

# ПРОБЛЕМЫ ОДИНОЧЕСТВА И САМООЦЕНКА У ПОДРОСТКОВ

## Чифтчи Б.

*Чифтчи Бозан – аспирант,  
кафедра социальной философии,  
Бишкекский гуманитарный университет им. К. Карасаева, г. Бишкек, Кыргызская Республика*

**Аннотация:** в статье рассматриваются социологические и социально–психологические подходы к проблеме одиночества и самооценки у подростков. Вопросы связи самооценки и личности, а также соотношения самосознания и самооценки. С самооценкой связаны оценочные функции самосознания, включающие в себя эмоционально-ценностное отношение личности к себе, специфика понимания ею самого себя.

**Ключевые слова:** феномен одиночества, самосознание, самооценка, подростковый возраст, личность, уединение.

Подростковый возраст, признанный всеми исследователями периодом становления самосознания, непременно сталкивается и с феноменом одиночества. Возникновение самосознания - результат осознания подростком заметных изменений в своем внешнем облике и, как следствие, - возникновение острого интереса к самому себе. Резкая дисгармония физического и психологического облика проецируется на окружающий мир, который начинается казаться конфликтным и напряженным. Подросток легко идеализирует окружающих людей и так же легко в них разочаровывается, ему свойственны острые нравственные переживания, мировоззренческие искания. Подросток, стремясь доказать себе и окружающим свою самостоятельность, ценность своей личности, ее уникальность и неповторимость, сталкивается с состоянием одиночества, «разговором с собой», которое в свою очередь помогает ему в этом обособлении, индивидуализации, развитии его личности. Уединение помогает ему проигрывать различные роли, которые недоступны в реальной жизни. «Человек, однажды достигнув уровня индивидуального самосознания и установив свое уникальное личностное тождество, неожиданно сталкивается со своим абсолютным одиночеством... В этом заключается человеческая дилемма: человек должен стремиться к отделению своего «я». «Но, однажды достигнув такого отделения, он затем сталкивается с мыслью, что больше не «сопричастен» целому. И человек пускается в самоотверженный и безнадежный путь назад к «абсолютному бытию» и единству, или, по крайней мере, время от времени пытается это сделать» [1]. Подросток, стремясь к обособлению своей личности, защищая границы своего «я», стремится к уединению, а добившись своего, узнав себя, он осознает свое одиночество и стремится уже избавиться, освободиться от него. Адекватное принятие на себя той или иной роли – показатель адаптированности личности. Организуя свое поведение постоянно с точки зрения его социальной желательности, личность попадает в ловушку своих социальных ролей. «У закрытого, замаскированного человека нарастает уверенность, что не только близкие, но и вообще никто никогда не сможет его понять, принять участие в его внутренней жизни. И он прячет ее еще глубже» [2]. Закрытость человека, наряду с заикленностью на себе, неуверенность в своих силах, робость - частые причины одиночества. Говоря о социальных ролях, существуют три уровня значимых ролей для человека:

- уровень межличностного взаимодействия, где необходимо понимание и признание от близкого человека. Выражается в поиске друга;
- уровень группового взаимодействия. Наличие положительной групповой оценки оправдывает даже неудачи в межличностном общении;
- уровень культурно – исторической значимости – только обществом в целом, во всех своих социальных проявлениях может дать человеку эту значимость.

Для подростка актуальными можно признать первый и второй уровни. Значимость первого уровня с возрастом увеличивается. Это связано с тем, что подростковый возраст « характеризуется несомненным развитием эмоциональной сферы. Переживания становятся глубже, появляются более стойкие чувства, эмоциональное отношение к ряду явлений жизни делается значительнее и устойчивее» [3]. В то же время потребность в межличностном общении уже не может найти свое удовлетворение в семье. Таким образом, «референтной группой для подростков по большей мере становится компания сверстников. Более того, подросток стремится к установлению доверительных отношений с одним из своих сверстников. Главная причина- желание найти того, кто тебя понимает. Отсутствие понимания, понимающего человека субъекта является причиной возникновения чувства одиночества. «Любые описания переживания одиночества как психологического феномена обязательно содержат в себе указания на сочетание субъективной потребности и объективной невозможности понимания человека человеком. Мы говорим: «меня понимают» только в том случае, если другой человек не только знает мотивы моих переживаний, но и принимает их как некоторую, безусловную ценность» [4].

Подросток стремится к установлению близких дружеских отношений, и одновременно, боится потерять себя в другом человеке, поскольку его собственное «я» еще неопределенно, полностью им не осознано и имеет размытые границы [5]. Когда подросток после нескольких неудач в общении убеждает себя, что все попытки найти понимание бесполезны, это ведет к тому, что подросток выбирает одиночество. Найдя друга, подросток реализует не только потребность в понимании, но и потребность в собеседнике, самораскрытия. Само становление подростка становится продуктивным. Одиночество может являться следствием нереализации значимых ролей – группового взаимодействия личности. «Общение со сверстниками очень важный специфический канал информации; по нему подростки и юноши узнают многие необходимые вещи, которых по тем или иным причинам им не сообщают взрослые. Это специфический вид межличностных отношений. Групповая игра и другие виды совместной деятельности вырабатывают необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права, соотносить личные интересы с общественными. Сознание групповой принадлежности не только облегчает подростку автоматизацию от взрослых, но и дает ему чрезвычайно важное чувство эмоционального благополучия и устойчивости» [5]. Идущие вопреки установкам группы, либо отверженные ею, неизменно сталкиваются с состоянием одиночества. В случае если подросток не имеет друга, который бы его понял, он становится вдвойне одинок.

Признавая существование подросткового одиночества, нужно отметить, что какими бы ни были пути подростка, приводящие его к одиночеству, важнее то, как он сам воспринимает это свое состояние и как он его использует. И это восприятие связано с образом собственного «Я». Продуктивное использование этого состояния снимает трагическую окраску. Человек может найти в одиночестве возможность совершенствования, то есть путь к себе, либо возможность развития в себе альтруизма, эмпатии, милосердия, сострадания, то есть путь к людям.

#### ***Список литературы***

1. *Кон И.С.* Открытие «Я» / И.С. Кон / М., 1978. 428 с.
2. *Старшенбаум Г.В.* Любовь против одиночества. М., 1991. 420 с.
3. *Кондратьев М.Ю.* Типологические особенности психосоциального развития подростков // Вопросы психологии, 1998. № 2. С. 69-78.
4. Психология развивающейся личности. М.: Просвещение, 1987. 486 с.
5. *Дольто Ф.* На стороне подростка / Ф.Дольто / СПб., 1997. 452 с.