

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2021, №6, Том 9 / 2021, No 6, Vol 9 <https://mir-nauki.com/issue-6-2021.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN621.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Рогова, Е. Е. Взаимосвязь одиночества и Я-концепции в подростковом возрасте / Е. Е. Рогова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021. — Т. 9. — № 6. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN621.pdf>

For citation:

Rogova E.E. The relationship between loneliness and I-conception in adolescence. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 9(6): 57PSMN621. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN621.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

Рогова Евгения Евгеньевна

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет», Ростов-на-Дону, Россия
Академия психологии и педагогики
Доцент кафедры «Организационной и прикладной психологии образования»
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: evgrogova@yandex.ru

Взаимосвязь одиночества и Я-концепции в подростковом возрасте

Аннотация. В статье представлен краткий обзор понятий Я-концепция и одиночество. Отечественные психологи рассматривали «образ Я», чаще всего, в контексте исследования самосознания, как набор характеристик, позволяющих каждому человеку определять себя как индивидуальность, осознавать себя как существо, которому присущи какие-либо психические свойства, будь то характер, способности, привычки и др. Становление Я-концепции, как центра внутреннего мира личности происходит в детском и подростковом возрасте, и одним из значимых факторов в формировании Я-концепции является идентификация себя со значимым «другим». Для изучения взаимосвязи одиночества и Я-концепции в подростковом возрасте мы использовали комплексную методику исследования одиночества (Опросник «Одиночество» Е.Е. Роговой) и шкалу детской Я-концепции Пирса-Харриса (в модификации А.М. Прихожан). В нашем исследовании приняли участие обучающиеся 6-9 классов в количестве 115 человек г. Ростова-на-Дону.

Как показало исследование, у большинства испытуемых наиболее выражено эмоциональное и поведенческое одиночество. Поведенческое одиночество проявляется в потере связи с окружающими, отсутствии доступного круга социального общения (отсутствие значимых дружеских связей или чувства общности), невключенности подростка в референтную для него группу сверстников. Эмоциональное одиночество проявляется в результате отсутствия тесной привязанности с каким-либо лицом или разрыва подобных эмоциональных связей, если таковые уже были.

Исследование взаимосвязи одиночества и составляющих Я-концепции подростков проводилось с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Выявлено, что практически все подростки, испытывающие одиночество, прежде всего переживают неудовлетворенность жизненной ситуацией.

Ключевые слова: одиночество; Я-концепция; подростковый возраст; самосознание; «образ Я»; общение; уверенность в себе; положение в семье

Введение

Одиночество является сложным и многогранным феноменом в связи с чем, существует несколько подходов к его пониманию: философский, социологический, психологический. Кроме того, как и любое сложное явление, одиночество имеет негативный и позитивный аспекты, которые, могут быть связаны между собой. Это обуславливает отсутствие единства во взглядах психологов на данный феномен. Опираясь теоретические исследования можно заметить, что на протяжении всего жизненного пути чувство одиночества переживается человеком по-разному. Впервые состояние одиночества остро осознается именно в подростковом возрасте, что может быть связано с актуализацией расширяющихся социальных потребностей, свойственных данному периоду. Стоит заметить, что в последние годы увеличивается число работ, посвященных изучению факторов, связанных с одиночеством. Так, среди них обычно выделяют такие личностные характеристики, как слабое развитие коммуникативных навыков, неуверенность в себе, агрессивность характера, наличие неразрешенных внутриличностных конфликтов, склонность фокусироваться на угрожающих социальных стимулах и ожидать враждебности от окружающих (Е.Н. Климентьева, А.А. Любякин, Л.В. Оконечникова, С. Погам). Однако, несмотря на активный интерес к проблеме одиночества, на данном этапе не достигнуто четкого понимания взаимосвязи одиночества с особенностями формирования Я-концепции в подростковом возрасте. Становление Я-концепции, как центра внутреннего мира личности происходит в детском и подростковом возрасте, и одним из значимых факторов в формировании Я-концепции является идентификация себя со значимым «другим». Поскольку в подростковом возрасте меняется ведущий тип деятельности и социальная ситуация развития, значимыми «другими» в этом возрастном периоде выступают сверстники. В случае, если референтная группа отвергает подростка или он не чувствует своей принадлежности к ней может возникнуть ощущение одиночества, что, по нашему мнению, может быть связано с особенностями формирования Я-концепции.

Таким образом, целью нашего исследования было изучение взаимосвязи одиночества и Я-концепции у подростков.

Разработанность проблемы

Я-концепции была и остается предметом изучения многих психологов таких как: Ч.Х. Кули, Дж. Мид, Р. Бернс, К. Роджерс, Э. Эриксон. Однако, первым, кто начал заниматься ее исследованием, был У. Джемс. По его мнению: «Я-концепция — это динамическая система представлений человека о самом себе, включающая: (а) осознание своих физических, интеллектуальных и прочих свойств; (б) самооценку; в) субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов» [1, с. 47]. В научной литературе на сегодняшний день можно встретить множество трактовок данного понятия, причем отечественное понимание данного психологического явления заметно отличается от зарубежного.

Так, Р. Бернс дает следующее определение Я-концепции — «представления индивида о себе, взаимосвязанное с оценкой себя в настоящем и будущем» [2, с. 65]. В свою очередь К. Роджерс отмечает, что «Я-концепция — интегральный механизм саморегуляции поведения, который формируется в процессе взаимодействия с окружающей средой» [3, с. 109]. По мнению З. Фрейда она является сложной структурой, состоящей из уровней, включающая когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты [4].

Отечественные психологи рассматривали «образ Я», чаще всего, в контексте исследования самосознания, как набор характеристик, позволяющих каждому человеку определять себя как индивидуальность, осознавать себя как существо, которому присущи

какие-либо психические свойства, будь то характер, способности, привычки и др. Однако, «Я-концепция» чаще всего рассматривается как ядро личности, и перемены в локальных «Я-образах» не влияют на «Я-концепцию».

Так, Б.Г. Ананьев считает, что «Я-концепция — внутреннее сознательное начало самосознания, система представлений индивида о себе». Л.А. Венгер рассматривает Я-концепцию как совокупность обобщенных и оценочных представлений. А.Г. Спиркин полагает, что она является «осмыслением и оценкой действий, результатов, оценкой себя, признаком, формирующимся совместно со становлением личности» [5, с. 59].

В исследованиях Е.Т. Соколовой «образ Я» интерпретируется как интегративное установочное образование, которое включает в себя следующие компоненты: 1. Когнитивный компонент, отражающий образ у индивида своих качеств, способностей, значимости в социуме, и др. 2. Аффективный компонент, в котором заключается то, как человек относится сам к себе, уважает ли он себя, любит ли он себя, или, возможно, относится к себе с презрением. 3. Поведенческий компонент заключается в том, насколько индивид реализует на практике свои мотивы, цели в конкретных, подходящих под них актах поведения [6].

В.В. Столин выделял три уровня «Я-концепции». Первый — физический «образ Я», который обуславливается потребностью в благополучии организма на физическом уровне. Далее выступает социальная идентичность, которая связывалась с потребностью каждого человека быть членом социума, стремиться к тому, чтобы быть им. И, наконец, третьим компонентом в данной структуре выступает дифференцирующий «образ Я», который характеризуется знаниями индивида о себе в сравнении с другими людьми. Этот компонент придает человеку ощущение собственной неповторимости и обеспечивает потребность в определении и реализации самого себя. Он указывал, что построение представлений о себе, «Я-концепции» осуществляется двумя путями: либо это поиск и классификация «образов Я», либо это поиск содержательных параметров «образов Я» [7].

Таким образом, существует множество разнообразных теорий, взглядов и подходов, так или иначе раскрывающих содержание понятий «образ Я», «Я-концепция» у подростков. Они сложны и многогранны. Особо следует отметить, что Я-концепция влияет на формирование целостной личности подростка, на ее поведение, действия, отношения с окружающими людьми.

Одиночество — одна из самых сложных для современного человека психологических проблем и с каждым годом она становится все острее в связи с сокращением непосредственного контакта с людьми и общения, опосредованного цифровыми технологиями. Современное общество претерпевает сейчас глобальные изменения, в том числе, связанные с пандемией, которые отразятся на подрастающем поколении. Одной из возможных проблем может выступать возникновение трудностей в социализации подростков, так как их ведущая деятельность, а именно общение со сверстниками, затрудняется введением дистанционного обучения и введением ограничений на проведение массовых мероприятий. Вынужденная изоляция может повышать вероятность возникновения чувства одиночества среди подростков, поэтому, мы считаем, что одиночество как объективная психологическая проблема современности не утрачивает своей актуальности и разделяем мнение Н.Е. Покровского, который называет одиночество «чумой XX века», которая требует серьезного осмысления, теоретических и экспериментальных научных исследований [8].

По мнению А.А. Артамоновой [9], О.Б. Долгинова [10], И.С. Кона [11], Е.В. Неумоевой [12], Е.Е. Роговой [13; 14], Э. Эриксона [15] одиночество имеет место в любом возрасте, оно остро переживается в подростковом, юношеском возрасте. Подростки болезненно переживают одиночество, чувствуют себя оторванными от окружающих, чувствуют обиду, грусть, печаль,

страх. В юношеском возрасте, в отличие от подросткового, часто возникает понимание или интуитивное угадывание значимой положительной роли одиночества в становлении личности и человек в этом возрасте может сознательно выбирать одиночество.

Что касается изучения факторов, связанных с одиночеством, то в отечественной науке данным вопросом занимался ряд ученых, одним из которых, является О.В. Курицына [16], которая выявила, что факторами данного явления могут выступать трудности в установлении контактов с окружающими, заниженная самооценка, неприятие критических оценок своей личности, слабое развитие навыков коммуникации, низкая социализация. И.Л. Шелехов и Е.С. Федчишина выделяют такие факторы одиночества как низкая самооценка, недостаточное развитие навыков коммуникации, агрессивность характера, а также наличие неразрешенного внутреннего конфликта. Проведенное учеными исследование обнаружило взаимосвязь между наличием внутриличностного конфликта и высоким уровнем одиночества [17].

Е.В. Неумоева говорит о проблеме одиночества как о явлении, затрагивающем разные возрастные периоды и имеющем свои особенности на разных этапах жизненного пути личности. Л.С. Выготский в своей теории не обсуждает влияние одиночества намеренно, но связывает его с другими явлениями подросткового возраста, то есть описывает своего рода механизмы, влияющие на его возникновение. В качестве такого механизма им выделяется рефлексия, как «направленность познания на самого себя» [18].

При анализе проявления одиночества человека на разных возрастных этапах, Г.М. Тихонов выявил, что в юношеском возрасте чувство одиночества достаточно распространенное явление, протекающее очень интенсивно [19]. Так же он считает, что повышенную вариабельность и многогранность одиночества среди подростков можно объяснить разнообразием способствующих факторов, которые в целом можно объединить в три группы. Первая группа — одиночество, возникающее в результате расставания подрастающего ребенка с родителями. Факторы возникновения одиночества вызванного, физическими и психологическими изменениями, когнитивным развитием не способны в полной мере компенсировать воздействие на человека внешней среды, желанием обрести самостоятельность, стремлением к приобретению значимости, преобразованием собственного «Я». Вторая группа факторов связанных с социальными, структурами и культурными процессами: различные социальные роли, маргинальность, стремление к независимости, отвержение значимым окружением и роль неудачника, завышенные ожидания и требования, социальные сопоставления непосредственно внутри молодежной субкультуры, изменение структуры семьи, проблемные взаимоотношения между родителями и детьми. Третья группа факторов — факторы связанные непосредственно с особенностями личности, такие как заниженная самооценка, робость, возникновение чувства бессилия, апатии и бесцельности, эгоцентризм, скудные социальные навыки.

Методы исследования

Для проведения эмпирического исследования мы использовали комплексный опросник «Одиночество» Е.Е. Роговой и шкалу детской Я-концепции Пирса-Харриса в модификации А.М. Прихожан. Данные методики соответствуют возрасту испытуемых — 12–17 лет.

Достоверность результатов исследования обеспечена посредством применения стандартных методов математической статистики (коэффициент ранговой корреляции Спирмена). При математической обработке данных использован многоцелевой пакет статистических программ SPSSStatistic 22 для Windows.

В исследовании приняли участие обучающиеся 6–9 классов в количестве 115 человек г. Ростова-на-Дону.

Результаты и обсуждение

В нашем исследовании, мы поставили перед собой задачу изучить Я-концепцию у подростков с разным уровнем переживания одиночества.

Согласно данным, полученным в ходе исследования, становится понятно, что высокий уровень одиночества присущ в большей степени эмоциональному и поведенческому видам одиночества (рис. 1).

Поведенческое одиночество проявляется в потере связи с окружающими, отсутствии доступного круга социального общения (отсутствие значимых дружеских связей или чувства общности), невключенности подростка в референтную для него группу сверстников. Высокий уровень данного вида одиночества у большинства опрошенных (52,2 %), по нашему мнению, объясняется тем, что исследование проводилось в период неблагоприятной эпидемиологической ситуации на территории РФ, вследствие чего обучающиеся долгое время находились на дистанционном обучении, не имея возможности непосредственного общения с учителями, одноклассниками и друзьями.

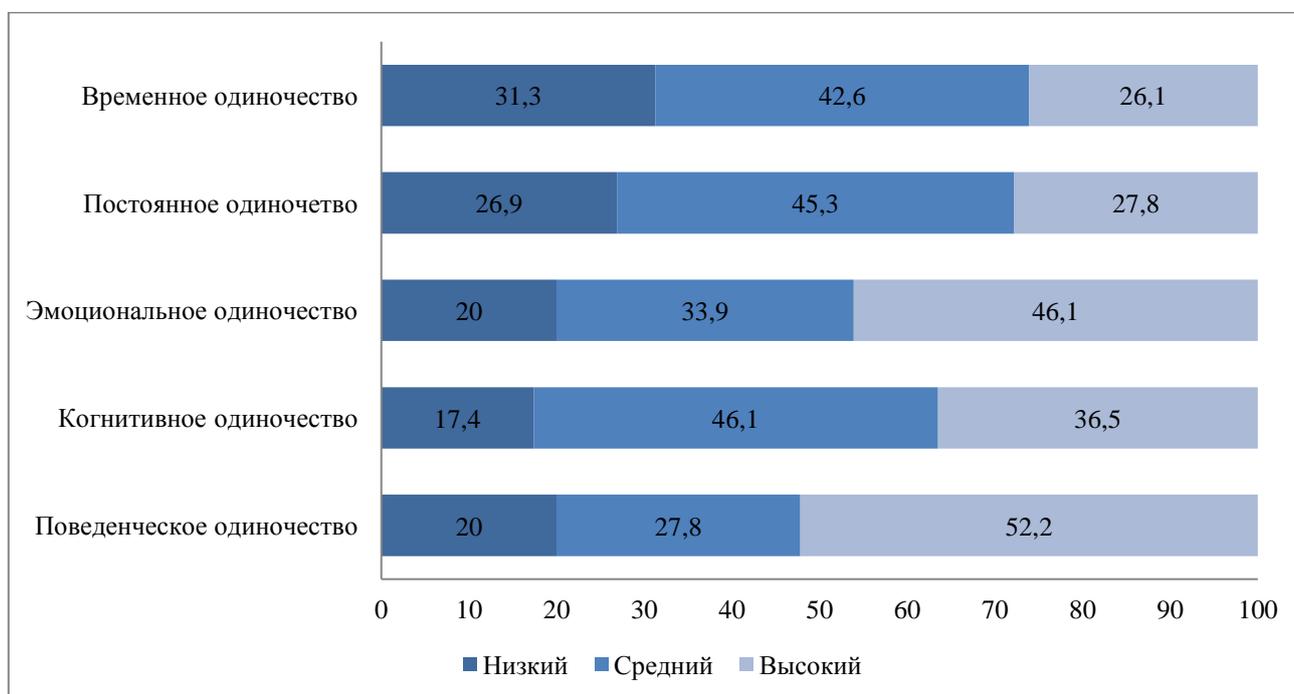


Рисунок 1. Проявление одиночества в подростковом возрасте (в%) (составлено автором)

Эмоциональное одиночество проявляется в результате отсутствия тесной привязанности с каким-либо лицом или разрыва подобных эмоциональных связей, если таковые уже были. Что касается данного вида одиночества, то высокий уровень одиночества у опрошенных (46,1 %) по этому виду можно объяснить тем, что подростки, для которых ведущим типом деятельности является интимно-личностное общение со сверстниками, вынуждены были изменить формат непосредственного общения общением по средствам социальных сетей и мессенджеров.

Когнитивный вид одиночества характеризуется осознанием ситуации собственной депривации (внутреннее ощущение одиночества, опустошенности). По результатам диагностики данный вид одиночества присущ опрошенным подросткам на среднем уровне (46,1 %).

Исследование взаимосвязи одиночества и составляющих Я-концепции подростков проводилось с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Как видно из таблицы 1, поведенческое одиночество имеет обратную взаимосвязь со шкалами Я-концепции «Ситуация в школе», «Общение, популярность среди сверстников» и «Уверенность в себе». С первой шкалой у поведенческого одиночества умеренная связь, на наш взгляд такой результат получен в силу того, что для подростков большое значение имеет общение и чувство общности с референтной группой людей, которой в этом возрасте является группа сверстников или одноклассников. Поскольку школа является социальным институтом, где подросток может удовлетворить потребность в общении, но этого не происходит, он испытывает чувство одиночества и отношение к школе меняется, он начинает оценивать школьную ситуацию как неблагоприятную. Со второй шкалой у поведенческого одиночества установлена тесная связь. Высокая степень связи, на наш взгляд, обусловлена тем, что подростки, которые удовлетворены своим умением общаться не испытывают серьезных затруднений в процессе налаживания дружеских отношений, вследствие чего высокого уровня поведенческого одиночества у них не наступает. С третьей шкалой данный вид одиночества имеет связь средней степени выраженности. Что свидетельствует о том, что подростки, испытывающие поведенческое одиночество склонны чувствовать себя неуверенно из-за неудовлетворенной потребности в социальных контактах со сверстниками.

Таблица 1

**Взаимосвязь разных видов одиночества
и составляющих Я-концепции в подростковом возрасте**

Одиночество	Я-концепция				
	ситуация в школе	общение	уверенность в себе	счастье и удовлетворенность	положение в семье
Поведенческое	-0,378**	-0,749**	-0,518**		
Когнитивное				-0,206*	-0,656**
Эмоциональное				-0,237*	-0,562**
Постоянное		-0,282**		-0,453**	

Составлено автором

В свою очередь, обратная связь выявлена между когнитивным одиночеством и шкалами «Счастье, удовлетворенность», «Положение в семье». С первой шкалой установлена слабая связь ($r = -0,206^*$), а со второй — связь средней степени ($r = -0,656^{**}$). Когнитивное одиночество характеризуется осознанием ситуации собственной депривации (внутренним ощущением одиночества, опустошенностью), это психологическое состояние может способствовать оценке своей жизненной ситуации как неблагоприятной. Что касается второй взаимосвязи, то неудовлетворенность положением в семье включает непонимание или пренебрежительное отношение к проблемам подростка со стороны взрослых, приводя к осознанию равнодушия и безразличия близких людей, провоцируя тем самым состояние одиночества.

Эмоциональное одиночество, согласно полученным результатам, так же связано со шкалами «Счастье, удовлетворенность», «Положение в семье». Такое одиночество появляется в результате отсутствия тесной привязанности с каким-либо лицом или разрыв подобных эмоциональных связей, если таковые уже были, что связано с оценкой своей жизненной ситуации как неудовлетворительной из-за отрицательных эмоций и не приемлемости одиночества для подростка. Эмоциональное одиночество так же связано с неудовлетворенностью своим положением в семье, так как одной из причин возникновения служит эмоциональная холодность родителей.

Анализируя, взаимосвязи постоянного одиночества с составляющими Я-концепции, мы выявили отрицательную слабую взаимосвязь со шкалой «Общение, популярность среди сверстников» ($r = -0,282^{**}$) и умеренную обратную взаимосвязь со шкалой «Счастье, удовлетворенность» ($r = -0,453^{**}$). На протяжении долгого времени, не имея

психоэмоциональных связей с людьми развивается чувство неудовлетворенности общения и жизненной ситуации в целом. Характер выявленных связей представлен высоким уровнем постоянного одиночества при низкой самооценке популярности среди сверстников, умения выстраивать коммуникацию и ощущением неудовлетворенности жизнью.

Таким образом, как показало исследование, подростки, испытывающие одиночество, прежде всего переживают неудовлетворенность жизненной ситуацией. Одиночество может служить барьером между личностью и миром, тем самым выполняя защитную функцию, а также является причиной зависимости от жизненных обстоятельств и других людей. Однако при определенных условиях оно может становиться фактором самопознания личности, развития и сохранения индивидуальности и стабилизации психофизического состояния, творчества и самосовершенствования, а также способствовать объединению свободы и ответственности в единый механизм саморегуляции активности личности.

Проблема одиночества в современном обществе является одной из главных проблем социума, поэтому ее многообразные аспекты требуют систематического и комплексного исследования, а также разработки практических методов психологической помощи подросткам, переживающим чувство одиночества. Ведь особенности переживания одиночества по-разному определяют перспективы развития подростка, а эти особенности в свою очередь сами зависят от степени осознания и обращенности к своим ресурсам и возможностям.

Полученные результаты могут применяться в работе педагогами-психологами образовательных учреждений в консультативной практике по запросам, связанным с одиночеством, низкой самооценкой, трудностями в межличностном взаимодействии подростков со сверстниками и взрослыми.

ЛИТЕРАТУРА

1. Джонг-Гирвельд, Д., Раадшелдерс, Д. Типы одиночества // Лабиринты одиночества: сб. / Под ред. Н.Е. Покровского. — М.: Прогресс, 1989.
2. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание. Пер с англ. — М.: Прогресс. 1986. — 416 с.
3. Роджерс, К.Р. // Становление личности. Взгляд на психотерапию. — М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2016.
4. Фрейд, А. Введение в детский психоанализ. Норма и патология детского развития. «Я» и механизмы защиты / А. Фрейд. — Минск: Попурри, 2010. — 447 с.
5. Слободчиков, И.М. Современные исследования переживания одиночества // Психологическая наука и образование. 2007. № 3.
6. Соколова, Е.Т. Клиническая психология утраты Я. — Москва, 2015.
7. Столин, В.В. Самосознание личности. — МГУ, 1983.
8. Покровский, Н.Е., Иванченко Г.В. Универсум одиночества: социологические и психологические очерки. — М., 2008.
9. Артамонова, А.А. Одиночество как социально-психологическое явление / А.А. Артамонова // Достижения биологической физиологии и их место в практике образования: материалы Всероссийской конференции с международным участием. — Самара: Ун-т, 2003.
10. Долгинова, О.Б. Изучение одиночества как психологического феномена/ О.Б. Долгинова. Прикладная психология. 2000. № 4.
11. Кон, И.С. Многоликое одиночество // Популярная психология: Хрестоматия. / Сост. В.В. Мироненко. — М.: Просвещение, 1990.
12. Неумоев, Е.В. Одиночество как общественно-исторического явления как явление индивидуальной жизни // Гуманитарный вектор. Вестник Забайкальского отделения Академии гуманитарных наук. № 1–2(10–13). 2002. — Чита: ЗабГПУ. 2004. — С. 23–29.
13. Рогова, Е.Е. Влияние одиночества на зависимое поведение подростков // Общественные науки. 2016. № 6–2. — С. 365–371.
14. Рогова, Е.Е. Проблемная область одиночества в современном обществе // Общество: политика, экономика, право. 2010. № 1.
15. Эрикссон, Э. Детство и общество. — Издательство: Питер, 2018.
16. Курицина, О.В. Социальный аспект одиночества // Вестник Казанского технологического университета. 2010.
17. Шелехов, И.Л., Федчишина, Е.С. Внутриличностный конфликт и одиночество / И.Л. Шелехов, Е.С. Федчишина // Вестник ТГПУ. 2013. № 6. — С. 164–170.
18. Выготский, Л.С. Психология развития ребенка (сборник). — Издательство: Эксмо, Смысл, 2005.
19. Тихонов, Г.М. Одиночество: стереотип и реальность. — Ижевск, Изд-во ИжГТУ, 2005. — 376 с.

Rogova Evgenia Evgenievna

South Federal University, Rostov-on-Don, Russia
Academy of Psychology and Pedagogy
E-mail: evgrogova@yandex.ru

The relationship between loneliness and I-conception in adolescence

Abstract. The article provides a brief overview of the concepts of I-conception and loneliness. Domestic psychologists considered the "I-image" most often in the context of self-awareness research, as a set of characteristics that allow each person to define himself as an individual, to realize himself as a being who has any mental properties, such as character, abilities, habits, etc. The formation of the I-conception as the center of the inner world of the personality occurs in childhood and adolescence, and one of the significant factors in the formation of I-conception is the identification of oneself with a significant "other". To study the relationship between loneliness and the I-conception in adolescence, we used a comprehensive methodology for the research of loneliness (the questionnaire "Loneliness" by E.E. Rogova) and the scale of child I-conception by Pierce-Harris (modified by A.M. Prihozhan). Our study involved students of the 6–9-th grades in the number of 115 people in Rostov-on-Don.

According to the study the majority of respondents have the most pronounced emotional and behavioral loneliness. Behavioral loneliness manifests itself in the loss of communication with others, the lack of an accessible circle of social communication (the absence of significant friendships or a sense of community), the teenager's non-inclusion in the reference group of children of his age. Emotional loneliness manifests itself in the lack of close relationship with any person or the rupture of such emotional connections, if there have already been any.

The study of the relationship between loneliness and the components of I-conception of teenagers was conducted using Spearman's rank correlation coefficient. It was revealed that almost all teenagers suffering from loneliness, first of all, experience dissatisfaction with the life situation.

Keywords: loneliness; I-conception; adolescence; self-awareness; "I-image"; communication; self-confidence; position in the family