

PSIHOLOGIA DEZVOLTĂRII

ORIENTĂRI TEORETICE PRIVIND STUDIUL SINGURĂȚĂȚII LA TINERI

THEORETICAL GUIDELINES ON THE OF LONELINESS OF YOUNG ADULTS

Victoria PLĂMĂDEALĂ

Cuvinte-cheie: singurătate, tineri, psihologia dezvoltării, factorii trăirii singurătății, efectele singurătății.

Rezumat

Articolul de față reprezintă o sinteză a cercetărilor efectuate în domeniul psihologiei singurătății cu scopul de a releva sentimentul de singurătate și manifestarea acestuia la tineri. Principalul pericol în această etapă de vârstă este preocuparea excesivă de sine sau evitarea relațiilor interpersonale. Incapacitatea de a stabili relații personale de încredere duce la singurătate. Constatările de cauze și factori ce pot declanșa singurătatea, dar și efectele acesteia la tineri reflectă multiaspectualitatea acestui fenomen complex și ambiguu. Deficitul unui tablou clar al abordărilor singurătății la tineri denotă faptul că acest fenomen poate avea diferite nuanțe. Acestea pot fi exprimate atât prin diverse contexte ale izolării sociale (benevolă sau forțată), ca premisă a dezvoltării personale, cât și prin multitudinea de cauze, manifestări și consecințe pentru viața tânărului. Cele menționate reprezintă un argument în plus privind necesitatea elaborării unui concept al singurătății la tineri, bazat pe abordarea integrată și orientat spre structurarea fundamentată în date empirice și controlul singurătății.

Keywords: loneliness, young adults, developmental psychology, the factors of loneliness, the effects of loneliness.

Abstract

This article is a synthesis of conducted researches in field of loneliness psychology, in order to reveal the feeling of loneliness and its manifestation at young adults. At this age, the main hazard represent the excessive self-concern or avoidance of interpersonal relationships. The inability to establish personal relationships of trust leads to loneliness. The causes and factors findings that could trigger loneliness, as well as their effects on young adults reflect a multi-featured phenomenon of this complex and ambiguous condition. The clear depiction deficiency of loneliness approach among young adults shows that this phenomenon may have different distinctions. As a prerequisite for personal development, as well as a multitude of causes, these can be expressed through various contexts of social isolation disclosure (voluntary or forced) and life consequences of young individual. All of the above represent an additional need of developing the loneliness concept of young, based on an integrated approach and oriented towards structuring the control of loneliness and empirical data-bases.

Introducere. Singurătatea este proprie ființei umane, fiecare dintre noi trăiește sentimentul de singurătate în anumite circumstanțe cu anumită intensitate și durată pe parcursul vieții. Dacă singurătatea poate fi ușor explicată la bătrânețe, când se reduce catastrofal numărul persoanelor cu care relaționează individul, atunci trăirea acestui sentiment la adolescență și tinerețe ridică mai multe semne de întrebare. De ce singurătatea copleșește persoana care se află la etapa cea mai frumoasă a vieții sale – tinerețea, atunci când aceasta este implicată în diverse activități și multiple relații sociale, care sunt manifestările și efectele acesteia pentru tineri? Pentru a înțelege fenomenul singurătății, în general, și trăirea acestui sentiment la etapa tinereții, în special, oamenii de știință din domeniul psihologiei, al sociologiei, medicinei au cercetat singurătatea din mai multe aspecte, totuși până în prezent aceasta rămâne a fi unul dintre cele mai puțin explicate fenomene.

În Republica Moldova, singurătatea nu a fost subiect de investigație teoretică separată, totuși, acest fenomen caracteristic societății moderne a fost reflectat tangențial în studiile efectuate de Furdui F. (1990), [26]. În cercetarea efectuată de noi anterior, conform testului UCLA, (Plămădeală V., 2016) pe un lot de 304 tineri, am ajuns la concluzia că tinerilor contemporani nu doar le este cunoscut sentimentul de singurătate, dar majoritatea din ei trăiesc intens acest sentiment sub diferite forme ale sale, iar 31,9% dintre ei trăiesc un nivel înalt al singurătății [8]. Aceste rezultate corespund cu rezultatele obținute de către alți cercetători: Rubenștein C. și Shaver P. (1982), Rokach A., Bauer N. (2004), Șaghivaleeva G. R. (2007), ș.a.

[18, 17, 26, 27]. Acest fapt ne-a motivat să inițiem studiul teoretic al manifestărilor singurătății la tineri.

Scopul cercetării noastre constă în analiza teoretică a manifestării sentimentului de singurătate la tineri. Pentru a obține atingerea scopului în cercetare s-a aplicat **setul de metode** care reflectă *sensul de mișcare al gândirii științifice*:

✓ *Metoda studiului bibliografic (literature review/overview)* reflectă descrierea și analiza literaturii de specialitate și reprezintă o sinteză și o privire explicitară asupra cercetărilor din domeniul psihologiei singurătății și psihologiei dezvoltării;

✓ *Metoda raționamentului* ține de explicația științifică deductivă și inductivă a sentimentului de singurătate la tineri;

✓ *Metoda fenomenologică* – se atribuie la studierea modului în care tinerii percep realitatea singurătății și atribuie un sens experiențelor de viață, pentru a înțelege de aici care este esența acestor experiențe.

Rezultate și discuții. Cercetarea noastră s-a axat pe descrierea singurătății la vârsta tinereții. Majoritatea autorilor menționează că tinerețea cuprinde perioada de la 20-24/25 de ani [20, 1, 23]. Levinson D. J. lansează conceptul de *lifecourse*, descriind prin acest termen toate aspectele semnificative ale vieții [15].

Șchiopu U., Verza E. (1995) remarca că perioadele tinereții ca perioade care au fost studiate relativ nonconvergent ca entități psihologice. Autorii menționează că perioada de la 20 la 24 ani a adolescenței prelungite este perioada în care se manifestă caracteristici ale adolescenței și caracteristici noi ce sunt ale tinereții, ale stării de adult tânăr.

După părerea lui Albu E. perioada cuprinsă între 20 și 24/25 de ani este preg-

nant de trecere spre statutul social virtual de adult, pe când perioada adolescenței rămâne o perioadă de trecere spre statutul biologic potențial de adult. [1, p.81].

Zlate M. (2004) a schițat o împărțire a vârstelor adulte, după cum urmează: tinerețea, maturitatea și involuția. Autorul consideră că tinerețea începe la 20 de ani și se caracterizează printr-o mai mare armonizare, stabilizare și maturizare, prin adâncirea socializării, specializarea profesională, angajarea în viața socială [10, p. 224].

Potrivit teoriei psihosociale a lui Erksen E., la vârstele adulte, individul parcurge mai multe stadii evolutive: intimitate vs izolare (perioada tinereții, 20-25 ani), generativitate vs stagnare (perioada maturității, 26-64 ani), integritate a eului vs disperare (perioada bătrâneții, după 65) [apud 10, p. 219].

Între 20-25 ani, stadiul intimității/izolării, care are drept scop principal stabilirea relațiilor intime satisfăcătoare de lungă durată; dacă persoana este pregătită să fuzioneze cu partenerul, să se implice plener în situațiile încărcate emoțional induse de relațiile intime, va avea toate șansele să se descurce bine atât în viața personală cât și în cea profesională; dacă, dimpotrivă, contopirea cu altă persoană este considerată o pierdere a propriei identități, atunci tânărul se simte izolat, are relații intime de slabă calitate, carieră profesională oscilantă;

E. Erikson a caracterizat vârsta tinereții (20-25 ani) ca vârstă mijlocie în ciclurile vieții și fiind dominată de amplificarea identității sociale și de angajare, implicarea pe acest plan exprimându-se prin sarcini sociale. În același timp, viața se caracterizează, după acest autor, prin trăirea intensă a experienței dragostei și începutului vieții de familie, ceea ce

duce la dezvoltarea intimității. Această perioadă se dezvoltă fiind influențată de pendularea dintre intimitate, izolare și starea în care eul simte necesitatea de a se lega de noi persoane, grupuri, organizații etc. Astfel se dezvoltă calitatea și capacitatea de partener și, legat de acest statut, se dezvoltă diferite forțe morale interne intime care justifică și alimentează sacrificii și compromisuri. Dragostea și munca capătă un loc central în structura de conținut a personalității.

Principalul pericol în această etapă de vârstă este preocuparea excesivă de sine sau evitarea relațiilor interpersonale. Incapacitatea de a stabili relații personale de încredere duce la singurătate, izolare socială și vid. Calitatea pozitivă, care este asociată cu ieșirea din criza „intimitate / izolare” este iubirea [apud 28, p. 80].

Analiza preliminară a informației teoretice ne permite să afirmăm că fenomenul singurătății la tineri este complex și ambiguu în ceea ce privește conceptualizarea științifică. Considerarea unor dimensiuni ale acestui fenomen în contextul experiențelor individuale și în funcție de schimbările sociale reprezintă un obiectiv metodologic al cercetărilor ulterioare. De asemenea, precizările definirii singurătății la tineri în multitudinea de cercetări psihologice ne-a condus la reflectarea atât a genezei, motivelor, cauzelor, factorilor și reacțiilor, cât și a efectelor trăirii sentimentului de singurătate.

Atunci când ne referim la cauze, nu putem ignora factorii care cauzează trăirea sentimentului de singurătate. Literatura de specialitate evidențiază factorii care duc la formarea sentimentului de singurătate [3, 5, 16, 23, 25, ș.a.]. Cercetarea lui Cristea D. (2000) identifică factorii predispozanți ai trăirii singurătății, repartizându-i în factori psihoin-

dividuali, psihosociali și socioculturali [3, p. 177]. Interacțiunea dintre factorii menționați face ca „starea de singurătate să fie resimțită în mod diferit de la persoană la persoană”. Totodată, „efectele în plan subiectiv ale stării de singurătate sunt foarte diferite...” [ibid. p.176].

Factorii psihoindividuali ai singurătății țin de vârstă, sex, starea de sănătate precum și de factorii legați de personalitate (respectul de sine, imaginea de sine, timiditatea, rezistența la stres social etc.). Factorii psihosociali preponderent reflectă statutul social al persoanei (tipul de profesie, nivel de calificare, activ sau pensionar, statutul marital), precum și ambianța socială a acesteia (zona rezidențială, tipul de locuință, grupurile sociale de vecinătate etc.). Acești factori în totalitate pot genera sentimentul de singurătate și privațiune socială. Factorii de context sociocultural formează imaginea despre tipul de comunitate, civilizație, caracteristicile ei (tehnologizarea, informatizarea ș.a.).

Împreună acești factori duc la formarea stilului personal de trăire și raportare la împrejurările vieții (stil de viață), care fiind dictate de factorii de progres tehnic, precum afirmă Enăchescu C. „duc la izolarea individului și la însingurarea acestuia... cu efecte negative asupra relațiilor psihologice și sociale interumane” [5, p. 86]. Autorul identifică un alt factor de risc care poate conduce la singurătate: progresul și proliferarea vertiginosă a formelor moderne de comunicare. Progresul continuu al mijloacelor de comunicare produce instrumentalizarea excesivă a relațiilor umane, sau „tehnologizarea comunicării”. Acest fapt are ca efect criza comunicării, caracterizată prin deplasarea comunicării interpersonale de la individ la sisteme tehnice de comunicare impersonală, ceea ce

conduce la pierderea legăturilor afective dintre indivizi, la izolare și însingurare a omului în societatea modernă. Schimbările impuse de progresul formelor și tehnicilor de comunicare epuizează capacitățile de adaptare ale omului, producându-i o stare de dependență [5, pag. 87]. Caracteristicile societății informatizate, sintetizate de Toffler A. citat Cristea D. (2000) sub conceptul de tranzență, diminuează posibilitatea formării și menținerii unor legături interpersonale stabile și profunde [apud 3, p.178].

Astfel, putem considera că toți factorii menționați se configurează mult mai accentuat în societatea modernă și creează premise obiective, dar și subiective ale apariției singurătății, indiferent de vârsta omului.

Cercetătorii Cristea M., Nastasă N., Pădurariu A. (2008) au scos de altfel în evidență importanța experienței de socializare, dezvoltarea competențelor sociale și abilităților de relaționare la tinereții pentru a se simți mai puțin singuri [4]. În cazul dat posibilitatea dezvoltării competențelor sociale cade sub incidența factorilor de risc în cadrul unei comunități impersonale, ce creează premise pentru instalarea singurătății.

Cu referire la factorii de context socio-cultural, Покровский Н. (1989) menționează că fluxul de informații cu care individul interacționează, dictat de factorii de progres tehnic, dar și comunicarea uneori forțată în locurile cu o masivitate publică sporită într-un mediu urban, în familie, la locul de muncă, lipsite de limitele rezonabile ale umanismului, nu numai că nu diminuează sentimentul de singurătate, dar îl și agravează [22, p. 9].

Sub aspect socio-cultural sunt identificate reduceri ale contactelor cu

rucele, în timp ce obligațiunile emoționale în cadrul familiei nucleare au devenit mai apropiate. Fapt care din nou condiționează instalarea singurătății.

Peplau L., Perlman D. (1982) afirmă că atât factorii socio-culturali, cât și cei situaționali, cu siguranță măresc șansele persoanei de a trăi singurătatea [16].

Singurătatea în context cultural se referă la diferențe între stilul de viață individualist și cel colectivist. Cel individualist promovează o stare de singurătate care nu este prezentă în majoritatea țărilor collectiviste. Argumentul pentru aceasta constă în faptul că stilul de viață individualist se concentrează mai mult asupra individului și atributelor individuale. Savantul american Slater Ph. (1976) afirmă că instituțiile precum școlile publice și corporațiile private încurajează individualismul și apariția singurătății [19].

Studiile interculturale au scos în evidență că există diferențe de valori și norme în funcție de care unii sau alții se percep ca fiind mai singuri în cazul în care așteptările referitoare la relaționare nu sunt satisfăcute. Ruperea tradițiilor poate fi cauzată de dezvoltarea individualismului. Viețile oamenilor nu mai sunt ghidate de apartenența la o clasă socială anumită.

Un număr de descoperiri efectuate de Höllinger F. și Haller M. (1990) arată complexitatea în care singurătatea și structurile/ pozițiile culturale pot interacționa [14]. A susține că societățile collectiviste experimentează mai puțină singurătate, deoarece sunt mai strâns legate de familii și grupuri, ar însemna să reducem toate diferențele culturale doar la gradul de legătură cu diferite grupuri. Totuși, este important să recunoaștem că diferențele culturale sunt răspunzătoare pentru diferitele moduri în care

oamenii experimentează singurătatea, deși atunci când aceleași instrumente sunt folosite pentru diferite naționalități, întotdeauna va exista o porție de incertitudine referitor la faptul dacă termenii și întrebările sunt înțelese la fel.

În concluzie la cele expuse în context socio-cultural, putem deduce că diferite structuri culturale care pot fi legate de individualism influențează trăirea singurătății și nu individualismul ca atare.

Neculau A. (2004) evidențiază premisele pentru care copilul poate să devină o persoană în general singuratică pe parcursul întregii vieți: lipsa de preocupare față de copil, contradicțiile, incertitudinile sau agresivitățile din partea adulților. Persoana devine singuratică din cauza lanțului vicios: copilul apoi tânărul, fiind excesiv de prudent, timid sau agresiv, face așa încât alții să-l respingă, la rândul ei, respingerea produce neîncredere în persoanele întâlnite, care ar putea eventual deveni prieteni [7, p 150].

Cercetările efectuate de Hojat M. și colab. săi (1989) asupra studenților au evidențiat la fel corelația între atașamentul insuficient copil-părinte și niveluri mai ridicate de anxietate, singurătate, depresie, stimă de sine și sociabilitate scăzută [13]. Alte studii, mai recente, de asemenea susțin corelația dintre atașamentul insuficient copil-părinte și nivelul ridicat de singurătate și depresie [22].

Referitor la factorii de personalitate, putem menționa că tinerii cu o stimă de sine și autoapreciere scăzută, cu grad de timiditate înalt, abilitățile sociale inadecvate, introvertiți prezintă anxietate socială și se simt deseori singuri, izolați social. Aceste idei le regăsim la Hojat M., et all (1989), Bucur și Boza (2008), Neculau A.(2004), Zimbardo Ph. (1991) [13, 2, 7, 22].

Singurătatea este adesea asociată cu depresia, anxietatea, nefericirea și timiditatea. Simptomele psihologice și somatice ale experienței singurătății depind, mai degrabă, pe durata acesteia decât de intensitate.

Peplau L., Perlman D. (1982) afirmă că singurătatea prezintă o cauzalitate complexă. Autorii împart în două grupe distincte cauzele singurătății. Prima grupă este cea referitoare la evenimente sau schimbări care grăbesc apariția singurătății (trecerea într-o altă etapă de școlarizare, intrarea la facultate etc.). A doua grupă de cauze este legată de factorii care predispun indivizii să devină singuri sau să continue să rămână singuri o perioadă mare de timp (abilități sociale scăzute, rețeaua de relații sociale slab dezvoltată, insuficiența comunicării sociale etc.). Autorii citați arată astfel că există o tendință de a supraestima importanța factorilor personali în apariția singurătății și de a acuza victimele singurătății pentru situația lor socială [16].

De altfel, cele relatate mai sus vin să confirme concepția lui Weiss R. (1973) despre singurătatea emoțională și cea socială. În funcție de natura evenimentelor care grăbesc apariția singurătății, Cristea D., dezvoltă concepția lui Weiss R. punând accent pe nevoia de afecțiune și comunicare, iar în cazul în care aceasta nu este satisfăcută se instalează singurătatea emoțională și lipsa de relații ce conduce la devalorizarea socială a persoanei [3, p. 175].

În cercetările lui Leites N. S. (Лейтес Н. С., 1997), au fost identificați factorii de personalitate și dominantele de vârstă ale dezvoltării psihosociale care pot conduce la trăirea negativă a singurătății în perioada tinereții [23].

Se consideră că vârsta adultă este vârsta deplinei armonii psihice, biolo-

gice și sociale a individului. În această etapă a vieții persoana se realizează la maxim în plan social, profesional, familial, dar în situația când individul își întrerupe și se retrage temporar din activitatea profesională împotriva voinței sale, intervin „schimbări” cu restrângeri ale rețelei relaționale, ceea ce pe fondul sentimentului de inutilitate conduce la apariția sindromului singurătății și, al ratării [5, p. 178]. La fel consideră și Golu F. (2015), afirmând că tinerii sunt singuri dacă le lipsește o relație strânsă sau interacțiunea în grup [6, p. 222]. Nevoia de a fi personal, dorința de a fi unic, de a ieși din comun, de a fi original – nevoia care, dacă este exacerbată, poate să ducă la singularizare având ca efect un comportament deviant [ibid. p. 223].

Sentimentul de singurătate poate deveni o consecință a divorțului sau a văduviei, susțin Bucur A. și Boza M. (2008). Savanții au ajuns la concluzia că statutul marital influențează nivelul singurătății sociale și emoționale, iar persoanele văduve prezintă un nivel de singurătate socială și emoțională mai mare decât persoanele divorțate, persoanele în vârstă se simt mai singuri atât social cât și emoțional decât femeile, indiferent de statutul marital [2, p. 34].

Problema singurătății la tineri este uneori privită cu neîncredere, deoarece anume tinerii sunt încadrați în multiple relații interpersonale și sociale. Ca factori explicativi pot servi mutațiile psihosociale care survin în această vârstă: plecarea la studii în alt oraș, încorporarea în armată, găsirea unui loc de muncă în altă localitate, o mai mare labilitate în prietenii și iubiri.

Golu F (2015) îi citează pe Singh și Misra (2009) care afirmă că în cuplurile

de vârstnici căsătoriți, șansele apariției sentimentului de singurătate sunt mici [apud 6, p. 300]. Cercetările printre tineri demonstrează că singurătatea este prezentă mai mult în rândul tinerilor, decât al populației vârstnice. Într-o anchetă extinsă efectuată în SUA, 79% din respondenți cu o vârstă mai mică de 18 ani au declarat că se simt uneori sau adesea singuri [apud 7, p. 150].

Tihonov G. M. (Тихонов Г. М., 2006) constată că singurătatea în adolescență este un fenomen larg răspândit și intens. Tinerii, în general, sunt mai vulnerabili la singurătate decât oameni maturi sau în vârstă înaintată. „Aflându-se într-o situație de criză existențială, tinerii își pierd reperele tradiționale și identitatea proprie. Ca urmare are loc amplificarea vulnerabilității psihologice, iar presiunea mediului social devine mult mai vizibilă „[24, p. 35]. Autorul raportează că variabilitatea și diversitatea mare a singurătății trăite de tineri rezultă din multitudinea de factori care contribuie la apariția acestui fenomen și care reflectă trei dimensiuni:

- factorii determinanți ai singurătății sunt separarea de părinți, dorința de independență, reorganizarea propriului „Eu” etc.;

- structurile sociale și procesele culturale (rolurile inegale și marginale, așteptările excesive și standardele nerealiste, modificarea structurii familiei, posibilități limitate de a ocupa locuri de muncă dorite);

- factori de personalitate (stima de sine scăzută, sentimente de neputință, apatie și lipsa unui scop clar, timiditate, ego-centrism, aptitudini sociale reduse) [25].

Relațiile intime reprezintă o necesitate profundă în perioada tinereții, iar imposibilitatea de a avea relații intime

conduce automat spre sentimentul de singurătate la tineri. Vom preciza că este vorba de *sentiment* și nu de stare, trăire etc. deoarece, în contextual dat, apare lipsa relaționării pozitive cu aspect temporal de lungă durată. Adică în cazul în care vorbim de singurătatea în relații intime, ne vom referi la aceasta ca sentiment.

Într-un studiu de Rokach A., Bauer N. (2004) adresate la trei grupuri de vârstă diferite: tineri adulți 18-30 ani, adulți 31-59 și seniori 60-85 ani, adulții tineri au prezentat scorurile cele mai mari la: suferința emoțională, alienare socială și incoerență, izolarea interpersonală și sinealienare [17, p. 20-21]. Aceasta înseamnă că pentru tinerii adulți singurătatea este însoțită de sentimentul de inutilitate, iar persoanele însingurate se asociază cu o persoană neinteresantă și plictisitoare în relațiile cu alții, trăind un sentiment de neîncredere în cei apropiați. În opinia lui Rokach și Bauer (2004), cauza de ce tinerii adulți trăiesc un grad mai înalt de singurătate constă în faptul că tocmai această perioadă este marcată de incertitudini și cerințe specifice ale societății [17].

E adevărat că tinerii sunt predispuși singurătății, dar cauzele indică o stare mai degrabă trecătoare decât permanentă [25, 27].

Efectele negative și chiar nocive ale singurătății la tineri sunt menționate de toți savanții care au cercetat singurătatea. În subcapitolele anterioare am menționat că singurătatea este trăită dureros, ea dezorganizează armonia internă, este distructivă și epuizantă emoțional, alterează sănătatea mintală, provoacă devianță manifestată prin conduite de refugiu inclusiv și suicid. În confirmarea celor expuse, am dori să evidențiem cercetarea lui Rubenstein C. și Shaver P. (1982) bazată pe chestionare deschi-

se unde savanții au constatat reacțiile la singurătate pe care le-au grupat în patru categorii: pasivitate tristă, solitudine activă, cheltuind bani, căutarea contactelor sociale [18, p. 215]. Menționăm că, în categoria pasivitate tristă au intrat așa răspunsuri ca „plâng”, „dorm”, „nu fac nimic”, „fac abuz de mâncare”, „iau tranquilizatoare”, „mă fac criță” etc., care reprezintă conduite de refugiu, unele dintre ele fiind chiar periculoase.

Cercetări asemănătoare au fost efectuate și de Șaghivaleeva G. R. (Шагивалеева Г. Р., 2007), care a evidențiat agresivitatea la tineri ca reacție la frustrările singurătății, mai mult ca atât agresivitatea orientată atât exterior cât și interior [26, p. 125].

Efectele singurătății afectează nu numai starea de spirit, capacitatea de a fi fericit adică starea sănătății mintale, dar și sănătatea fizică Cacioppo J. și Patrick W. (2008). În lucrarea „Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection” autorii sugerează ideea că există o legătură biologică directă între singurătate și degradarea sănătății. Savanții au adus argumente grele în cifre despre persoanele care trăiesc singure, solitare, dar și cele cu relații sociale slabe, motiv pentru care ele se confruntă cu mai multe probleme de sănătate, au speranța de viață mai redusă, iar probabilitatea unor boli ale psihicului este mult mai mare. Drept efect persoanele ce suferă de singurătate sunt mai agresivi și au alimentație nesănătoasă, au probleme de imunitate, disfuncții ale somnului etc. [11].

Concluzii și recomandări

Constatările de cauze și factori, ce pot declanșa singurătatea, dar și efectele acesteia la tineri reflectă multiaspectualitatea acestui fenomen complex

și ambiguu. Deficitul unui tablou clar al abordărilor singurătății la tineri denotă că acest fenomen poate avea diferite nuanțe. Acestea pot fi exprimate atât prin diverse contexte ale izolării sociale (benevolă sau forțată), cât și dorința benevolă a individului de solitudine, ca premisă a dezvoltării personale. De asemenea, poate fi și sentimentul de singurătate cu multitudinea de cauze, manifestări și consecințe pentru viața individului tânăr. Toate aceste reprezintă un argument în plus în necesitatea elaborării unui concept al singurătății la tineri, bazat pe abordarea integrată și orientat spre structurarea fundamentată în date empirice și controlul singurătății. Acest concept va constitui premisă în explorarea ulterioară a fenomenului singurătății la tineri și construirea unor strategii de intervenție psihosocială pentru specialiștii din domeniu și persoanele interesate.

Bibliografie:

1. Albu E. *Psihologia vârstelor*. Târgu Mureș: Universitatea „Petru Maior”, 2007. 103 p.
2. Bucur, A., Boza, M. *Sentimentul de singurătate și strategiile de coping la persoanele văduve și divorțate*. Psihologia Socială, Nr.21 (1) / 2008. p. 23-37.
3. Cristea D. *Tratat de psihologie socială*. Pro Transilvania. București, 2000. 470 p.
4. Cristea M., Nastasă N., Pădurariu A. *Assertiveness. Social Support and Loneliness*. In: Psihologia Socială, Nr.22 (II)/2008. P.43-52.
5. Enăchescu C. *Tratat de igienă mintală*. Iași: Polirom, 2004. 408 p.
6. Golu F. *Manual de psihologia dezvoltării: o abordare psihodinamică*. Iași: Polirom, 2015. 339p.
7. Neculau A. *Manual de psihologie socială* Ed.II Iași: Polirom, 2004.352 p.

8. Plămădeală V. - *Intensitatea trăirii singurătății la tineri* - în „*Psihologie, Pedagogie Specială, Asistență Socială*” nr. 2 (43), 2016, p.58-63, ISSN 1857-0224.
9. Șchiopu U., Verza E. *Psihologia vârstelor. Ciclurile vieții*. București: Editura didactică și pedagogică, R.A., 1995. 479 p.
10. Zlate M. *Tratat de psihologie organizațională – managerială*. Iași: Polirom, 2004. 568 p.
11. Cacioppo John T., Patrick, William. *Loneliness. Human Nature and the Need for Social Connection*. New York: W.W. Norton and Company., 2008. 332p.
12. *Erikson's Psychosocial Stages* http://www.intropsych.com/ch11_personality/eriksons_psychosocial_stages.html (accesat 15.09.2016).
13. Hojat, M. A *Psychodynamic*. View of Loneliness and Mother-Child Relationship: A Review of Theoretical Perspectives and Empirical Findings. In Hojat M., Crandall, R (Eds.), *Loneliness: Theory, research, and Applications* (pp. 89-104). Newbury Park,: Sage Publications, 1989. P. 89-104.
14. Höllinger F., Haller, M. *Kinship and Social Networks in Modern Societies: A Cross-Cultural Comparison among Seven Nations*. In: *European Sociological Review*, 6(2), 1990. P.103-124. http://www.cmhc.com/perspectives/articles/art_09963.htm (accesat 27.08.2014)
15. Levinson D. J. A *Conception of Adult Development January 1986* *American Psychologist* P.3-13 <http://www.unc.edu/~eajordan/Levinson1986.pdf> (accesat 15.08.2016).
16. Peplau L. A., Perlman D., *Perspectives on loneliness*. In: Peplau L. A. & Perlman D. (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley, 1982. P.1-18. http://www.peplaulab.ucla.edu/Peplau_Lab/Publications_files/Peplau_perlman_82.pdf(accesat 10.09.2016).
17. Rokach A., Bauer. N. *Age, Culture, and Loneliness among Chech and Canadians*. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 23(1), 2004. P.3-23.
18. Rubenstein C., Shaver P. *The experience of loneliness*. In: L. A. Peplau, D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley, 1982. P. 206–223.
19. Slater Ph. *The pursuit of loneliness: American culture at the breaking point*. Boston, 1976. 316 p.
20. Wiseman H., Maysless O., Sharabany. R. *Why are the lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students*. In: *Personality and Individual Differences*, 40 (2), 2006. P.237-248.
21. Зимбардо Ф. *Застенчивость*. Москва: Педагогика, 1991. 208 с.
22. *Лабиринты одиночества*. пер. с англ. Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. Москва: Прогресс, 1989. 624 с.
23. Лейтес Н. С. *Возрастная одаренность и индивидуальное развитие личности*. Москва, 1997. 448 с.
24. Тихонов Г. М. *Феномен одиночества: теоретические и эмпирические аспекты*. Автореф. дис. д-ра. философ. наук. Нижний Новгород, 2006. 47 с.
25. Фурдуй Ф. И. *Стресс и одиночество. Стресс и здоровье*. Кишинев, 1990. 239с.
26. Шагивалеева Г. Р. *Одиночество и особенности его переживания студентами: Монография*. Елабуга: Изд-во ОАО «Алмедиа», 2007. 157 с.
27. Шаповаленко И В *Возрастная Психология (Психология Развития и Возрастная Психология)*, Москва: ГАРДАРИКИ, 2005. 349 с.

PLĂMĂDEALĂ Victoria, drd. lector superior. UPS „Ion Creangă”, R. Moldova.

Primit la redacție 10.09.2017