

Секция «Психология развития и возрастная психология»

**Особенности образа «Я» азербайджанских подростков с разной
выраженностью чувства одиночества**

Научный руководитель – Алмазова Ольга Викторовна

Курбанова Сабина Рамиз

Студент (магистр)

Бакинский филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова,
Факультет психологии, Баку, Азербайджан
E-mail: kurbanova.sabina98@gmail.com

Одиночество человека - одна из главных проблем, которая обусловлена социальными, психологическими экономическими и культурными факторами [5]. Среди исследователей изучение одиночества у подростков занимает особое место в связи с тем, что одиночество в большинстве случаев рассматривается как негативное явление [4]. Взгляд на одиночество, как на негативное явление, связано с тем, что оно затрудняет вхождение человека в социальный мир, и тем самым является одним из факторов, который определяет деформированное развитие личности [3]. Но стоит отметить, что у одиночества есть и позитивная сторона. Одиночество в качестве ресурса, играет важную роль в формировании индивидуальности субъекта. Человек, переживающий одиночество, склонен заниматься саморефлексией, размышлениями о смысле жизни, что способствует развитию личности [3].

Таким образом, можно констатировать наличие определенных противоречий в имеющихся в литературе взглядах, что наводит нас на необходимость более глубокого изучения психологии одиночества. Данная проблема создает план для настоящего исследования.

В научной литературе понятие образ «Я» возникло в результате необходимости изучения и описания «глубинных психологических структур и процессов личности» [1., с. 4]. Наиболее обобщенно образ «Я» можно объяснить, как знание, представление человека о самом себе, которое образуется и развивается в процессе деятельности и общения человека [2]. Образ «Я» представляет собой ядро личности, которое обеспечивает человеку тождественность самого себя в чреде непостоянных событий, которые происходят в жизни человека [2].

У подростка образ «Я» занимает особое место, так как именно в этом возрасте происходит «второе рождение личности», то есть, образ «Я» претерпевает существенные изменения, которые, в свою очередь, во-многом определяют дальнейшее развитие. Поэтому одна из важных задач практической психологии - помогать подросткам в формировании образа «Я» с тем, чтобы подросток мог самореализоваться, раскрыть свой потенциал, и прожить успешную жизнь. В данном исследовании будет рассматриваться то, насколько подростки ощущают себя одинокими, в зависимости от особенностей их образа «Я».

Целью нашего исследования является выявить особенности образа «Я» у подростков с разной выраженностью чувства одиночества.

Исследование проводилось на базе бакинской средней общеобразовательной школы №160. В нем приняли участие 21 ученик в возрасте 15-16 лет. Процедура проведения происходила в формате онлайн.

В данном исследовании использовались следующие методики: методика «20 Я — или «Кто Я?!» — Куна (мод. Т. В. Румянцевой); методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн; дифференциальный опросник переживания одиночества Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева (ДОПО) - диагностический тест-опросник предназначен для определения уровня одиночества; методика Уровень субъективного контроля (УСК).

С опорой на полученные результаты, мы обнаружили, что различий в частоте встречаемости выраженности чувства одиночества у бакинских подростков не обнаружилось. То есть, мы не можем сказать, что большинство подростков ощущают себя одинокими, или же у них выражено больше позитивное одиночество, так как по степени выраженности чувства одиночества по всем трем шкалам образовались близкие по численности группы.

Были выявлены связи показателей методики Дембо-Рубинштейн и шкалы общего переживания одиночества. Выявилась отрицательная корреляция с показателем «хороший/плохой характер» ($r=-,495^*$; $p=,022$). Это означает, что респонденты, которые ощущают себя одинокими, считают, что у них плохой характер, тогда как респонденты с более низкой выраженностью чувства одиночества оценивают свой характер положительно. Это можно объяснить тем, что одиночество как некое переживание отчужденности от общества, может способствовать тому, что подростки будут относиться к себе более критично, и считать, что их переживание одиночества связано с их плохим характером.

Также выявлена отрицательная связь с показателем «реальная самооценка» ($r=-,523^*$; $p=,015$), т.е. у респондентов с низкой самооценкой переживание чувства одиночества выражена сильнее, чем и респондентов с высокой самооценкой. Это можно объяснить тем, что подростки, которые не уверены в себе, склонны к переживанию чувства одиночества, поскольку они думают, что окружающие считают их ненужными, оценивают их в таком же негативном контексте как и они себя.

Еще одна отрицательная корреляция выявлена с показателем «адекватная самооценка» ($r=-,428$; $p=,053$). Респонденты, которые ощущают себя одинокими имеют неадекватную самооценку, тогда как респонденты с адекватной самооценкой, не ощущают себя одинокими. Адекватная самооценка - это не завышенная и не заниженная оценка своих возможностей, своих ограничений и своего места среди людей. То есть, одинокие подростки не могут объективно оценить себя и свои возможности, и как показала предыдущая корреляция, это тенденция носит негативный характер, то есть у таких подростков чаще всего заниженная самооценка.

Оказалось, что подростки с внешним локусом контроля, в отличие от подростков с внутренним локусом контроля ощущают себя одинокими. То есть, одинокие подростки приписывает свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам - везению, удаче, судьбе или помощи других людей ($r=-,429$; $p=,052$). Мы полагаем, что возможно это связано с тем, что подростки, переживающие чувство одиночества, испытывают трудности в проявлении интереса, инициативы, или же дружелюбия к окружающим его людям, и поэтому они склонны ожидать эти действия со стороны других людей, членов семьи, друзей и т.д. Это будет касаться и сферы достижений подростков.

Как было описано выше, у одиноких подростков низкая самооценка, и преобладает мнение о том, что у них «плохой характер». Суммируя, мы можем предположить, что одинокие подростки не уверены в себе, поэтому они представляют себя как «пассивного объекта», подчиняющегося действиям других людей и внешних обстоятельств, и не могут в полной мере почувствовать, что они на самом деле являются активный субъект своей же собственной жизни.

Подростки, которые не ощущают себя одинокими считают, что большинство важных событий в их жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, следовательно, чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом.

Мы также рассмотрели связь шкал методики «Кто Я?» со шкалами методики ДОПО. Со шкалой общего переживания одиночества положительно коррелирует шкала «перспективное «Я»» ($r=,445^*$; $p=,043$). То есть, одинокие подростки чаще описывали себя через пожелания, намерения, мечты, связанные с учебно-профессиональной сферой, семейным

статусом, с групповой принадлежностью, с друзьями, общением, персональными особенностями и т.д. Это свидетельствует о том, что несмотря на то, что на данный момент, у них чаще всего преобладает низкая самооценка (как показали результаты по методике Дембо-Рубинштейн) эти подростки склонны изменить это положение, они описывают свое будущее с положительными пожеланиями к себе или, по крайней мере, очень надеются на это.

Также выявлена положительная связь шкалы «зависимость от общения» с показателем «неадекватно заниженная самооценка» ($r=,443^*$; $p=,044$). Это означает, что респонденты, у которых не выражена зависимость от общения, самооценка не является заниженной. А респонденты, у которых наблюдается зависимость от общения неадекватно заниженная самооценка. Прежде всего стоит отметить, что зависимость от общения отражает неприятие одиночества, неспособность оставаться одному. Данную связь можно объяснить тем, что подростки с неадекватно заниженной самооценкой склонны компенсировать негативные представления об одиночестве и имеют склонность искать общение любой ценой с целью избежать ситуаций уединения, которые связаны с неприятными или болезненными переживаниями.

По нашим полученным результатам, мы можем сделать вывод, что у подростков с разной выраженностью чувства одиночества имеются различия в представлении образа «Я». Подростки, которые ощущают себя одинокими, имеют низкую самооценку и считают, что у них плохой характер. Одиночество как некое переживание отчужденности от общества, может способствовать тому, что подростки будут относиться к себе более критично, и считать, что их переживание одиночества связано с их недостатками. Мы считаем, что эти особенности образа «Я» предрасполагают человека к одиночеству и затрудняют его преодоление. В силу малочисленности выборки, мы понимаем, что сделанные выводы являются предварительными.

Источники и литература

- 1) Абдуллин А. Г., Тумбасова Е. Р. «Образ Я» как предмет исследования в зарубежной и отечественной психологии // Психология. Психофизиология. – 2012. – №. 6 (265). – С. 4-10.
- 2) Милорадова Н. Г. Психология и педагогика: учебник/ Милорадова НГ—М.: Гардарики, 2005. — С. 161-163.
- 3) Неумоева-Колчеданцева Е. В. Одиночество как психический феномен и ресурс развития личности в юношеском возрасте // Образование и наука. – 2011. – №. 1. — С. 43-47.
- 4) Пузанова Ж. В. Одиночество: возможности эмпирического исследования // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: социология. – 2008. – №. 4. — С. 29-32.
- 5) Шагивалеева Г. Р. Одиночество и особенности его переживания студентами: монография // Елабуга: Изд. ОАО «Алмедиа». – 2007. — С. 28-33.