
3. Семенова Л.В. Организация социальной работы с несовершеннолетними из неблагополучных семей / Л.В. Семенова // Молодой ученый. — 2023. — № 26(473). — С. 68–69.
4. Петрова Д.В. Проблемы и трудности детей из неблагополучных семей / Д.В. Петрова // Инновации-2011: Сборник научных статей. — Витебск: Витебский государственный университет имени П.М. Машерова, 2011. — С. 238–240.
5. Катилос Ю.А. Психологические особенности направленности личности детей группы риска из неблагополучных семей // Актуальное состояние и перспективы развития судебной психологии в Российской Федерации: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Калуга, 26–29 мая 2010 года. — Калуга: Издательство Калужского государственного педагогического университета имени К.Э. Циолковского, 2010. — С. 184–187.
6. Назарова А.Б. Особенности проявления одиночества у подростков из неблагополучных семей / А.Б. Назарова // Исследования молодых ученых. — Казань: Молодой ученый. — 2021. — С. 62–63.

7. Панкратова И.А. Взаимосвязь переживания чувства одиночества и компьютерной зависимости у подростков из полных и неполных семей / И.А. Панкратова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021. — № 6. — С. 11–23.
8. Семичева Э.И. Социально-психологическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями и их семей / Э.И. Семичева // Молодой ученый. — 2019. — № 25. — С. 434–436.
9. Долгинова О.Б. Изучение одиночества как психологического феномена / О.Б. Долгинова // Практическая психология. — 2010. — № 4. — С. 28–36.
10. Юзефовичус Т.А. Проблемы социальной работы с молодежью / Т.А. Юзефовичус. — М.: Академия, 2022. — 208 с.

Zhang Yaxian

Brest State A.S. Pushkin University, Brest, Republic of Belarus
E-mail: 1128656@qq.com

Psychological mechanisms for overcoming loneliness by children from dysfunctional families

Abstract. The article deals with the issues related to the study of the emergence of loneliness in children from dysfunctional families and psychological mechanisms of its overcoming. This problem is urgent in modern society and requires attention to its solution. The author of the article emphasizes the importance of comprehensive work on overcoming stress and psychological factors leading to the problem of loneliness in children. The concept of «loneliness» is defined. The dynamics of indicators of dysfunctional families, identified cases of harsh treatment of underage children, as well as the number of single-parent families is analyzed. The symptoms and signs of formation of the feeling of loneliness in teenagers from dysfunctional families, which include: boredom, point, sad facial expression, sadness, resentment are considered. The main factors influencing the emergence of feelings of loneliness in children from dysfunctional families have been studied. The main consequences associated with the emergence of feelings of loneliness in children from dysfunctional families are considered. The general mechanism of psychological work on overcoming the feeling of loneliness in children from dysfunctional families is considered. Effective tools for psychological correction of a child from a dysfunctional family are studied. The basic principles of realization of work by psychologists with children from dysfunctional families are studied. Recommendations aimed at overcoming the feeling of loneliness by children from dysfunctional families are developed. These recommendations can be useful in practical activities when carrying out psychological work with children from disadvantaged families.

Keywords: psychological mechanisms; overcoming; feeling; loneliness; children; dysfunctional families; parents