

dr Magdalena Wasielewska, mgr Marta Łozińska

## Osamotnione dzieci – samotność w tłumie.

### Abstrakt

Współczesna kultura jedynie pozornie daje młodym ludziom poczucie wspólnoty i pomaga im w budowaniu tożsamości. Niniejszy artykuł powstał w oparciu o badania przeprowadzone wśród młodzieży gimnazjalnej i licealnej. Tematem tych badań była *samotność w tłumie*. Autorki wykazują, że coraz więcej młodzieży jest wyalienowana i stwarza sobie alternatywne przestrzenie życiowe. Narastająca agresja przy jednoczesnej obojętności na innych jest jedynie rezultatem zaniku poczucia wspólnoty, „bycia” częścią społeczności. Młodzi ludzie uczestniczą w kulturze masowej, chodzą do klubów tanecznych, kina, korzystają z Internetu po to, by poczuć fizyczną obecność „innych”. W rzeczywistości jednak wszystkie te rozrywki sprawiają, że poczucie wspólnoty jest złudne. Oto każdy z nich jest w grupie, będąc jednocześnie sam. Nie ma bowiem potrzeby interakcji, nikt nie rezygnuje z anonimowości, co więcej nikt nie odczuwa potrzeby, by uczestniczyć w „tworzeniu rzeczywistości”.

„Samotność jest złudzeniem. Myśli człowieka krążą zawsze wokół innych ludzi”

Zofia Nałkowska

Współczesna kultura, coraz szybsze tempo życia, coraz częstsze, ale i coraz płytsze kontakty z ludźmi to jedynie pozorne poczucie wspólnoty. Wydawałoby się, że w tym otaczającym nas całym tłumie nie ma miejsca na samotność. Jednak ta pozorna integracja z grupą, pozornie pomagająca budować tożsamość jednostki, sprawia, że stajemy się coraz bardziej samotni. Coraz więcej młodzieży czuje się wyalienowana i w związku z tym stwarza sobie alternatywne przestrzenie życiowe. Narastająca agresja, przy jednoczesnej obojętności na innych jest jedynie rezultatem zaniku poczucia wspólnoty, „bycia” częścią społeczności. Młodzi ludzie uczestniczą w kulturze masowej, chodzą do klubów tanecznych, kina, korzystają z Internetu po to, by poczuć fizyczną obecność „innych”. W rzeczywistości jednak wszystkie te rozrywki sprawiają, że poczucie wspólnoty jest złudne. Oto każdy z nich jest w grupie, będąc jednocześnie sam. Nie ma już bowiem potrzeby interakcji, nikt nie rezygnuje z anonimowości, co więcej nikt nie odczuwa potrzeby, by uczestniczyć w „tworzeniu rzeczywistości”. Cóż z tego, że otoczeni jesteśmy setką znajomych, że widzimy ich w pubach, na ulicach, w szkole. Wszystkie te kontakty nie stanowią podstawy przywiązania.

Młody człowiek, a właściwie każdy z nas, podobnie jak małe dziecko, potrzebuje osoby przywiązania. Powstanie przywiązania – u dziecka – zależy od wrażliwości osób najbliższych i rozwija się od samego urodzenia. Nawet gdy zaspakajamy wszystkie potrzeby fizjologiczne dziecka, a nie damy mu możliwości kontaktu z niezmiennym się otoczeniem

(takim naturalnym otoczeniem są rodzice) nie dajemy dziecku najważniejszego elementu potrzebnego do życia. Gdy nie ma bowiem osoby przywiązania małeństwo popada w coraz to większe przygnębienie, które w skrajnych przypadkach kończy się śmiercią. Na podkreślenie zasługuje fakt, że sytuacja ta dotyczy nie tylko niemowlaków, u których brak reakcji na wysyłane sygnały – bodźce, prowadzi do naturalnego zaprzestania wysyłania najpierw tych konkretnych sygnałów - potrzeby przytulenia, dotyku, miłości - a w skrajnych przypadkach do zaprzestania wysyłania jakichkolwiek bodźców stymulujących nasz organizm i podtrzymujących procesy życiowe. Sytuacja taka dotyczy także ludzi młodych i dorosłych. Alienacja sprawia, że z czasem nie jesteśmy w stanie wykonywać najprostszych nawet zadań, zaczynają one nas przerastać, w końcu sprawiają, że zatracamy się w sobie dążąc coraz częściej do samounicestwienia.

Samotnymi często okazują się ludzie nieprzeciętni, indywidualiści, którzy nie potrafią odnaleźć swego szczęścia w świecie, w którym przyszło im żyć, a widząc niechęć i brak zrozumienia ze strony innych postanawiają działać sami. Świadomie wybierają samotność jako jedyną możliwą drogę, dzięki której będą mogli realizować swoje posłannictwo. Samotność jest więc, według nich, konieczna jako środek do samorealizacji w imię wyższych



celów. Ale nawet świadomie wybrana samotność unieszczęśliwia. Nawet jeśli odnoszą sukcesy często muszą okupić je ogromnymi wyrzeczeniami i skazaniem się na wewnętrzną samodestrukcję dokonywaną bezustannie przez samotność. W rezultacie stają się życiowymi bankrutami.

Na samotność można spojrzeć jednak jeszcze inaczej. Spróbujmy sobie wyobrazić potwora, który żyje w morzu<sup>1</sup>.

“Jest to ostatni z tego gatunku potworów na świecie, jest największy ze wszystkich istot, żyje

---

1 rys. za: <http://www.daktik.rubikon.pl/opowiadki.htm#Potwor%20z%20morza>

już w samotności 1200 lat i wie, że będzie tak żył jeszcze długo. Teraz znalazł sobie pustą plażę na jednej z wysepek Oceanii, wyszedł na nią i płacze. Potwór płacze nie tylko z powodu samotności. A właściwie chodzi tu raczej o to, że samotność - tak jak rozumieją ją ludzie - jest tylko jedną ze stron podstawowego problemu jego życia. Tym problemem jest **uwięzienie w świecie braku złudzeń**. Ludzie tworzą sobie złudzenia - że są bardziej mądrzy, albo ważni, albo potrzebni, że muszą coś udowodnić, lub zrobić niezwykłego - i to daje im siłę do życia. Gdyby nie mieli tych złudzeń, ich życie straciłoby sens. Potwór nie ma co udowadniać (bo przed kim?), czuje, że jego pomoc być może i wyniosłaby kogoś nad innych, jednak takie wyniesienie najczęściej i tak kończy się demoralizacją tego - któremu lepiej się powiodło. Ludzie myślą, że samotność polega na braku bliskiej osoby. Ale tak nie jest. Samotność w większym stopniu polega na świadomości, że **nie ma możliwości dzielenia się** życiem z kimś innym. Można być samotnym w tłumie, w rodzinie, wśród przyjaciół. Samotnym stanie się też każdy, kto wyrośnie ponad **przestrzeń banалу życiowego**. Bo łatwo jest stworzyć sobie iluzję dzielenia się myślami, jeśli tych myśli produkujemy niewiele, a do tego nie potrafimy odróżnić znaczenia naszych myśli od cudzych. Wtedy wystarczą proste gesty, oklepane zwroty i deklaracje "bycia razem". Wystarczą... dopóki nie spytamy się o ich rzeczywisty sens, o istotę. Może więc lepiej nie myśleć za wiele, nie zadawać zbyt dogłębnych pytań? Ale z drugiej strony, czy człowiekowi który czuje obok siebie wielki, wspaniały świat wzniosłych idei i prawdziwie głębokich uczuć można wytłumaczyć, aby poprzestał na banale i okłamywaniu się w imię wygody psychicznej? Czy w ogóle można wyłupić sobie ów wzrok spoglądania poza przeciętność? Chyba jednak jest tak, że kto raz ujrzał ten wspaniały świat i tak o nim nie zapomni.”<sup>2</sup> I nie chcąc walczyć z niemożnością zmian często wybierają drogę śmierci również fizycznej. “Dlatego ten potwór jest **samotny na zawsze**. Nie znajdzie nikogo, kto go zrozumie, kto zada mu sensowne pytanie, sprzeciwi się inaczej niż mocą ignorancji lub przekory”<sup>3</sup>.

Takimi “potworami” jawią się nam często młodzi ludzie, zachowujący się niejednokrotnie agresywnie i z naszego punktu widzenia nielogicznie. Sprzeciwiają się światu w sposób ostentacyjny, lub też stają się dla niego niewidzialni, pogrążeni w otchłani samotności.

Dlaczego tak się dzieje? Zanim spróbuję odpowiedzieć na to pytanie chciałabym zadać pytanie: czy próbowaliście, w ferworze codziennej pracy, mijając wiecznie zabiegane tłumy, zastanowić się kiedyś, kto oprócz was samych zauważa waszą osobę? Kto z was zauważa? Czy znajdzie się choć jedna osoba, która spojrzy na nas, a nie na pracownika XY

---

2 <http://www.daktik.rubikon.pl/opowiadki.htm#Potwor%20z%20morza>

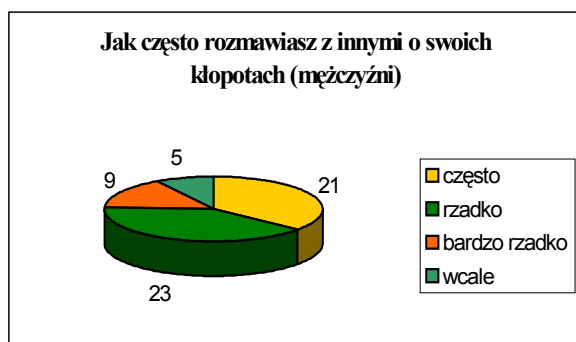
3 ibidem

pracującego w firmie Z? A idąc dziś do pracy, na spotkanie ilu ludzi minęliście, ilu ludzi poświęciliście uwagę? Czasami nawet nie zdajemy sobie sprawy z tego jak wielu ludzi cierpi na prawdopodobnie najgorszą chorobę, chorobę, która odbiera nie tylko przyjemność życia, ale która przede wszystkim odbiera wszelkie nadzieje. To właśnie samotność - ów brak poczucia bliskości drugiej osoby - sprawia, że nie potrafimy cieszyć się z życia, że jesteśmy coraz bardziej zestresowani, popadamy w depresje, przeżywamy załamania nerwowe.

Wbrew pozorom “choroba” ta dotyka nie tylko osoby starsze, często schorowane i opuszczone przez partnerów. Dotyka coraz częściej młodych ludzi, którzy nie znajdują akceptacji ani u rówieśników ani w rodzinie. Stają się niewidzialni, niedotykalni. Często idąc ulicą utwierdzani są w przekonaniu o swej niewidzialności. Potrącamy ich bez słowa przepraszam i ... idziemy dalej, jakże często zakładając, że to młode pokolenie, wulgarnie i pozbawione serca nic nie poczuje. I pewnie często tak jest. Ale dlaczego? Dlaczego pytam. Czy nie jest to reakcja na ową niewidzialność, czy nie jest to próba zwrócenia na siebie uwagi chociażby przez agresję? Kim są ci młodzi ludzie? Agresywne, żyjące “na maksa” młode pokolenie, czy też może wyalienowane, osamotnione, zagubione w sobie, wołające o pomoc stworzenia ...

Badania przeprowadzone na grupie gimnazjalistów i licealistów wskazują, że problem samotności nie jest marginalny, że stanowi realne zagrożenie dla współczesnej młodzieży. Chcąc zbadać przyczyny samotności zadaliśmy ankietowanym następujące pytania:

**Jak często rozmawiają z innymi o swoich kłopotach odpowiedzi następująco:**



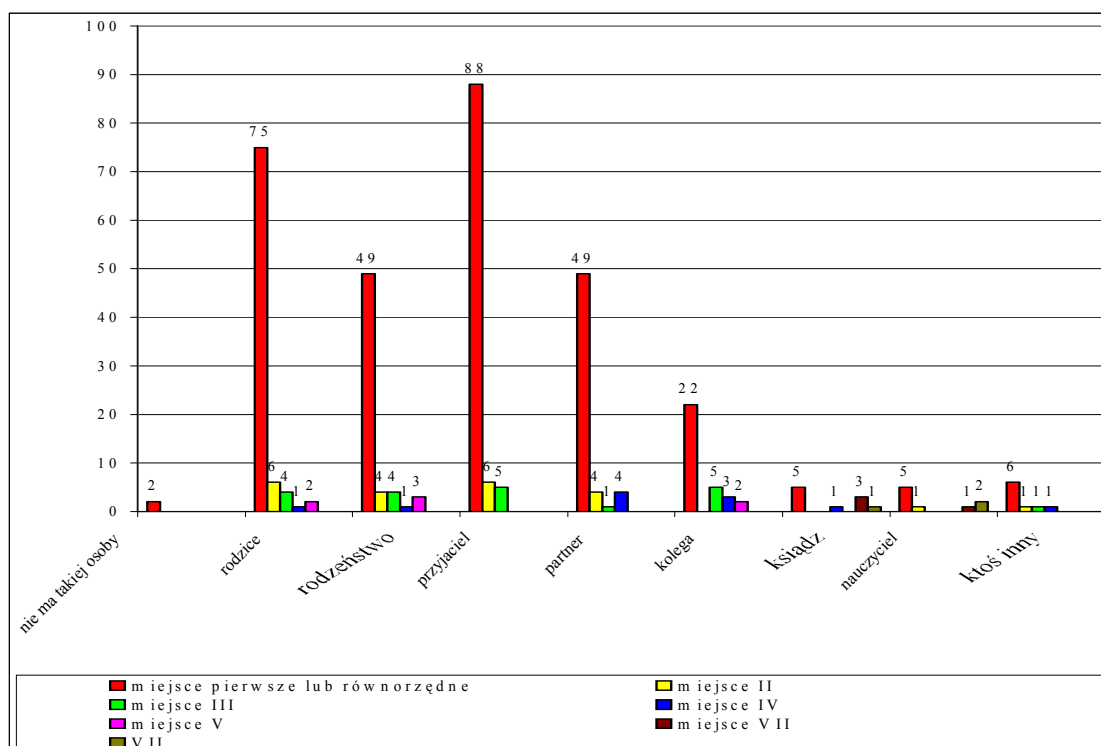
Co się okazuje - kobiety częściej niż mężczyźni rozmawiają o swoich problemach. Z pośród ankietowanych żadna kobieta nie zgłosiła, że wcale nie rozmawia o swoich kłopotach, natomiast 5 mężczyzn udzieliło właśnie takiej odpowiedzi - nie rozmawiają wcale o swoich

problemach. Liczba osób, które rzadko rozmawiają jest zbliżona. Natomiast odpowiedź bardzo rzadko podało trzykrotnie częściej wśród przebadanych mężczyzn niż kobiet. Być może jest to związane z kulturowym ukierunkowaniem młodych ludzi. Socjalizacja płciowa w naszym kręgu kulturowym wymaga od mężczyzn silnego charakteru i samodzielnego radzenia sobie z przeciwnościami. Przepuszczalnie jest to więc wzorzec zachowań kulturowych wyniesiony z domu, który często zamyka młodych mężczyzn we własnym świecie, bez pomocy ze strony innych, nawet bliskich osób. Są oni niejako przez społeczeństwo zmuszani do samotności w przypadku niepowodzenia, o ile takie się zdarzy.

### **A gdy już znajdziemy się w sytuacji bez wyjścia, na kogo możemy liczyć?**

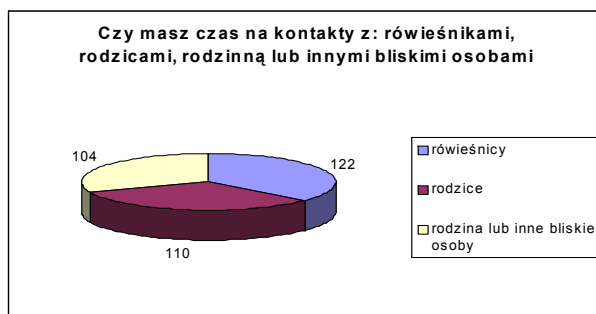
Młodzież zapytana o to z kim może rozmawiać o swoich problemach najczęściej wskazywała przyjaciół, rodziców, rodzeństwo i kolegów. Prawdopodobnie jest to związane z wiekiem ankietowanych 16-18 lat, są to osoby najważniejsze dla nich w życiu w chwili obecnej. Jednak nie to powinno budzić nasze obawy. Największym problemem jest pojawienie się wśród badanych prawie 1,5% głosów dla odpowiedzi: nie ma takiej osoby. To właśnie te osoby są w realnym zagrożeniu, najprawdopodobniej są już samotne.

### **Z kim możesz porozmawiać o swoich kłopotach i problemach? Czy jest taka osoba?**



Częstym powodem alienacji jest szybkość życia. Ciągły brak czasu na tzw. przyjemności, na kontakt z rówieśnikami, rodzicami, rodziną lub innymi bliskimi osobami. Większość młodych ludzi ma obecnie dokładnie zaplanowany dzienny grafik przez swoich

rodziców i nie uwzględnia on podtrzymywania pozaszkolnych kontaktów z rówieśnikami. Rodzice skupieni na uzyskiwanie i zapewnianie jak najlepszego wykształcenia swoim dzieciom, zapominają o wielkiej roli, jaką w życiu każdego człowieka spełniają kontakty i więzi międzyludzkie. Młody człowiek obecnie wie jak powinien konstruować swoją przyszłość edukacyjną i zawodową by odnieść sukces w dorosłym życiu. Nie wie jednak, bo nikt go tego nie nauczył, jak funkcjonować jako część społeczeństwa. Dzieci i młodzież z rodzin biednych i patologicznych, również dawniej były pozbawione edukacji społecznej w domu, ale obecnie dołączyła do nich na prawdę bardzo duża grupa młodych ludzi z tzw. Dobrych rodzin, w których rodzice skupieni na dostarczaniu i zapewnianiu środków finansowych na cały szereg zajęć pozaszkolnych, nie mają czasu na uczenie ich życia z innymi, a nie tylko obok innych.

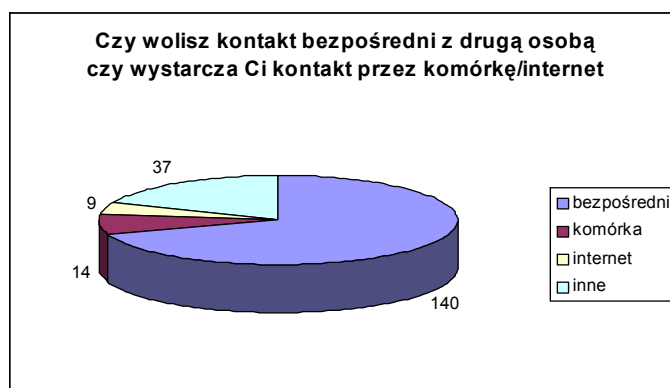


Ze 146 respondentów najwięcej, bo aż 122 badanych, ma czas na kontakty z rówieśnikami, mimo iż odbywają się one poza szkołą. Niestety aż 36 ankietowanych stwierdziło że nie ma czasu na kontakty ze swoimi rodzicami. Być może liberalizacja życia społecznego sprawiła, że oddalając się od osób, które były pierwszymi naturalnymi osobami przywiązania tracimy także umiejętność szukania i znajdowania osób, które stałyby się naturalnym i koniecznym przedłużeniem tej linii.

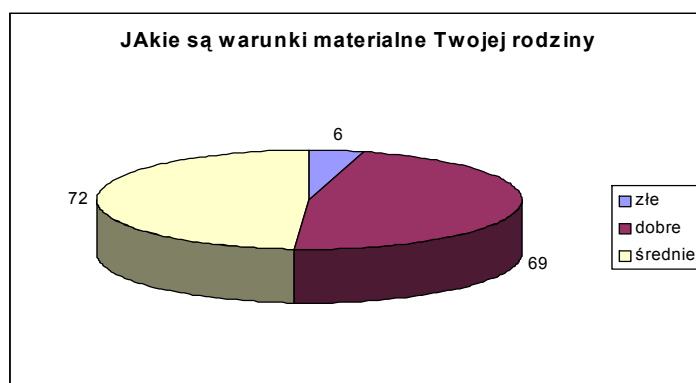


Zdecydowana większość znajduje czas na spotkanie się poza szkołą ze swoimi rówieśnikami. Te 13 osób które zadeklarowało że nie ma czasu na takie kontakty prawdopodobnie mieszka w znacznej odległości od szkolnych kolegów. Najchętniej spotykają

się na podwórkach przy domu, lub chodzą do miasta, na tak zwane zakupy do marketów, gdzie spotykają się “na galeriach” i rozmawiają o “niczym”. Kilkakrotnie pada jako alternatywa pub lub dyskoteka, dużo rzadziej kino.



Prawie wszyscy respondenci preferują spotkania bezpośrednie, jednakże dostrzegają zalety jakie daje współczesna technika w rozwijaniu i podtrzymywaniu kontaktów międzyludzkich. Większość z pytanych uważała że przy istotnych rozmowach niezbędny jest kontakt wzrokowy między rozmówcami.



Większość z respondentów nie uważa sytuacji materialnej swojej rodziny za istotny czynnik w kontaktach z rówieśnikami, jednakże podkreślają, że pieniądze ułatwiają im uczestnictwo w spotkaniach w pubach, czy wyjściach do kina, z których często muszą zrezygnować z braku pieniędzy. 12 osób jednakże uważa, że zmiana sytuacji polepszyła by ich kontakty.

Oto kilka odpowiedzi:

→ *myślę, że nie, bo z powodu kupy pieniędzy nie powinno zmieniać się swojego nastawienia do życia, ale może byłabym pewniejsza siebie*

→ *nie, ponieważ moi znajomi nie są materialistami, nawet są chętni do pomocy*

→ *pieniądze to nie wszystko*

→ *tak, miałabym większe możliwości pójścia tam, gdzie płaci się za wstęp, gdzie oni chodzą*

→ *tak, byłabym bardziej pewna siebie i czułabym się lepiej w otoczeniu innych*

→ *tak, może by się trochę polepszyła, bo mogłabym częściej wychodzić ze znajomymi do kina i na imprezy*

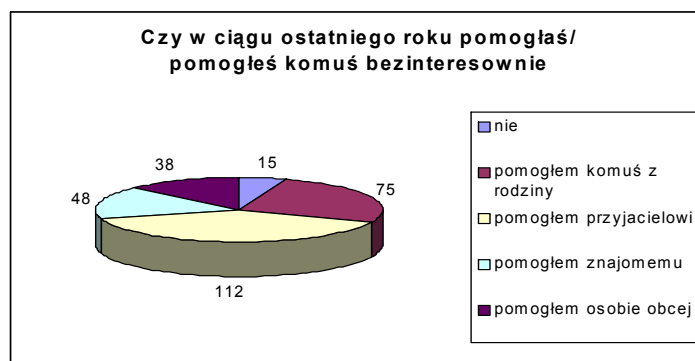
→ *tak, pewnie, że tak, lepiej patrzę, gdy ktoś jest ubrane w lepsze ciuszki*

Mimo, iż w ogromnej większości młodzi ludzie uważają, że zmiana sytuacji finansowej nie wpłynęłaby w żaden sposób na ich stosunki z rówieśnikami, to jednak zauważają, że różnice w poziomie socjalnym powodują podziały na grupy “trzymające się” razem.

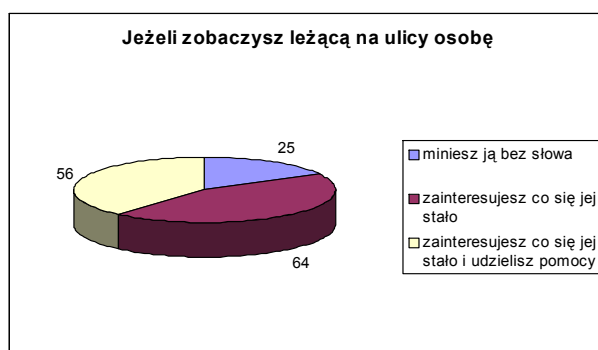


Izolacja ze względu na finanse polega na tym, że niektóre osoby nie mogą w pełni uczestniczyć w życiu towarzyskim swojej grupy przyjaciół lub znajomych, tzn., nie mogą np. iść na płatną dyskotekę, do kina lub pubu. Przez co mogą czuć się gorsi, wyobcowani, odrzuceni. W skrajnych przypadkach zamykają się w sobie.

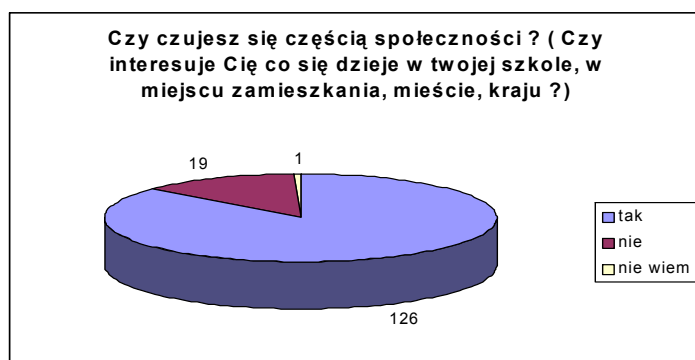
W przezwyciężaniu samotności bardzo często pomaga podjęcie inicjatywy, działań, które są rodzajem sygnałów, na które oczekujemy odpowiedzi. Pomaganie innym ludziom jest rodzajem takich działań. Jednak interakcji nie oczekujemy od osób, którym pomagamy, tylko od bliżej niesprecyzowanego tłumu, w którym szukamy osoby/ osób przywiązania.



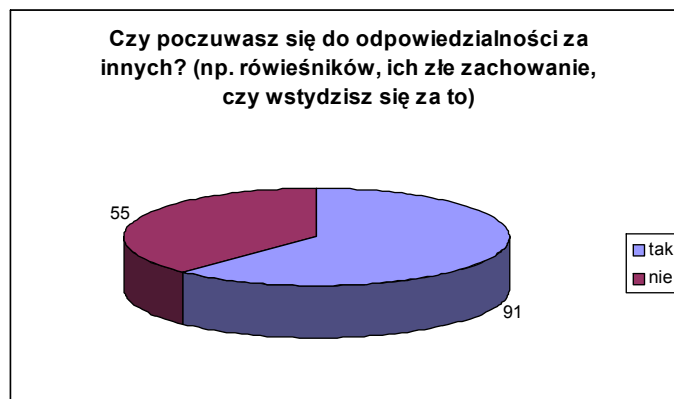
Na pytanie czy w ciągu ostatniego roku pomogłaś komuś bezinteresownie odpowiadają - tak. Zdecydowana większość respondentów jest chętna do pomocy, przy czym najczęściej jest to przyjaciel – prawdopodobnie rówieśnik. Zaraz, na drugim miejscu, są członkowie rodziny. Wynika to prawdopodobnie z faktu, że młodzi ludzie mają ograniczone możliwości konkretnej pomocy (bo wiążą ją najczęściej z pomocą finansową, a ta nie wchodzi w grę, chyba że na małą skalę).



Godnym uwagi jest fakt, że wbrew pozorom młodzież jest wrażliwa na otaczającą ją rzeczywistość, tzn. nie chce żyć samotnie. Zaledwie 30 % respondentów nie tylko zainteresowałoby się sytuacją leżącej na ulicy osoby, ale skłonne byłoby udzielić jej pomocy. Niewiele więcej wykazałoby tylko zainteresowanie.



Pozytywnym wydaje się fakt, że zdecydowana większość respondentów czuje się częścią otaczającego ich świata.



2/3 poczuwa się do odpowiedzialności za swoich rówieśników, bądź to z powodu bycia najstarszym w klasie lub grupie, bądź z faktu iż są postrzegani przez innych przez pryzmat grupy której są częścią. Pozostali uważają, że każdy z nas jest odpowiedzialny sam za siebie.

→ *czuję się odpowiedzialna, bo zależy mi, by moim przyjaciółom nic się nie stało i byli szczęśliwi*

→ *wstyd mi gdy ludzie zachowują się jak zwierzęta, ale nie czuję się odpowiedzialna za innych*

→ *nie mogę być obojętna na to, co się dzieje wokół mnie, bo to jest częścią mnie. To, co się dzieje wokół wpływa też na moje samopoczucie*

→ *to ludzie kreują historię – każdy z nas ma wpływ na to, co się dzieje i zawsze można coś zmienić (np. zachowanie rówieśnika, poprzez zwrócenie mu uwagi)*

→ *czuję się współodpowiedzialna za to, co robią. Nie chcę, by ktoś pomyślał źle o nich i o mnie*

→ *trzeba mówić innym, jak należy się właściwie zachowywać, nie robiąc jednak przy tym wielkiego szumu*

→ *każdy z nas wpływa na innych, więc jest przez to za nich odpowiedzialny*

→ *ponieważ są to osoby dla mnie bliskie, troszczę się o nich, zależy mi na nich*

→ *jesteśmy grupą i jako grupa powinniśmy przedstawiać dobry wizerunek*

→ *nie czuję się za nich odpowiedzialna, ale czasami wstydzę się zachowania niektórych osób*

→ *każdy jest odpowiedzialny za swoje czyny – po to ma rozum. Jeśli ktoś robi coś głupiego, to tylko wprawia mnie w bardzo dobry humor, uświadamiając mi, jak wielka jest głupota ludzka.*

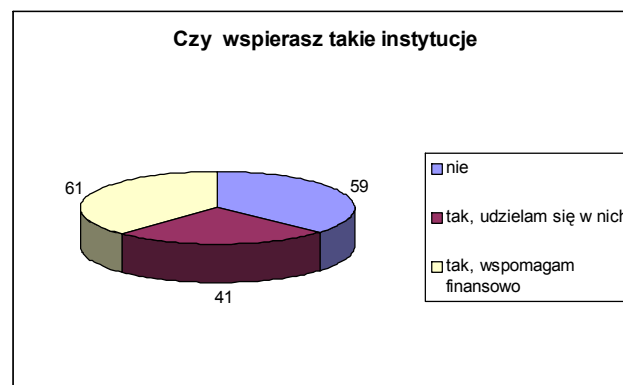
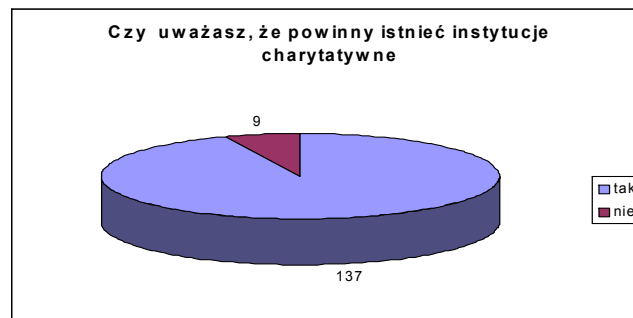
→ *to ich sprawa co robią, ja się wolę nie wtrącać, bo to może wyjść mi na złe*

→ *jest mi trochę smutno i wstyd, gdy słyszę słowa „ta młodzież nie jest wcale wychowana”*,

*ponieważ uważam, że nie każdy jest taki sam. Poza tym wstyd mi za inną młodzież, ponieważ ja do tej grupy nie należę*

*→ tak, ponieważ niektórzy ludzie są zależni od innych i potrzebują ich pomocy. Jeśli nie dam przykładu jak należy postępować, mogą źle postąpić i potem cierpieć.*

*→ tak, bo mam już tego dosyć. Złe zachowanie najczęściej pojawia się w szkołach i nudzi mnie patrzeć na ciągle wydurnianie się*



Zdecydowana większość popiera istnienie instytucji charytatywnych podkreślając istniejącą trudną sytuację gospodarczą w naszym kraju i widząc w tychże instytucjach jedyną szansę na pomoc osobom biednym i potrzebującym. Jednakże 1/3 w żaden sposób nie wspiera tych instytucji, podkreślając ich niewydolność.

*→ izolacja nie jest zdrowa, każdy z nas potrzebuje drugiego człowieka. Każdy z nas jest uzależniony od świata zewnętrznego i każdy powinien mieć poczuciem, że jest ktoś kto się nim interesuje.*

*→ niektóre [instytucje charytatywne] na pewno pomagają innym, ale powinny być kontrolowane, czy nie robią czegoś „na lewo”*

*→ dzięki takim instytucjom ludzie mogą sobie wzajemnie pomagać*

*→ pomoc innym stanowi część istoty ludzkiej, jej moralności i kultury*

*→ pomagają ci, którzy tego potrzebują*

*→ dużo jest dzieci i ludzi potrzebujących pomocy. Takie instytucje potrzebne są dla dzieci z*

### *rodzin patologicznych*

→ pomagają ludziom, którzy naprawdę potrzebują pomocy i wsparcia. Takie instytucje są potrzebne i bardzo ważne, bo budują więź międzyludzką i wylaniają cechy czasami zapomniane (współczucie, żal, pomoc, itp.)

→ ponieważ trzeba pomagać ludziom, którzy sami nie potrafią sobie poradzić z problemami

→ każdy z nas może się znaleźć w takiej sytuacji i wtedy potrzebna jest pomoc

Ostatnie pytanie, które zadałyśmy młodzieży, było pytaniem otwartym, oczekiwaliśmy szczerych odpowiedzi. Niektóre z nich wskazują na duże zapotrzebowanie na nie bycie samotnym w tłumie.

<i>Mam wielu znajomych i przyjaciół, ale czasem czuję się samotna.</i>
<i>Mogłabym powiedzieć, że nie, bo mam kochającą rodzinę, ale poza tym jestem samotna. Zależy z której strony na to spojrzeć.</i>
<i>Nie, ale w niektórych chwilach bywam samotna, tak bywa, że czasem potrzebuję trochę samotności.</i>
<i>Raczej nie, choć czasami tak się czuję, ale wiem, że nie jestem sama. Są na świecie ludzie, którzy mnie kochają.</i>
<i>Nie, bo jestem otoczony wspaniałymi ludźmi, na których zawsze można liczyć, którzy mnie nigdy nie opuszczą.</i>
<i>Nie! Mam kochających rodziców, z którymi mogę porozmawiać. Mam cudownych przyjaciół. Również mam partnera.</i>
<i>Czasami, nie o wszystkim można powiedzieć innym.</i>
<i>Nie! Mam dużo znajomych i kochającą rodzinę.</i>
<i>Nie czuję się samotna. Wiem, że są osoby, które mnie kochają dla których jestem ważna (może najważniejsza na świecie) i które nigdy mnie nie opuszczą.</i>
<i>Mam rodzinę, która mnie bardzo kocha (rodzice) oraz wielu znajomych. Nierzadko jednak czuję swoją samotność – brak osoby, której zależałoby przede wszystkim na moim dobru oraz grupy prawdziwych przyjaciół, z którymi coś robiłabym, działa na rzecz innych ludzi.</i>
<i>Czasami czuję się samotna, bo nie mam partnera, ale dzięki internetowi mam duży kontakt z ludźmi i się z nimi dogaduję&gt; Tam znajdują lekarstwo na samotność.</i>
<i>Tak i nie !</i>
<i>Raczej nie, choć czasem odczuwam samotność.</i>
<i>Czasem czuję się samotna, ale jeśli tak już jest to staram się rozmawiać z Bogiem, lub zawołać kogoś, lub wyjść do kogoś.</i>
<i>Czasami tak i to bardzo. A jak jestem w gronie mojego oddziału KSMu (Katolickiego Stowarzyszenia Młodzieży) to czuję się tam chyba najlepiej</i>
<i>Nie czuję się samotna, bo mam kochanego braciśka i jego żonę – oni mnie zawsze wspierają, pomagają, rozmawiają kiedy jest źle, dadzą kopniaka kiedy potrzeba. Mam przyjaciół, szczególnie tych ze „Wspólnoty”, którzy szczerze „kochają” i nie udają, pomagają. Nawet kiedy poczuje się samotna, zjawiają się przyjaciele.</i>
<i>Ja nie czuję się samotna, ponieważ otoczona jestem gronem przyjaciół, rodziny i rodzeństwa. A to mi wystarcza by być szczęśliwa.</i>
<i>Nie czuję się samotna, jeśli chodzi o przyjaciół. Ale brakuje mi bliskiej osoby (chłopaka).</i>

<p><i>Mimo tego, że mam przyjaciół i znajomych, czasami czuję się samotna i bezradna. Często potrzebuję pomocy, a nie mam do kogo się zwrócić. Czasami czuję, że nie jestem potrzebna nikomu, ale tylko czasem ogarnia mnie chwilowe osamotnienie, potem wszystko wraca do normy. Przyjaciele mnie wspierają.</i></p>
<p><i>Czasami czuję się samotna, choć wiem, że mogę liczyć na moją mamę, siostrę, czy chłopaka. Często bywa tak, że nie potrafię o czymś porozmawiać, o problemach, kłopotach, itp., albo wstydzę się. Takie bariery pomaga mi przelamać mój chłopak czy moja mama. Natomiast kiedy pokłóczę się z bliskimi mi osobami, to czuję się naprawdę samotna.</i></p>
<p><i>Ogólnie nie, ale czasem czuję się tak, jakbym nie pasowała do tego świata, jakbym była z innej galaktyki. Ale poza tym nie czuję się samotna, bo ma przyjaciół, na których mogę polegać.</i></p>
<p><i>Uważam, że nie jestem samotna, ponieważ ma wspaniałych rodziców, przyjaciół, na których mogę liczyć, a także wielu kolegów, znajomych w instytucjach pozarządowych, charytatywnych, gdzie wszyscy się wspieramy nawzajem, a także moi podopieczni sprawiają, że nigdy nie czuję się samotna. Mimo, że nie mam chłopaka, nie czuję się samotna.</i></p>
<p><i>Nie czuję się osobą samotną, ponieważ otaczają mnie bardzo fajni ludzie. Wiem, że zawsze mogę się zwrócić o pomoc do mojej przyjaciółki, czy chłopaka. Często gadamy o naszych problemach, wspólnie sobie pomagamy!!! Nie czuję się samotna!</i></p>
<p><i>A dlaczego miałabym?! Uważam, że osoba która kocha i jest kochana nie ma prawa być samotna.</i></p>
<p><i>Czasami czuję się samotna, kiedy np. pokłóczę się z chłopakiem, czy też rodziną, ale na co dzień nie, ponieważ to zawsze jest chwilowe. Mam pełno przyjaciół, rodzinę, do której zawsze mogę przyjść, jakkolwiek by nie było. Na co dzień czuję się zawsze szczęśliwa i ogólnie nigdy nie jestem samotna!</i></p>
<p><i>Nie. Nie odczuwam samotności, bo nie lubię społeczeństwa, w którym się znajduję. Samotność odczuwają tylko osoby słabe.</i></p>
<p><i>Może nie tyle jestem samotna, co czasami czuję się samotnie. Mam dużo znajomych, ale są momenty kiedy jest mi smutno i czuję się samotna, jest mi wtedy bardzo źle i najczęściej płaczę.</i></p>
<p><i>Nie czuję się samotną osobą, ponieważ są tacy ludzie, co mnie kochają i wspierają w trudnych chwilach, rodzice, przyjaciele, chłopak. Chociaż mam takie chwile, że się czuję jakby wszyscy o mnie zapomnieli.</i></p>
<p><i>Myślę, że nie jestem samotna. Mam rodzinę, chłopaka, przyjaciół. Zawsze mam z kim porozmawiać.</i></p>
<p><i>Nie, ponieważ jestem bardzo aktywny w życiu i potrafię się dogadać z resztą rówieśników. Raczej nie! Mam rodzinę, przyjaciółki, więc jestem szczęśliwa, samotna czuję się tylko wtedy, gdy jest mi źle, a nikogo obok mnie nie ma. Samotność kojarzy mi się z brakiem bliskiej, zaufanej osoby, z brakiem miłości. Ktoś, kto nie ma nikogo, kto zapewniłby mu miłość, szczęście, jest na pewno samotny. Powinniśmy pomagać ludziom samotnym żeby nie czuli się sami i z tego powodu nie izolowali się od świata, zamykali się w sobie. Powinniśmy im pokazać, że nie są sami. Samotność jest najgorszą rzeczą, jak może się trafić człowiekowi, oprócz nieszczęścia w życiu. Powinniśmy każdego obdarzać sympatią i radością, świat na pewno wyglądałby inaczej.</i></p>
<p><i>Ja osobiście nie jestem samotna, mam rodzinę przyjaciół. Ale niektórzy, nawet większość z nas jest samotna. Mam koleżanki, które mogą liczyć na moją pomoc, a ja na ich pomoc, np. w trudnych sytuacjach. Inni, gdy są w złej sytuacji, np. finansowej lub rodzinnej, nie liczą na nikogo, kto mógłby im pomóc. Jeżeli samotne rodziny nie mają na kogo liczyć, to najlepszym rozwiązaniem jest rozmawianie z księdzem lub starym przyjacielem, z którym należy nawiązać kontakt. Należy się szanować.</i></p>

<p><i>Nie uważam siebie za osobę samotną, gdyż mam wielu przyjaciół i znajomych. Często się z nimi spotykam, chodzimy razem na imprezy, do kina, na miasto zjeść coś. Nawet jeśli nie mamy czasu się spotkać, to dzwonimy do siebie lub piszemy smsy. Często też poznaję nowych znajomych.</i></p>
<p><i>Nie, nie jestem samotna. Mam wielu przyjaciół, na których mogę liczyć. Często się spotykamy i spędzamy ze sobą dużo czasu.</i></p>
<p><i>Myślę, że nie, ponieważ nie jestem sierotą, mam oboje rodziców, rodzeństwo, przyjaciół. Zawsze się mogę zwrócić do kogoś z nich, jeżeli mam jakiś problem. Z chęcią mi pomagają, zawsze znajdują jakieś rozwiązanie.</i></p>
<p><i>Uważam się za osobę szczęśliwą i na pewno nie jestem samotna, mam rodziców, rodzeństwo i co najważniejsze przyjaciółkę która zawsze mi pomoże, doradzi. Z nią często się spotykam i wtedy rozmawiamy. Często wyjeżdżamy gdzieś z naszymi chłopakami, oni też potrafią nas rozweselić. Czyli nie uważam się za osobę samotną, wokół mnie zawsze jest wesoło, a jeśli zdarzą się dni „załamki”, to zawsze znajdzie się ktoś komu ufam i mi pomoże.</i></p>
<p><i>Uważam, że nie jestem samotna, ponieważ są w moim życiu osoby, na które mogę liczyć. Są ze mną, gdy coś się dzieje i pomogą mi jak tylko mogą, np. moja przyjaciółka, chłopak, rodzice, rodzeństwo i ciocia. Czasem są nawet moim autorytetem, wiem, że mogę na nich liczyć.</i></p>
<p><i>Myślę, że to zależy od wielu rzeczy. Są takie dni, kiedy czuję się beznadziejnie, wszystko mnie denerwuje i nie mam się komu wyżalić. Mieszkam daleko od swoich rówieśników i gdy naprawdę czuję się samotna, ich przy mnie nie ma. Mogę wyżalić się mamie, ale są takie sprawy, o których wolałabym rozmawiać z przyjaciółmi. Czasami chciałabym wtulić się w ramiona jakiegoś partnera (którego nie mam) i wypłakać się.</i></p>
<p><i>Czasami czuję się strasznie samotna, czuję że nie mam nikogo bliskiego, nie mam z kim porozmawiać. To uczucie jest bardzo dziwne, wiem, że czasami każdemu wchodzi na psychikę, ale nie mogę się załamywać, bo nie chcę zostawić tu bliskiej osoby, dla której coś znacze...</i></p>
<p><i>Uważam, że nie jestem samotna, a raczej nie czuję się tak, ponieważ mam z kim porozmawiać o swoich problemach i mogę liczyć na znajomych, którzy mi zawsze pomogą w każdej sytuacji.</i></p>
<p><i>Uważam, że każdy człowiek jest w jakimś stopniu samotny. Można mieć kilka bliskich osób, z którymi można porozmawiać na każdy temat, zwierzyć się itp., ale w rzeczywistości większość swoich myśli, odczuć, itd.. nie jesteśmy w stanie przekazać innym. Musimy sobie z nimi radzić sami.</i></p> <p><i>Osobiście mam wiele bliskich mi osób, członków rodziny, czy przyjaciół. Wiem, że w każdej sytuacji mogę z nimi porozmawiać, wiem, że mogę na nich liczyć... Bardzo ich kocham (z wzajemnością), a moje życie byłoby bez nich puste, szare i bez sensu. Cieszę się, że są przy mnie, ale zarazem zdaję sobie sprawę, że z niektórymi rzeczami muszę (bo chcę lub po prostu nie mam innego wyjścia) poradzić sobie sama. Akceptuję to i to mi odpowiada.</i></p> <p><i>Trudno jednoznacznie mi stwierdzić, czy jestem samotna, ponieważ mam kochające mnie osoby, na które w każdej sytuacji mogę liczyć, ale z drugiej strony każdy człowiek jest indywidualną jednostką, która czasem potrzebuje odosobnienia i pobycia jedynie ze sobą. Jeśli stwierdzenie samotność jest wyrażone tu w znaczeniu negatywnym, to NIE – nie jestem samotna, ale jeśli w pozytywnym, to w jakimś stopniu na pewno jestem samotna.</i></p> <p><b>KAŻDY JEST.</b></p>
<p><i>Myślę, że nie jestem samotna, ponieważ zawsze mogę liczyć na moje przyjaciółki i chłopaka. jeśli mam jakiś problem, oni zawsze zaproponują mi swoją pomoc, dzięki czemu czuję się, że ktoś się mną interesuje i przejmuje się. Kiedy moi bliscy mają problemy, wtedy ja też wiem, że jestem im potrzebna.</i></p>

<p><i>Czasami jesteśmy samotni nawet w tłumie. Choć mam bliską mi osobę, nie zawsze może być ze mną, kiedy jej potrzebuję. Ale cieszę się, że ją mam, bo nigdy nie wiadomo kiedy będziemy potrzebować jej pomocy.</i></p>
<p><i>Nie, nie uważam się za osobę samotną, mam życzliwe podejście do ludzi, lubię ich, a oni mnie. Jest wokół mnie mnóstwo ludzi, a co najważniejsze takich, którym mogę ufać. Mam świetnych znajomych, którzy sprawiają, że nie mam czasu nawet tak myśleć.</i></p>
<p><i>Nie jestem osobą samotną i taką w ogóle się nie czuję, ponieważ mam kochającego chłopaka, z którym mogę porozmawiać na wszystkie tematy, wspiera mnie w trudnych sytuacjach. Przebywam z nim praktycznie cały dzień. Gdy skończę szkołę, spotykamy się, dużo rozmawiamy, mam się do kogo poprzytulać, itp. Itd.</i></p>
<p><i>Nie czuję się samotna, zawsze jak mam ochotę porozmawiać z kimś, to znajdę taką osobę, najczęściej jest to moja mama lub przyjaciółki.</i></p>
<p><i>Samotność dla mnie jest pojęciem względnym! Nie mam chłopaka ale to nie oznacza, że czuję się samotna! Mam przecież rodzinę, wspaniałych przyjaciół, na których zawsze mogę liczyć. Dlatego uważam, że nie jestem samotna.</i></p>
<p><i>Uważam, że nie jestem osobą samotną, bo mam dużo przyjaciół i wspaniałą rodzinę.</i></p>
<p><i>Czasami czuję się samotna, ale wiem, że wokół mnie są ludzie, którzy mnie rozumieją i udzielą mi wsparcia. Brakuje mi tego, że nie mam chłopaka ( na dłuższą metę ), bo nie mam do kogo się przytulić, na kogo czekać... No i niekiedy są właśnie takie momenty, że czuję się samotna. Jednak zazwyczaj jest obok mnie ktoś, kto pocieszy i zrozumie. I doceniam to, że ma przyjaciół i bliskich, brak mi tylko chłopaka.</i></p>
<p><i>Na ogół nie czuję się samotna. Jeśli jednak samotność mnie „dopada”, rozmawiam z przyjaciółmi, rodzeństwem lub z którymś z rodziców. Łatwiej jest mi jednak otworzyć się przed przyjaciółką. Powiedzieć jej wszystko, o niektórych sytuacjach krępię się powiedzieć rodzicom.</i></p>
<p><i>Osoba samotna to taka osoba, która nie ma bliskiej osoby, z którą mogłaby porozmawiać w trudnych chwilach lub pośmiać się w tych lepszych. Ja na szczęście przebywam wśród przyjaciół i zawsze mogę na nich liczyć.</i></p>
<p><i>Jestem osobą, która nie czuje się samotna w gronie rodziny i przyjaciół. Lubię przebywać ze znajomymi, ponieważ dzięki nim uczę wiele rzeczy.</i></p>
<p><i>Mam przyjaciół, do których zawsze mogę się zwrócić ze swoimi problemami. Często, gdy coś mnie gryzie, idę do p. Dyrektor, bo wiem, że ona zawsze mi pomoże i udzieli dobrej rady. Jest jeszcze jedna osoba, do której chodzę z problemami. Jest to mój trener. To dzięki niemu i p. dyrektor osiągam dużo rzeczy. Zawdzięczam im wiele. Nauczyłam się dzięki nim rzeczy, o których wcześniej nie miałam pojęcia.</i></p>
<p><i>Jeżeli pytanie „czy jesteś samotny” dotyczy tego, czy mam partnera, czy nie, odpowiadam, że nie. Jest ktoś na kim bardzo mi zależy. Przy nim czuję się wspaniale, lecz gdy go nie ma czuję się samotnie. Zależy mi na tym by relacje między nami były jak najbardziej doskonałe, ale tak niestety nie jest. Często jestem samotna u siebie, w domu, dlatego uwielbiam jeździć do mojego taty i dziadka, u nich czuję się, jak u siebie w domu ( w końcu to jest mój dom) i jestem wtedy najszczęśliwszą osobą na świecie. Przy moim dziadku czuję się jak malutka dziewczynka. Zdarza mi się pomarzyć, potrafię siedzieć sama w pokoju i myśleć, wtedy jestem samotna. Wiem, że czasami tego potrzebuję.</i></p>
<p><i>Uważam, że nie jestem osobą samotną, ponieważ mam przyjaciół, na których mogę liczyć. Czasami mam stany depresyjne i myślę, że jestem samotna, ale z reguły bliskie osoby podtrzymują mnie na duchu. Zależy też, co kto rozumie przez stwierdzenie „samotny”, bo jeśli chodzi o bycie z chłopakiem, to nie odczuwam takiej potrzeby na dłuższą metę, wolę przelotne związki, przez co nie czuję się samotna.</i></p>
<p><i>Czasami gdy siedzę sobie w domu, to mam takie myśli, że jestem samotna i że nikt mnie nie rozumie, chociaż mam dużo przyjaciółek, z którymi naprawdę dobrze się rozumiem i dogaduję.</i></p>

<i>Wydaje mi się, że każdy człowiek odczuwa samotność. Ja bardzo często czuję się samotna, kiedy moja przyjaciółka, czy znajomi nie mają dla mnie czasu, wtedy mam już wszystkiego dość i zaczynam się zastanawiać, dlaczego ludzie nie chcą się ze mną spotykać, zazwyczaj zaczynam płakać. Rozmyślam jak by to było, gdyby mnie nie było. Czy ludzie, z którymi aktualnie spędzam dużo czasu, ucieszyliby się z tego faktu, czy byłoby im smutno. Ciekawi mnie, dlaczego się ze mną zadają.</i>
<i>Nie jestem samotna. W moim życiu wiem, że są ludzie, którym na mnie zależy (i odwrotnie), jednak bywa tak (dość często), że czuję się samotna. W mojej miejscowości nie mam ludzi, z którymi utrzymywałabym stały kontakt i którzy dawaliby poczucie, że nie jestem sama. Najważniejsze dla mnie osoby mieszkają w oddalonych miastach o 30 czy więcej kilometrów. Różne nasze zajęcia sprawiają, że kontakt nasz jest ograniczony. Mam jednak świadomość, że jeśli będę potrzebowała pomocy, czy wsparcia, mam do kogo się zwrócić.</i>
<i>Raczej nie czuję się samotny, bo w razie potrzeby, czy to finansowej, czy duchowej, mam się do kogo zwrócić. Wiem, że zawsze jak potrzebuję, to mogę iść do rodziców, rodziny, lub przyjaciół.</i>
<i>Tymczasowo tak.</i>
<i>Samotny nie jestem, bo mam rodziców, kochaną dziewczynę, ale gdyby nie ona, to bym się czuł strasznie samotny.</i>
<i>Raczej nie, choć cenię sobie przebywanie w samotności (cisza, spokój, medytacja).</i>
<i>Czasami (samotność pomaga w wielu sprawach).</i>
<i>Nie, ponieważ moim oparciem jest rodzina, poza tym żyję w stałym związku, ponadto mam wielu przyjaciół, na których mogę liczyć. Dlatego czuję się zrealizowany pod każdym względem.</i>
<i>Nie, ponieważ mam dużo znajomych, w tym kolegów i koleżanki, na których mogę zawsze liczyć, kiedy mam kłopoty. Mogę się z nimi zawsze spotkać, porozmawiać, wymienić się poglądami.</i>
<i>Czasami czuję się samotny, ale na ogół nie jestem.</i>
<i>Nie sądzę, w końcu mam kolegów, przyjaciół. Ale męczy mnie tłok, nie lubię, kiedy osób znajomych jest zbyt dużo lub jeśli te osoby ciągle robią komuś na złość. Mimo wszystko nie czuję się samotny.</i>
<i>Myślę, że jestem samotny, choć czasami potrzebowałbym kogoś, komu mogę się wyżalić (dziewczynie). Uważam, że mam niezły kontakt z rówieśnikami, ale czasem jest niezbyt dobry, gdy wybuchnie jakaś kłótnia z głupiego powodu.</i>
<i>Nie jestem samotny, ale czasem czuję się, jakby wszyscy się ode mnie odwrócili i zostawili mnie.</i>
<i>Nie, nie jestem samotny, ponieważ mam rodzinę, na którą zawsze mogę liczyć i z którą zawsze mogę rozmawiać o swoich problemach</i>
<i>Nie, mam wielu przyjaciół, rodzinę oraz dziewczynę, na których mogę zawsze polegać i wiem, że mnie wesprą nawet w najtrudniejszych sytuacjach. Dzięki nim czuję się bezpiecznie, to oni są moją energią życiową.</i>

Jak widać z przytoczonych wypowiedzi większość młodych ludzi zdecydowanie zaprzecza, że są samotni. Niektórzy przyznają się, że ten problem dotyczy ich w różnych momentach życia, jednak radzą sobie sami.

Czy jednak nie jest to wołanie o pomoc? W pewnym sensie tak, bo grozi im samotność w tłumie. Mają grono przyjaciół, ale nie zawsze i nie zawsze dostępnych, a przecież to właśnie powinny być osoby, które zapewnią wsparcie psychiczne, pomoc w trudnej sytuacji. Wzajemna pomoc i wzajemne relacje nie zawsze spełniają oczekiwania

młodych ludzi. Tłumaczą to brakiem czasu na wszystko: na kontakty zarówno z rodziną jak i z przyjaciółmi, kolegami ze szkoły. Ten brak czasu z kolei sprawia, że nie mogą znaleźć osoby przywiązania, nie mają w swoim środowisku oparcia społecznego. Stają się coraz bardziej zagubieni w tłumie.

#### Bibliografia:

Aronson, E., Wilson, T. D., Akert, R. M., 1997, *Psychologia społeczna. Serce i umysł*, Poznań.

Barański, J., 2000, *Samotność i nostalgia: szkice z filozofii kultury*, Wrocław.

Dołęga, Z., 2003, *Samotność młodzieży: analiza teoretyczna i studia empiryczne*, Katowice.

Izdebska, J., 2004, *Dziecko osamotnione w rodzinie: kontekst pedagogiczny*, Białystok.

Klimowicz, G., 1988, *Przeciwko bezradnej samotności*, Warszawa.

Łopatkowa, M., 1989, *Samotność dziecka*, Warszawa.

Rembowski, J., 1992, *Samotność*, Gdańsk.

Szyszkowa, M., 1988, *Samotność i osamotnienie*, Warszawa.

Tyszkowa, M., 1977, *Aktywność i działalność dzieci i młodzieży*, Warszawa.