

---

**THE LINK BETWEEN LONELINESS AND DEPRESSION AMONG ADOLESCENTS**

**Katica Stoimenovska**

MIT University – Skopje, Macedonia, [stoimenovska\\_k@yahoo.com](mailto:stoimenovska_k@yahoo.com)

**Necheva Gjurgjica**

[gurgica.neceva@yahoo.com](mailto:gurgica.neceva@yahoo.com)

**Abstract:** This paper presents the results of the conducted research on the link between loneliness and depression among adolescents. The objectives of this study are to examine the relation between the loneliness and depression among people in the adolescent developmental period and to examine gender differences in loneliness and depression. To achieve the goal of this survey, we used - Depression Scale (CES-D) for measuring the current level of depressive symptomatology and Loneliness Scale - UCLA for measuring the subjective feelings of loneliness and feelings of social isolation. The research involved 200 respondents at the age of 16 to 25 and they were equated in terms of gender (100 male and 100 female). The data were processed in a manner that the normality of distributions of used measures was tested, among respondents of both sexes regarding the two variables by using the Shapiro-Wilk test of normality, using Spearman and Pearson correlation coefficient for testing the connection between loneliness and depression and for examining the gender differences we used a parametric procedure for determining gender differences and non-parametric procedure with the test Mann-WhitneyU. The results showed significant statistical association between the loneliness and depression ( $r = .60, p < .01$ ), that is, respondents who had high scores on the loneliness survey, had high scores on the depression survey, suggesting that lonelier the students are, the more they are depressed. Regarding the connection between gender and loneliness, statistically significant difference between the two groups of subjects is not found ( $t(198) = 1.263, p > .05$ ). Based on these results we can conclude that there is a statistically significant difference in terms of gender and depression  $p < 0.05$ , which indicates that male and female respondents differ in terms of depression, i.e. female respondents showed a higher degree of depression as opposed to the male respondents. This research is an attempt to detect the current situation among adolescents in the Republic of Macedonia in terms of the loneliness and depression. Young people in adolescence period face many personal, emotional, professional and other changes that make them more vulnerable to social changes. Fearing for their future that depends on their current choices and pressured from all sides, they can easily discourage, withdraw and feel lonely and depressed. Our task as professionals is to detect the changes that occur among young people and prevent them.

**Keywords:** loneliness depression, adolescence.

**ПОВРЗАНОСТ ПОМЕЃУ ОСАМЕНОСТА И ДЕПРЕСИЈАТА КАЈ ЛИЦА ВО АДОЛЕСЦЕНЦИЈА**

**Катица Стоиленовска**

МИТ Универзитет – Скопје, Република Македонија, [stoimenovska\\_k@yahoo.com](mailto:stoimenovska_k@yahoo.com)

**Нечева Ѓурѓица**

[gurgica.neceva@yahoo.com](mailto:gurgica.neceva@yahoo.com)

**Апстракт:** Во овој труд се претставени резултатите од спроведено истражување за поврзаноста помеѓу осаменоста и депресијата кај лицата во адолесценција. Целите на истражување се да се испита поврзаноста помеѓу осаменоста и депресијата кај лица во развоен период адолесценција како и да се испитаат родовите разлики во однос на осаменоста и депресијата. За остварување на целта на истражувањето беа користени - Скала на депресивност (CES-D) за мерење на моменталното ниво на депресивната симптоматологија и скала за осаменост – UCLA за мерење на субјективните чувства на осаменост и чувствата на социјална изолација. Во истражувањето учествуваа 200 испитаници на возраст од 16 до 25 години и истите беа изедначени во поглед на родот (100 машки и 100 женски). Податоците беа обработени така што беше тестирана нормалноста на дистрибуциите на користените мерки кај испитаниците од двата пола во однос на двете варијабли со примена на Shapiro-Wilk тестот на нормалност, со примена на Спирманов и Пирсонов

Thirteenth International Scientific Conference  
THE TEACHER OF THE FUTURE  
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

коэффициент на корелација за испитување на поврзаноста помеѓу осаменоста и депресијата и за проверка на половите разлики беше користена параметриска постапка за утврдување на родовите разлики и непараметриска постапка со тестот Mann-WhitneyU. Резултатите од истражувањето покажаа значајна статистичка поврзаност помеѓу осаменоста и депресивноста ( $r = .60, p < .01$ ), односно, испитаниците кои имале високи скорови на прашалникот за осаменост, имале високи скорови и на прашалникот за депресивност, што укажува на тоа дека колку се поосамени студентите толку се и подепресивни. Во однос на поврзаноста помеѓу полот и осаменоста не е утврдена статистички значајна разлика помеѓу двете групи на испитаници ( $t(198) = 1.263, p > .05$ ). Врз основа на добиените резултати може да се констатира дека постои статистички значајна разлика во однос на полот и депресијата  $p < 0.05$ , што укажува на тоа дека машките и женските испитаници се разликуваат во поглед на депресивноста, т.е. женските испитаници покажуваат повисок степен на депресивност за разлика од машките испитаници. Ова истражување претставува обид да се детектира моменталната состојба помеѓу адолесцентите во Р. Македонија во однос на осаменоста и депресивноста. Младите во адолесценција се соочуваат со многу личностни, емоционални, професионални и слични промени кои ги прават повулнерабилни на општествените промени. Стравувајќи за својата иднина која зависи од нивните сегашни избори и притиснати од сите страни, тие лесно може да се обесхрабрат, повлечат и да се чувствуваат осамени и депресивни. Наша задача како професионалци е да ги детектираме промените кои настануваат кај младите и да ги превенираме.

**Клучни зборови:** осаменост, депресивност, адолесценција

#### ВОВЕД

Осаменоста е чувство кое е секогаш поврзувано со социјална изолација, повлекување во себе, избегнување на социјални контакти со други лица, чувство кога личноста се доживува како не доволно сватена од страна на другите луѓе. Осаменоста е всушност непријатно чувство при кое личноста чувствува силна празнина и самотија која што е резултат на несоодветни социјални врски.

Во секојдневниот живот луѓето не прават јасна дистинкција помеѓу чувството на осаменост и потребата од самотија. Осаменоста е пропратена со чувство на изолираност, на лицето нешто му недостига, чувствува празнина и таа празнина не може да се надополни со ништо, па ни тогаш кога е во присуство на други луѓе. Додека, самотијата представува состојба кога личноста е сама но не и осамена. Тоа е конструктивна и посакувана состојба за превземање грижа за себе, односно човекот станува доволен самиот на себе и нема потреба од воспоставување друштвени односи.

Едни од првите истражувања кои се прават за осаменоста, се истражувањата од аспект на демографската група, а според податоците кои се добиваат е пријавувано дека, најчесто се чувствуваат осамено постарите луѓе и тоа оние кој најчесто живеат сами.

Според истражувањата на Кениг и Абрамс (и покрај тоа што истражувањата беа насочени кон истражување на полови разлики во однос на осаменоста), е дојдено до заклучок дека, осаменоста е поизразена кај адолесцентите, што значи дека според нив демографскиот фактор старост во случајот влијае врз развојот на осаменоста, но од аспект кој е спротивен на резултатите од предходните истражувања според кои постарите луѓе беа оние кои се поосамени.

Според истражувањето на Нето во 2014 година на примерок од 3,144 испитаници на возраст од 15 до 92 години, направено со цел да се испита влијанието на социодемографските фактори како што е полот, не се пронајдени значајни разлики меѓу мажите и жените во поглед на осаменоста. Истите резултати се добиени и со споредување на 39 истражувања во однос на тоа дали е користена скалата за осаменост UCLA или земале мерки со само етикетање, при што е забелжано дека значајни полови разлики не се откриени кога е користена UCLA скалата за осаменост.

Спротивно на резултатите од претходно наведените истражувања каде беше наведено дека не постојат полови разлики во однос на осаменоста, Кениг и Абрамс (1999) сметаат дека, осаменоста е поизразена кај адолесцентите (што значи дека според нив демографскиот фактор старост во случајот влијае врз развојот на осаменоста, но од аспект кој е спротивен на резултатите од предходните истражувања според кои постарите луѓе беа оние кои се поосамени), како и тоа дека машките адолесценти се поосамени од женските. Имено, повисоките нивоа на осаменост кај машките Кениг и Абрамс ги поврзуваат со тоа што тие за разлика од женските, повеќе време поминуваат сами.

Thirteenth International Scientific Conference  
THE TEACHER OF THE FUTURE  
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

---

Под поимот „депресија“ (од латинскиот збор *deprimere* - потиштеност, безволност, онемоштеност, тапост) се подразбира психијатриско растројство кај кое водечки симптом е патолошки намалено расположение. Тоа се разликува од состојбите на тага или на чувство дека некои денови сме нешто „down“. Терминот депресија честопати се користи погрешно, односно за да опише моментално лошо расположение. Неретко може да слушнете како некои личности се жалат дека се „во депресија“ само поради тоа што се растажиле за одредена случка или едноставно се разбудиле истоштени и со ниска енергија. Депресијата е многу посериозна состојба отколку што многумина си замислуваат. Тоа е состојба од која не се излегува преку ноќ и која не се надминува со охрабрувачко тапкање по грбот. Депресијата е болест на современото општество и претставува голем предизвик, не само за професионалците во областа на менталното здравје, туку и за експертите како што се социолози, психолози, педагози и др.

Студиите покажуваат дека 3-5% од адолесцентите страдаат од клиничка депресија, додека 10-15% имаат некој од депресивните симптоми. Студиите покажуваат и дека околу 3-5% адолесцентите во своите анемнези имаат некакви депресивни епизоди или пак и потешки депресивни пореметувања. Имено, според резултатите од студиите, девојчињата адолесценти се повеќе склони кон депресија од момчињата, најчесто како последица на некој, социјални, културни и психолошки фактори влијаат на почестата појава на депресија кај жените, велат научниците (I.S.D.M.O. - institut za srednu decku, mladez i obitelj-Osijek).

Според Вулик и Шорик денеска се проценува дека околу 20-25% возрасните лица и 10-15% адолесценти, од општата популација имаат значајно изразени симптоми на депресија.

Компас и соработниците наведуваат дека околу 15-40% деца и адолесценти покажуваат некакви симптоми на депресија, од нив 5 - 6% ја доживуваат депресијата низ некакви симптоми, додека помала група од нив околу 1-3% развиваат депресија како сериозно психичко пореметување.

Карлсон и Кантвел на примерок од 200 испитаници утврдиле дека 60% од децата имаат депресивни симптоми, 49% имаат депресивен синдром, а додека 28% ги исполнуваат критериумите за депресивно пореметување.

Кога станува збор за осаменоста и депресијата овие два конструкти во истражувањата често пати се идентификуваат заедно. За поврзаноста помеѓу осаменоста и депресијата даваат потврда резултатите од една лонгитудинална студија која покажала дека, во средна и доцна адолесценција, депресивните симптоми и осаменоста се поврзани на тој начин што осаменоста била посилен предиктор на депресивните симптоми, отколку обратно, што е конзистентно со наодите од лонгитудиналните студии на Кациопо и соработниците.

Поради големите промени кои што се случуваат во периодот на адолесценција како што е физичкиот раст и развој, интелектуален развој, социјален развој и емоционален развој, адолесцентите се подложни на појава на осаменост или депресивни симптоми.

Целите кои си ги поставивме при ова истражување беа да се испита поврзаноста помеѓу осаменоста и депресијата кај лица во адолесценција како и да се испитаат половите разлики кај лицата во адолесценција во однос на осаменоста и депресијата.

## **МЕТОД**

### **ПРИМЕРОК И ПОСТАПКА**

Истражувањето беше спроведено на испитаници од 16 до 25 години, пригоден примерок во кои учествуваа 200 испитаници (100 машки и 100 женски). Во истражувањето беа вклучени неколку градови во Република Македонија и тоа: Скопје, Штип, Кавадарци, Неготино и Демир Капија. Учествуваа студенти од различни факултети во рамките на два универзитети во Р. Македонија – „Св. Кирил и Методиј“ во Скопје и „Гоце Делчев“ во Штип, како и вработени лица во регионот на Демир Капија во ЈОУДГ Борис Трајковски и текстилна конфекција Ксенија Какламанос (Xenia kaklamanos) Неготино винарската визба БОВИН, и од Кавадарци вработени лица во германската фабрика Дрекслер Маер. Податоците беа обработени со коефициент на корелација, со тест за утврдување на нормалноста на дистрибуциите и со непараметриска и параметриска постапка за утврдување на половите разлики помеѓу испитаниците.

## **ИНСТРУМЕНТИ**

Thirteenth International Scientific Conference  
**THE TEACHER OF THE FUTURE**  
 25-28.5.2017, Budva, Montenegro

Инструментите кои ги користевме во истражувањето беа следните: Скала на депресивност (CES-D) за мерење на моменталното ниво на депресивната симптоматологија и скала за осаменост – UCLA. За мерење на субјективните чувства на осаменост и чувствата на социјална изолација.

**РЕЗУЛТАТИ**

*Табела бр.1* Дескриптивните статистики  
 за варијаблите осаменост и депресивност на ниво на цел примерок

<i>Варијабли</i>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>MIN</b>	<b>MAX</b>
<b>Осаменост</b>	200	41.43	10.43	21	80
<b>Депресивност</b>	200	30.81	8.67	11	60

Дескриптивните статистики за двете варијабли на ниво на сите испитаници (100 женски и 100 машки) се прикажани во табела 1. Според прикажаните резултати во табелата може да се види дека, просечниот постигнат скор на скалата за осаменост изнесува 41.43 и стандардно отстапување 10.43, што покажува дека нивото на осаменост кај испитаниците е високо изразено. Просечниот постигнат скор на скалата за депресивност изнесува 30.81 што е повисок од минималниот скор кој треба да се постигне на тестот за испитаникот да се смета за депресивен. Според просечниот постигнат скор и според стандардното отстапување, може да се претпостави дека скоро половина од испитаниците во ова истражување се депресивни. Но како што покажуваат минималниот и максималниот скор на варијаблата депресивност, додека некои испитаници имаат ниско присуство на депресивност, други испитаници покажуваат присуство на потешка депресија.

*Табела бр.2* Тестирање на нормалноста на дистрибуциите на користените мерки

<b>Осаменост</b>		<b>Депресивност</b>	
<b>машки</b>	<b>женски</b>	<b>машки</b>	<b>женски</b>
.961	.928	.947**	.973

Во табела 2 се прикажани резултатите од тестирањето на нормалноста на дистрибуциите на користените мерки кај испитаниците од двата пола. Според прикажаниот Shapiro-Wilk тестот на нормалност, варијаблата осаменост е нормално дистрибуирана за испитаниците од двата пола ( $p > .05$ ). Варијаблата депресивност е нормално дистрибуирана само за женските испитаници ( $p > .05$ ), додека за машките значајно отстапува од нормалната дистрибуција ( $p < .05$ ).

*Табела бр.3* Проверка на поврзаноста помеѓу варијаблите осаменост и депресивност.

<i>Варијабли</i>	<b>Осаменост</b>	<b>Депресивност</b>
<b>Осаменост</b>	.442**	1
<b>Депресивност</b>	1	.442**

\*\* $p < .01$

За проверка на поврзаноста помеѓу варијаблите депресија и осаменост беше користен Спирманов коефициент на корелација.

Анализата со *Спирманов коефициент на корелација* (Табела 4) покажа значајна статистичка поврзаност помеѓу осаменоста и депресивноста ( $r = .60, p < .01$ ). Односно, испитаниците кои имале високи

Thirteenth International Scientific Conference  
**THE TEACHER OF THE FUTURE**  
 25-28.5.2017, Budva, Montenegro

скорови на прашалникот за осаменост, имале високи скорови и на прашалникот за депресивност. Значи, колку се поосамени студентите толку се и подепресивни.

Тестот за нормалност *Shapiro-Wilk* покажа дека скоровите на тестот за осаменост се нормално дистрибуирани и за двата пола, додека скоровите на варијаблата депресивност се дистрибуирани само за женските испитаници. Поради тоа за да се утврдат половите разлики за варијаблите осаменост и депресивност ќе се користат различни постапки.

*Табела бр.4 Полови разлики во однос на осаменоста*

<i>Осаменост</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Df</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
<i>Машки</i>	<i>100</i>	<i>42.36</i>	<i>10.79</i>	<i>198</i>	<i>1.263</i>	<i>.208</i>
<i>Женски</i>	<i>100</i>	<i>40.5</i>	<i>10.02</i>			

Со оглед на тоа што беше утврдена нормална дистрибуираност на податоците за двата пола, применивме параметриска постапка за проверка на постоењето полови разлики во однос на истакнатоста на осаменоста. Како што може да се забележи во Табела 7, не е утврдена статистички значајна разлика помеѓу двете групи на испитаници ( $t(198) = 1.263, p > .05$ ). Односно не постои повраност помеѓу осаменоста и полот кај лицата во адолесценција. Добиените наоди при анализата ја потврдуваат нашата претпоставка, според која машките и женските испитаници не се разликуваат во однос на осаменоста. Иако се забележува дека машките адолесценти минимално имаат повисок просечен постигнат скор за разлика од женските адолесценти.

*Табела бр.5 Полови разлики во однос на депресивноста*

<i>Депресивност</i>	<i>N</i>	<i>Ранг</i>	<i>Mdn</i>	<i>Z</i>	<i>P</i>
<i>Женски</i>	<i>100</i>	<i>45.00</i>	<i>32.50</i>	<i>-2.005</i>	<i>0.000**</i>
<i>Машки</i>	<i>100</i>	<i>42.00</i>	<i>29.00</i>		

\*\* $p < .05$

$2.005 > 1.96$   
 $P < 0.05$

За утврдување дали постојат полови разлики во однос на депресивноста беше користена непараметриска постапка - *Mann-WhitneyU* тест. Врз основа на добиените резултати може да се констатира дека постои статистички значајна разлика во однос на полот и депресијата  $p < 0.05$ . Од добиените резултати исто така може да се констатира дека женските испитаници покажуваат повисок степен на депресивност ( $Mdn=32.50$ ) за разлика од машките испитаници ( $Mdn=29.00$ ).

### ДИСКУСИЈА

Од дескриптивните статистики кои се добиени за варијаблата депресија се забележува дека женските адолесценти имаат повисок просечен постигнат скор на тестот за депресивност за разлика од машките адолесценти. Добиените резултати од дескриптивните статистики се во склад со шест годишната лонгитудинална студија на Ге и Конгер на американски примерок каде е покажано дека девојчињата се повулнерабилни на депресија уште на порана возраст од момчињата. Причината заради која девојчињата адолесценти е повеќе склони кон депресија од момчињата научниците по голем број на истражувања ја

Thirteenth International Scientific Conference  
THE TEACHER OF THE FUTURE  
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

---

наоѓаат во некој, социјални, културни и психолошки фактори влијаат на почестата појава на депресија кај жените.

Резултатот кои беше добиен при анализа на првата статистичка обработка на податоците беше статистички значаен. Односно, се утврди поврзаност помеѓу осаменоста и депресијата кај испитаниците. Што значи дека повисоки скорови на тестот за осаменост се поврзани со повисоки скорови на тестот за депресивност, односно поосамените адолесценти биле и подепресивни.

Добиените резултати за поврзаноста помеѓу двата конструкта осаменост и депресивност се во склад со наведените релевантни истражувања како што е истражувањето на Каципо и соработниците исто како и истражувањето на Ханли дека осамените лица се и подепресивни, односно дека осаменоста е главниот причинител за депресивните чувства.

Добиените резултати, во врска со полот и испитуваните варијабли не покажаа статистички значајна разлика во однос на осаменоста. Резултатите кои се однесуваа на варијаблата осаменост покажаа дека машките и женските адолесценти не се разликуваат во поглед на осаменоста.

Анализата од резултатите за полови разлики во однос на депресијата, покажа дека женските испитаници се повеќе депресивни од машките испитаници. Научниците постојано прават истражувања за да дадат објаснување зошто депресијата се јавува почесто кај женската популација. Експертите веруваат дека постојат некој биолошки, социјални, културни, и психолошки фактори кои влијаат на почеста појава на депресија кај женскиот пол. Тие истакнуваат дека женските се посклони кон депресија поради честите промени на нивото на хормоните во текот на нивниот живот. Овие промени се најголеми во текот на пубертетот, бременоста и менопаузата. Исто така, варирањето на хормоните во телото кај жените се случува секој месец како резултат на менструалниот циклус, па тоа е уште една дополнителна причина која треба да се земе во предвид при разгледување на факторите за повисоко ниво на депресија кај женската популација.

#### ЛИТЕРАТУРА

- [1] Berger, S.K., (1986). *The Developing Person Through Childhood and Adolescence*. 2-nd edition, Bronx Community College, City of University of New York
- [2] Compas, B. E., Howell, D. C., Phares, V., Williams, R. A., & Ledoux, N. (1989b). Risk factors for emotional/behavioral problems in young adolescents: A prospective analysis of adolescent and parental stress and symptoms. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 732–740
- [3] Compas, B. E., Phares, V., Banez, G. A., & Howell, D. C. (1991). Correlates of internalizing and externalizing behavior problems: Perceived competence, causal attributions, and parental symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 19, 197–218
- [4] Deiner, Low, P., (2005). *Inclusive Early Childhood Education: Development, Resources and Practice*. 5th edition, Wadsworth.
- [5] Erikson, E. (1963). *Childhood and society*. New York, Norton
- [6] Maughan, B., Rutter, M., (2001). Antisocial children grown up. In: Hill J, Maughan B, editors. *Conduct disorders in childhood and adolescence*. Cambridge child and adolescent psychiatry, 507–552. Cambridge: Cambridge University Press
- [7] Roberts, R. E., O'Keefe, S. J., (1981). Sex Differences in Depression Reexamined. *Journal of Health and Social Behavior*, Vol. 22, 394-400
- [8] Rosenfield, S., (1980). Sex Differences in Depression: Do Women Always Have Higher Rates? *Journal of Health and Social Behavior*, Vol. 21, 33-42
- [9] Sanfilipo, M. P., (1994) Masculinity, femininity, and subjective experience of depression. *Journal of Clinical Psychology*. Vol. 50 No. 2
- [10] Shih, (2006). Sex Differences in Stress Generation: An Examination of Sociotropy/Autonomy, Stress, And Depressive Symptoms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 32 No. 4, 434-446
- [11] Uruk, A.C., Demir, A. (2003). The role of peers and families in predicting the loneliness level of adolescents. *Journal of Psychology*, 137(2), 179-193.
- [12] Wiseman, H., Gutfreund, D.G. (1995). Gender differences in loneliness and depression of university students seeking counseling. *British Journal of Guidance & Counselling*, 23,2, 231-245.