

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Izolacja i samotność dzieci Przyczyny zjawiska i sposoby przeciwdziałania

Urszula Jakuć

Politechnika Białostocka
Wydział Inżynierii Zarządzania
Data: 29.03.2025 r.



Organizatorzy

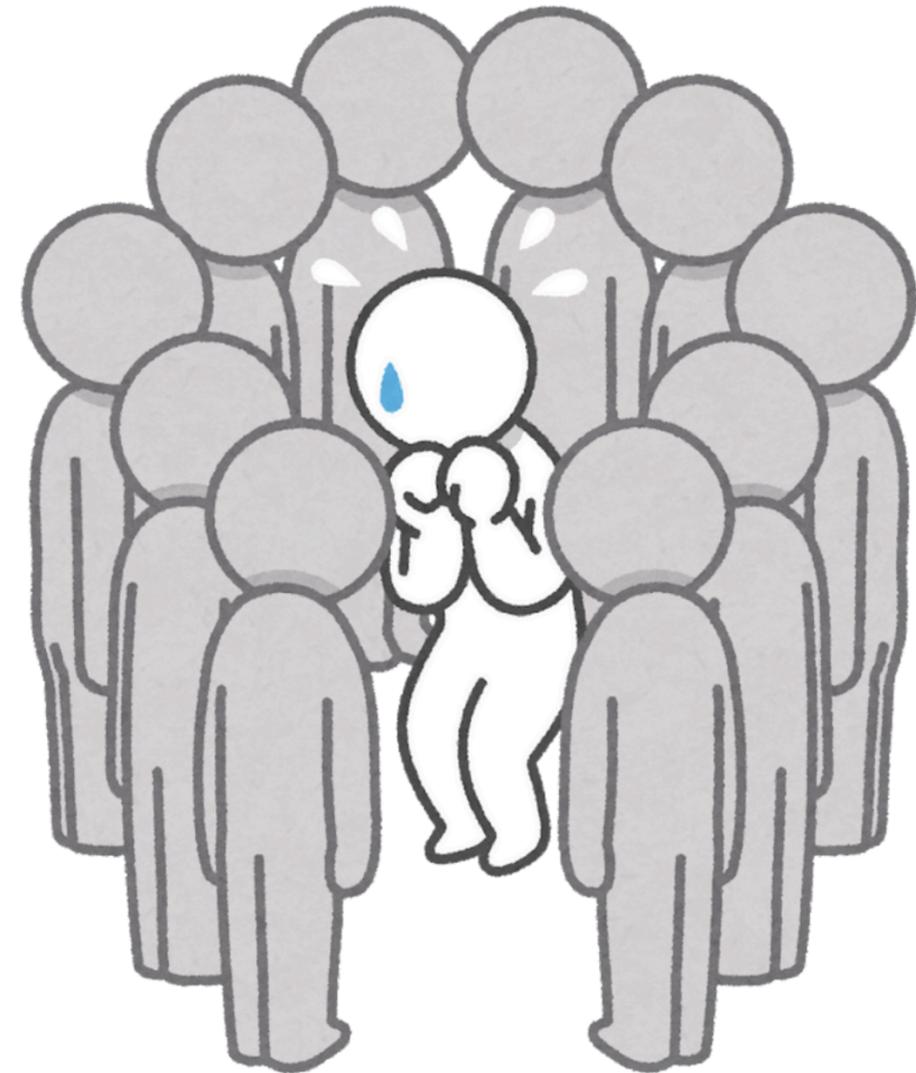


**Wydział Inżynierii
Zarządzania**

POLITECHNIKA BIAŁOSTOCKA

Rodzaje samotności u dzieci

1. Samotność emocjonalna – brak jednej bliskiej osoby, której dziecko może ufać, która je rozumie.
2. Samotność społeczna – poczucie odrzucenia przez grupę rówieśniczą, brak przynależności do klasy, grupy zabawowej.
3. Samotność egzystencjalna – związana z głębokim poczuciem niezrozumienia, odrębności, zwłaszcza u dzieci wysoko wrażliwych lub neuroatypowych.



Definicje i ujęcia psychologiczne

- Badacze samotności, opisują ją jako „negatywne” uczucie wynikające z niespełnionej potrzeby kontaktów interpersonalnych” – to stan, w którym istnieje rozbieżność między pożądanymi a rzeczywistymi relacjami społecznymi.
- Samotność to nie ilość relacji, ale ich jakość. Dziecko może mieć wielu kolegów, a mimo to czuć się samotne, jeśli nie czuje się z nikim naprawdę blisko.



Samotność a rozwój dziecka

Długotrwała samotność może wpływać na:

- obniżenie samooceny,
- trudności w regulacji emocji,
- objawy depresyjne lub lękowe,
- unikanie relacji lub przeciwnie – nadmierne zabieganie o uwagę,
- somatyzację (np. bóle głowy, brzucha bez przyczyny fizycznej).



Źródła samotności u dzieci

- nieśmiałość, lęk społeczny, brak umiejętności społecznych,
- problemy rodzinne (rozwód, przemoc, brak obecności rodziców),
- odrzucenie przez rówieśników,
- nadmierne korzystanie z mediów cyfrowych jako forma ucieczki,
- zbyt wysoka lub zbyt niska wrażliwość emocjonalna.



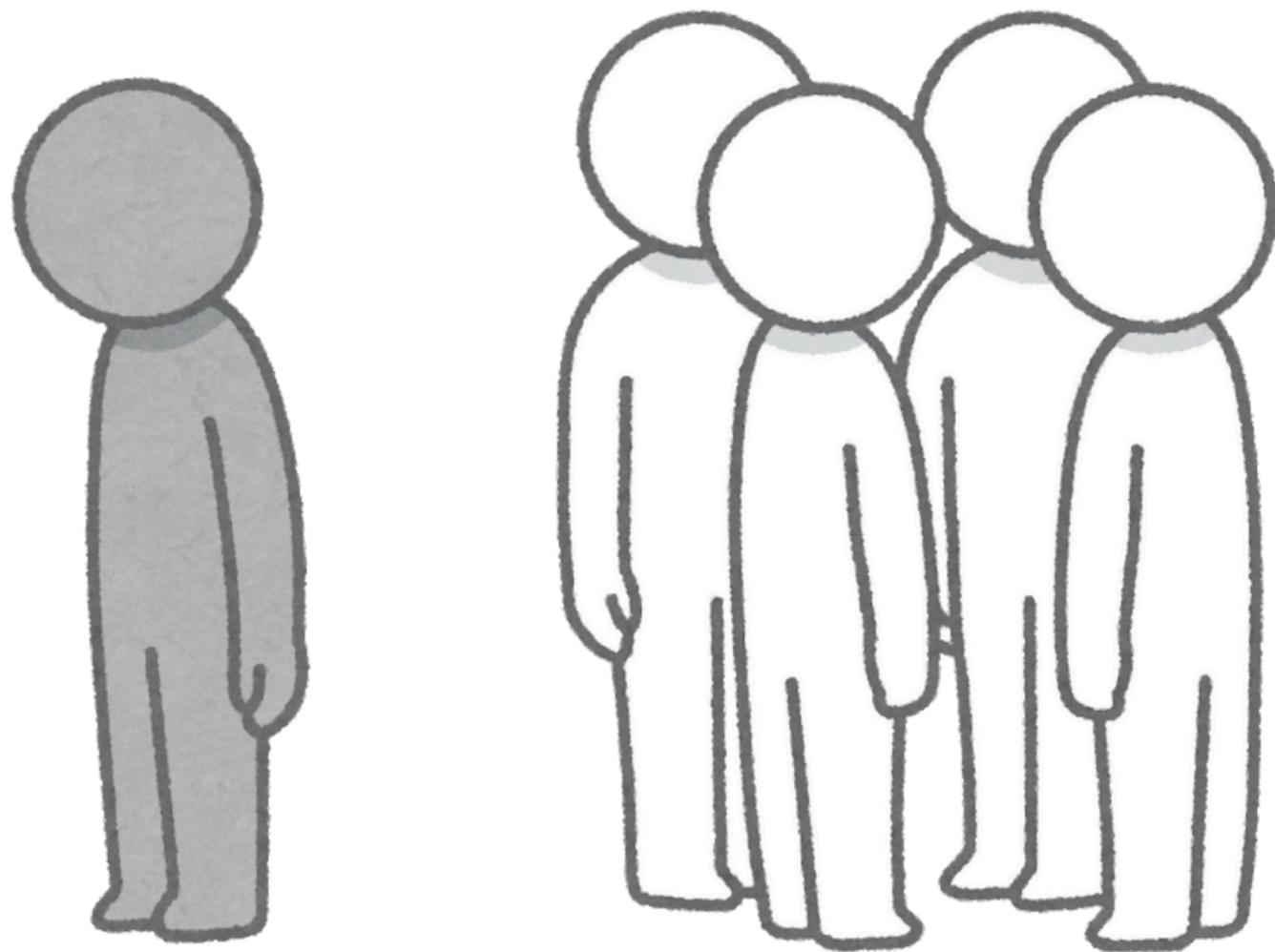
Izolacja u dziecka – ujęcie psychologiczne

Izolacja społeczna

stan, w którym dziecko jest pozbawione adekwatnych kontaktów interpersonalnych z rówieśnikami, rodziną lub innymi ważnymi osobami.



Izolacja u dziecka – ujęcie psychologiczne



Jest to obiektywna sytuacja braku relacji lub ograniczonego uczestnictwa w interakcjach społecznych – w odróżnieniu od samotności, która jest subiektywnym przeżyciem.

Izolacja może być:

FIZYCZNA

dziecko przebywa w domu,
nie uczęszcza do szkoły,
nie uczestniczy w zajęciach
rówieśniczych





EMOCJALNA

dziecko doświadcza braku
bliskości, więzi, zrozumienia,
mimo fizycznej obecności innych

SPOŁECZNA

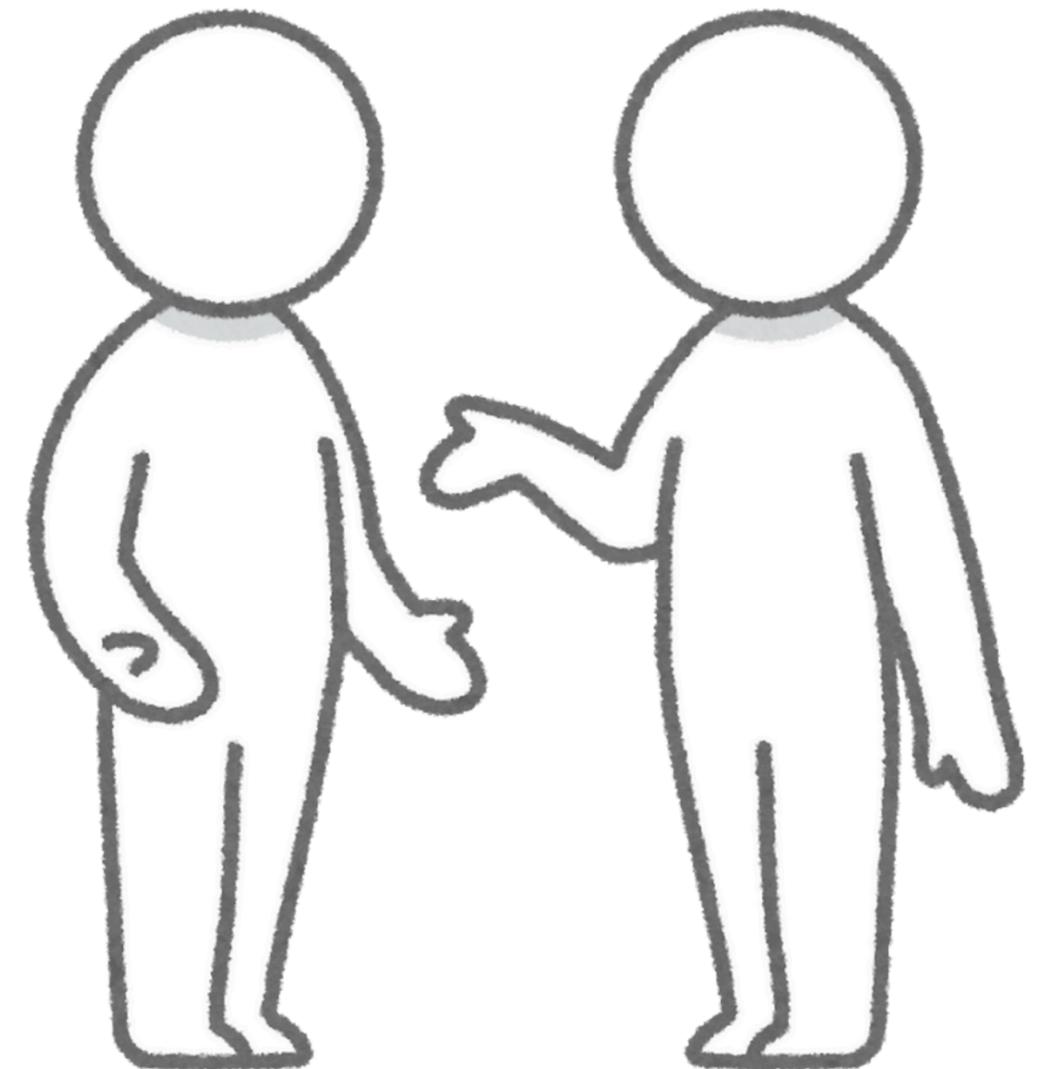
dziecko nie jest akceptowane
przez grupę, nie uczestniczy
w zabawach, nie jest zapraszane,
jest marginalizowane.



Przyczyny izolacji u dzieci

Trudności w kompetencjach społecznych

nieumiejętność nawiązywania i podtrzymywania relacji,
nieadekwatne zachowania społeczne.





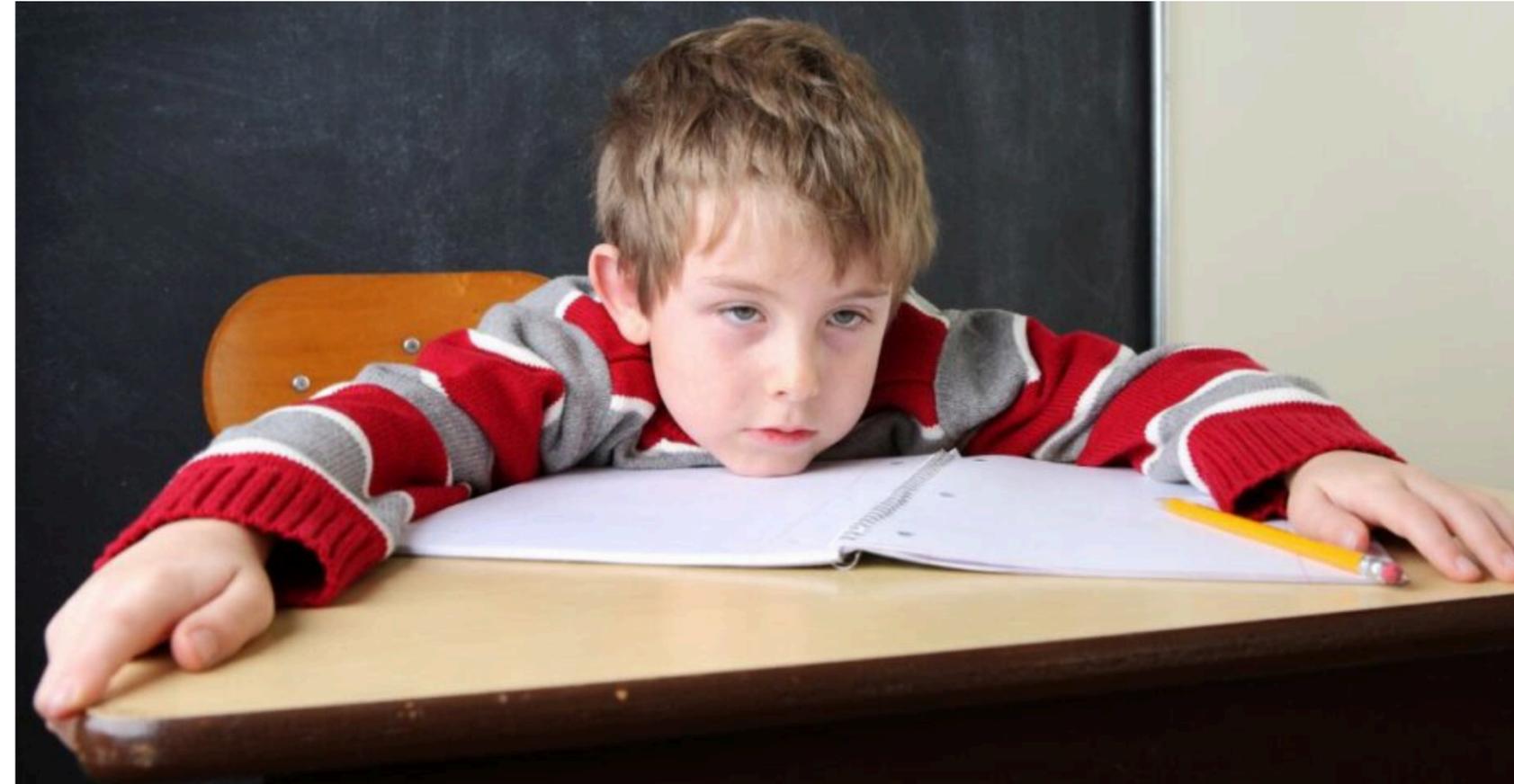
**Nieśmiałość, lęk społeczny,
wysoka wrażliwość**
dzieci wycofane są często bierne
społecznie, co może prowadzić
do wykluczenia.

Przemoc rówieśnicza
dzieci zastraszane,
wyśmiewane lub odrzucane
często same się izolują.



Zaburzenia neurorozwojowe

– np. autyzm, ADHD
mogą utrudniać dziecku
funkcjonowanie w grupie.

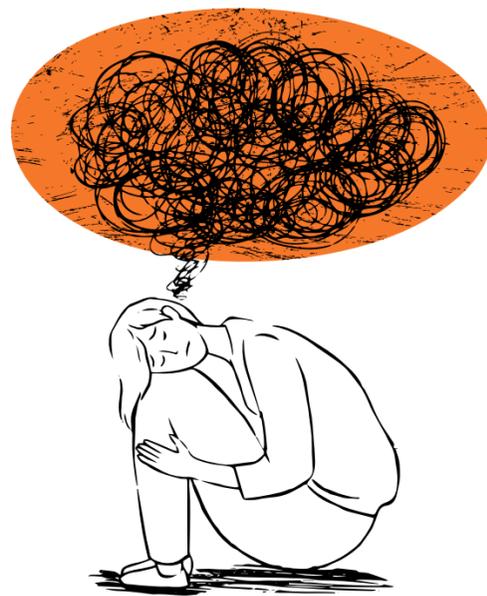




Problemy rodzinne
– przemoc domowa,
brak zainteresowania
ze strony opiekunów,
emocjonalna
obojętność.

Nowe środowisko lub trauma

– zmiana szkoły,
migracja, rozwód,
żałoba.



Konsekwencje izolacji u dzieci

- trudności w rozwoju emocjonalnym i społecznym
- niskiej samooceny, braku wiary w siebie
- wzrostu objawów depresyjnych i lękowych
- opóźnień w rozwoju mowy i myślenia (w przypadku dzieci małych)
- utrwalenia zachowań unikających i wycofanych
- ryzyka zaburzeń zachowania i problemów adaptacyjnych w dorosłości.



Izolacja a samotność

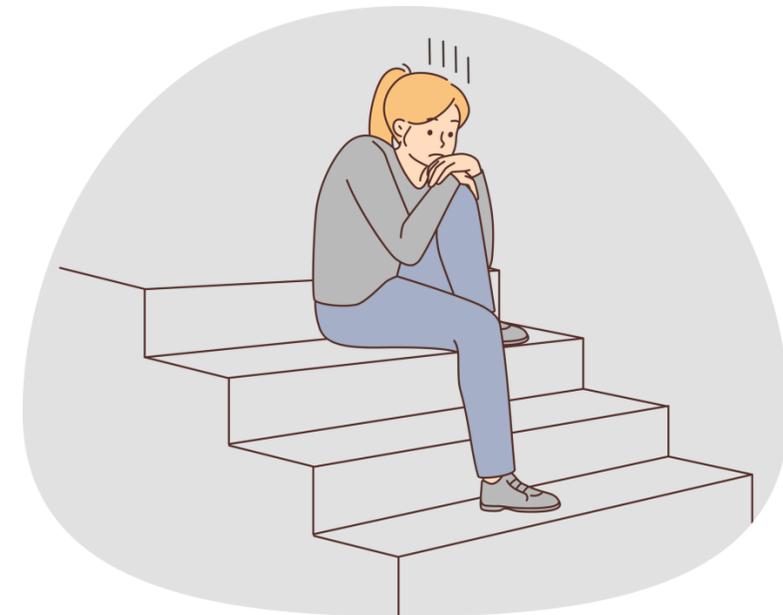
Izolacja

to stan obiektywny
dziecko nie uczestniczy w kontaktach społecznych



Samotność

to stan subiektywny
dziecko może mieć kontakt z innymi, ale czuje się
nieakceptowane lub niezrozumiane.



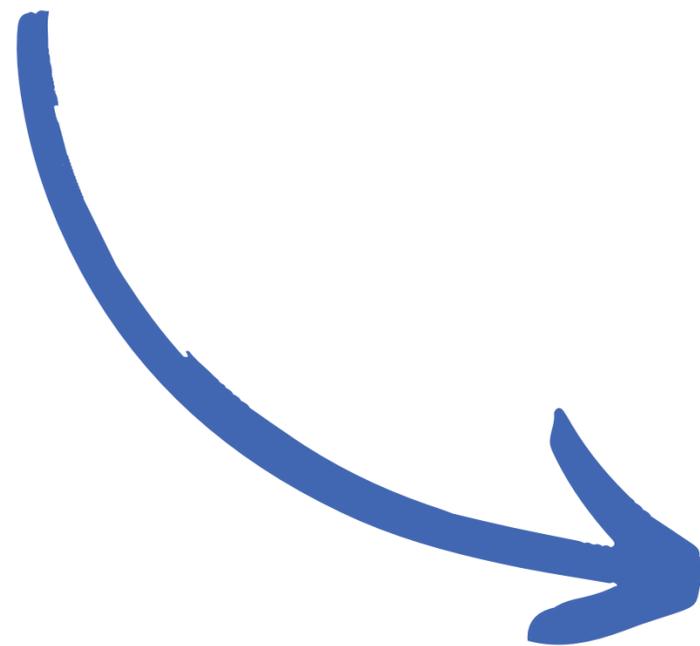


Urszula Jakuć- psycholog i terapeuta

 Zadzwoń teraz

 Lubisz to

Dziękuję za uwagę



ujakuc.psycholog@gmail.com

