

УДК: 11+15

Чифтчи Бозан

БГУ им. К. Карасаева

**ФИЛОСОФСКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ
ОДИНОЧЕСТВА**

Переживание одиночества существует на протяжении всей жизни человека и является сущностной характеристикой личности, имеющей собственное содержание, структуру и закономерности развития.

Одиночество как состояние существует столько, сколько люди помнят себя. Но само отношение к одиночеству претерпело некоторую эволюцию. Это заметно даже в поговорках, аккумуляторах народной мысли. А одиночество рассматривалось в народной мудрости кыргызов больше как отрицательный феномен в жизни человека: “Жалгыз дарак токой болбойт, жалгыз өгүз кош болбойт, жалгыз таруу ботко болбой”, “Жалгыз жүрүп жол тапканча, көпчүлүк менен бирге адаш”, “Жалгыз кол түйүн чечпейт”, “Жалкоолук шалдыратат, жалгыздык жалдыратат” и др. Отрицательные стороны одиночества отмечаются и в современной психологической науке: «Чувство одиночества, фрагментирующее личность, раскалывающее её на дискретные части, ведёт подчас к агрессивности, насилию, терроризму, анархии» пишет Э. Фромм¹. В народных эпосах, сказках, пословицах и поговорках воплощены важнейшие нравственные нормы и принципы общественной жизни. Веками формировались и развивались обычаи и традиции, обеспечивающие социальную защищенность народа² и народный *коллективизм*.

Древние кыргызы жили родовыми общинами, так как выполнение трудоемких работ было под силу только большому коллективу. Голод, необходимость быстрого перемещения в другую местность и иные экстремальные условия жизни требовали от членов рода, племени высокой организованности и мобильности, силы и ловкости, сплоченности и единства. Кочевников всегда подстерегали трудности, материальные лишения, беды, болезни и случайности. В таких ситуациях защиту и поддержку можно было ожидать только у своего рода. Так и постепенно шло формирование коллективизма, общинных и традиционных форм помощи и взаимопомощи. Молодежь и детей воспитывали так, чтобы у них росла вера не столько в собственные силы, сколько в совместные усилия и помощь членов группы, стремление к чувству общности и коллективизму. Поддерживались также и социальный альтруизм, социальная ответственность, стремление к солидарности и т.д. Благо другого человека считалось более важным и значимым, чем собственное благо и личные интересы.

Быт кочевых кыргызов описывается историком Б. Солтоноевым следующим образом: «В летний период кыргызы питались молочными продуктами, а зимой - мясом с небольшой толикой зерновых. Когда истощались пастбища или наседали сильный жестокий враг, киргизы снимались с насиженных мест даже в лютые зимы, посадив малых детей до трех-четырёх лет в седла с перильцами. Могли продвигаться днем и ночью, сквозь пургу, метель и снег.³ Ч. Валихановым кочевники характеризуются как “Привыкший к степному и горному раздолью свободный народ, сознательно избравший кочевой образ жизни, постоянное движение, охота, стремление к перемене мест, воля к свободе, - в этом характер, нрав народа, обусловивший и особый способ

¹ Фромм Э. Бегство от свободы. 7-е изд. – М.: Академия, 2005. – 117 с.

² Аманалиев Б. Из истории философской мысли киргизского народа. – Фрунзе: Изд-во АН Кирг. ССР, 1963. - С. 14.

³ Быт киргизов. Б. Солтоноев. Кыргызы: Источники, история, этнография. /Сост. О. Караев, К. Жусупов. - Б., 1996. - С. 397.

хозяйствования»⁴. Он считал, что киргизы-кочевники являются искусными и смелыми воинами. Кочевой образ жизни и природа формировали не только быт, но и душу кочевника-обитателя гор, воспитывали эстетический вкус и развивали духовность и тем самым развивали негативное отношение к одиночеству⁵.

По менталитету кочевников можно было судить, насколько им присущи коммуникабельность, дипломатичность, выносливость, и интегративность в разных условиях, где-бы они не находились. Кыргызы были открытым и гибким и единым народом, кочуя, они воспринимали и передавали друг другу новые информации, были всегда готовы к изменениям⁶.

Таким образом, кочевой образ жизни кыргызов обуславливал развитие историко-культурных предпосылок становления идей и принципов взаимной помощи. Так как кочевой образ жизни кыргызов требовал совместных коллективных усилий, каждый член общества до последней возможности старался сохранить все родственные связи, укрепить их и восстановить, если они нарушились.

Кочевник был не только природным коллективистом, но и социальным альтруистом. Эти особенности обеспечивали безопасность и выживание народа. Заботясь друг о друге люди получали возможность умножить свои силы и получить преимущество в борьбе за существование. Благо другого человека считалось более важным и значимым, чем собственное благо и личные интересы. Какие бы факторы не способствовали этому, нам кажется, что человек не смог бы жить один, не общаясь и не взаимодействуя с другими людьми, служа только собственным интересам. Природой заложены определенные законы, заставляющие его интересоваться судьбой других и быть сопричастным к этому.

Таким образом, одной из естественных и непреходящих ценностей кыргызского общества является *коллективизм*, основанный на естественном стремлении человека к общению и взаимодействию с себе подобными. Коллектив это естественная форма и одновременно среда жизнедеятельности человека как социального существа, поскольку важнейшие социальные потребности могут быть удовлетворены только в сообществе себе подобных. Как отмечает Ш.Б. Акмолдоева «Человек никогда не мог жить в одиночестве. Тем более не мог выжить в одиночку древний человек, член кочевого племени. Он жил в сообществе себе подобных, вступая с ними в разнообразные отношения. Жизнь в коллективе воспринималась как благо, которое обеспечивает непрерывное продолжение жизни, а выход из рода считался самым большим несчастьем»⁷.

«Сознание отдельного человека по своему существу было коллективным и определялось принадлежностью индивида к его социальной группе: роду, племени и т.д. Такая форма сознания получила название «*мы - сознание*». В рамках этого сознания конкретный человек, индивид, выступает только как носитель и представитель коллективных родоплеменных представлений, норм и ценностей. Один индивид никогда не противостоял другому. Противостоять могло только наше «*мы*» чужому «*они*». При таких условиях одиночество не существовало ни как социальное, ни как психологическое явление.

В последующие эпохи происходит обособление личности и «*я-сознание*» стало доминирующим. Можно даже говорить о культурных традициях и способах отношения к одиночеству и его переживанию в западной и восточной культуре. Для Запада

⁴ Валиханов Ч.Ч. Вооружение киргиз в древние времена и их военные доспехи. //Собр. Соч. Алма-Ата, 1961. Т. 1. - С. 463-465.

⁵ Айтбаев А.А. Менталитет кыргызского народа: теория и практика. – Б. 2006. - С. 48.

⁶ Урманбетова Ж.К. Абдрасулов С.М. Истоки и тенденции развития кыргызской культуры. /Отв. ред. А.Ч. Какеев. КНУ. – Б.: Илим, 2000. - С. 150-167.

⁷ Акмолдоева Ш.Б. Духовный мир древних кыргызов. (По материалам эпоса «Манас»). /Кыргызский государственный национальный университет. - Бишкек: Илим, 1998. - С. 204.

одинокость есть обязательное условие становления личности. Это психологический механизм его обособления. Для Востока одиночество - состояние уединённого, углублённого в самопознании духа. Таким образом, «уединение, одиночество стало реально необходимым условием полноценного обособления, развития личности».

В древние времена, когда само существование людей было сугубо общинным, мы находим три основные формы одиночества.

1. Обряды и ритуалы, так называемое воспитание одиночеством. Одиночество здесь - необходимое условие становления личности и не несёт в себе трагической окраски.

2. Наказание одиночеством - изгнание. Собственно, на всех уровнях развития общества не было большего наказания, чем насильственная социальная изоляция. Причина особой тяжести наказания в том, что «подвергается отчуждению не просто тот или иной поступок индивида, а он сам как таковой, его личность».

3. Добровольное уединение - отшельничество. Цель такого уединения - самосовершенствование, преодоление плотского начала духовным. Отшельничество предполагало внутреннюю сосредоточенность, внимание к своему внутреннему миру.

Основой средневекового менталитета стало религиозное сознание. В средневековье религия вытеснило языческие верования, и обряды. Одиночество принимает форму разговора с богом. Человек постепенно осознаёт свою связь с родом людским, а также всю катастрофичность для себя её утраты. Далеко не всегда эта катастрофа получает наименование «одинокость», но неизменно играет важную роль в духовном развитии человечества. То жизненно необходимое человеку общение, в котором ему отказывало общество, нередко обреталось в мире веры.

Однако в средние века существовал и противоположный, светский взгляд на одиночество. Здесь одиночество воспевается как источник вдохновения, свободы, радости. Другими словами, не всегда состояние одиночества воспринималось индивидом как личная проблема.

Эту линию развили романтики. Именно с расцветом романтизма появился интерес к одиночеству как социально-психологическому феномену. Романтики в XVIII веке делают одиночество своим программным лозунгом: «От Байроновского вызова и бунта до пассивного поиска убежища от жестокости окружающего мира». Ведущим мотивом творчества становится рефлексия истоков уединения, противостоящего конформному обществу и помогающего сохранить свою индивидуальность.

Таким образом, полная физическая изоляция человека, перестаёт быть единственным условием возникновения одиночества. Наиболее глубокое теоретическое осмысление проблемы одиночества начинается с середины девятнадцатого века. В психологическом словаре дается следующее определение одиночества: «**Одинокость** - один из психогенных факторов, влияющих на эмоциональное состояние человека, находящегося в измененных (непривычных) условиях изоляции от других людей. Как только люди попадают в условия одиночества обусловленного экспериментальной, географической или социальной изоляцией, то сразу же все непосредственные («живые») связи с другими людьми прерываются, что вызывает появление острых эмоциональных реакций. В ряде случаев возникает психологический шок, характеризующийся тревожностью, депрессией и сопровождающийся вегетативными реакциями. По мере увеличения времени пребывания человека в условиях одиночества, актуализируется потребность в общении»⁸.

⁸ Психологический словарь. /Г.С. Никифоров., Н.Ю. Хрящева. /Под ред. Г.С. Никифорова. -3-е изд-е. – М.: Проспект, 2007. – 465 с.

В XIX веке одиночество рассматривалось в качестве принципа уединения как первую ступень на пути к уединению высшему, духовному. Мартин Бубер делает следующий вывод: «Человеческая личность одновременно воспринимает себя в качестве человека, изгнанного из природы (подобно отвергнутому нежелательному ребенку), так и в качестве личности, изолированной от остальных среди бушующего человеческого мира».

Оди Дж. Рэлф⁹, продолжая глубокий анализ этого феномена, считал, периоды простого одиночества являются нормальными реакциями, если они не часты или непомерно интенсивны, а последние (то есть длительные состояния) - всегда психопатологичны. Периоды уединений необходимы человеку, и он будет их искать. Некоторые люди могут научиться уходить в себя и размышлять в присутствии других. Однако уединение должно уравниваться общением. Лимит общения, воспринимаемый как одиночество, означает не просто разобщение в среде людей, но нехватку близких отношений с ними. Присутствие людей, которые не способны дать ощущение близости и теплоты, усугубит одиночество вместо того, чтобы его облегчить.

Следует отметить, что приведенные выше авторы в своих работах склонны к рассмотрению данного феномена как *отрицательного* в жизни человека. Они объясняют его в большей степени эмоциональной и социальной изолированностью человека в связи с развитием определенных экономических отношений, когда человек вынужден придти к индивидуализму как типу мировоззрения, в основе которого лежит противопоставление себя обществу. Однако, Мустакас в своей книге «Одиночество» считает: «Человек движется вперед, обращаясь к небесам, ищет реализацию своих способностей. Пребывая в состоянии одиночества, человек обретает полноту внутреннего мира». Следует отметить, что Мустакас не отрицает, что одиночество может иметь болезненный характер, но рассматривает его как *продуктивное, творческое состояние*.

Философские концепции во многом обусловили социологические и социально-психологические подходы к проблеме одиночества, разрабатываемые в XX веке. Многие ученые на Западе занимались исследованиями в области изучения одиночества анализируя этот феномен с разных позиций.

В контексте американской культуры, по словам американского психолога М. Мид; отношение к проблеме одиночества необходимо рассматривать как одну из важных характерных особенностей. С самых первых дней появления младенца в американской семье принято оставлять его одного, так как ребенок, по мнению американцев, должен научиться независимости и самостоятельности, поэтому самому засыпать - это первый урок на пути к приобретению этих качеств. Следовательно, американские дети учатся переносить одиночество самостоятельно и радоваться обществу, как награде за их терпение и труд. Тем не менее, став взрослым, и получив профессиональные навыки, молодой человек попадает в определенную социальную группу, где постоянно встречается с людьми, исходя из своих личных и профессиональных интересов. Если же обстоятельства складываются так, что человек не получает признания на социально-групповом уровне, и у него нет близких друзей, то такая ситуация порождает глубочайший психологический кризис личности, и способствует появлению чувства одиночества, которое приводит человека иногда к аномии общему состоянию бытия.

Практически все философские школы и направления в соответствии со своими мировоззренческими принципами освещали феномен одиночества. Проблему одиночества исследовали Фромм Э., Хорни К., Франкл В., Сартр Ж.П., Камю А.,

⁹ Оди Дж. Рэлф. Человек - существо одинокое: биологические корни одиночества. - М., 1990. - С. 89.

Кьеркегор А., Ясперс К. и др. Их работы представляют особый интерес, поскольку обуславливают особый современный интеллектуальный потенциал в отношении разработки теории этой проблемы, несмотря на то, что их интерпретации феномена одиночества лежат совершенно в разных плоскостях.

Следующую трактовку одиночества мы находим у Кьеркегора: «Одиночество, в соответствии с мыслью этого философа, - это замкнутый мир внутреннего самосознания, мир, принципиально не размыкаем ни кем, кроме Бога». Человек обречен на страдание и одиночество. Человек, согласно Кьеркегору, существует лишь для бога, поскольку Бог существует для него.

На наш взгляд, наибольший вклад в осмысление и разработку этого феномена внесли *философы-экзистенциалисты*. Они принимают во внимание тот факт, что люди изначально одиноки, но расходятся во мнении о том, как люди могут жить, будучи одинокими. Так, Сартр Ж.П. рассматривал одиночество как глубинную основу бытия индивида. Сартр стремится субъективизировать мир. Причем субъективизм в его понимании имеет два смысла. С одной стороны, субъективизм означает, что субъект сам себя выбирает, а с другой - что человек не может выйти за пределы человеческой субъективности, то есть он изначально одинок. Именно второй смысл, по его словам, и есть глубокий смысл экзистенциализма.

В философии Сартра одиночество становится принципом замкнутого антропологического универсума. Внутренняя изолированность человека - основа любого индивидуального бытия как такового. «Мы одиноки, и нам нет извинений». Экзистенциалисты считают одиночество необходимым и неотъемлемым компонентом экзистенции человека. Одиночество принадлежит к «пограничным ситуациям», которые суть, символ человеческого положения в мире и без которых не достиг бы подлинного существования. Поэтому их устранение не только невозможно, но и нежелательно.

В середине XX века в США становится популярной концепция «социального характера» Рисмена Д., которую он излагает в книге «Одинокая толпа»¹⁰. Рисмен описывает один из способов избегания человеком одиночества и определяет следующие симптомы социальной изолированности: «Первыми симптомами социальной изолированности являются скука, чувство аномии, оторванности, маргинальности».

Одним из ярких глашатаев «антиодиночества» стал философ и социальный психолог *Эрих Фромм*. Он указывал на свойство человеческой психики испытывать ужас перед изоляцией. В своей книге «Побег от одиночества» он пишет следующее: «Затруднительное положение человека является само по себе моментом, когда человек осознает, что он одинок и в то же время у него нет возможности создания новых эмоционально удовлетворяющих его социальных связей. У него возникает страх перед одиночеством: ощущение полной изолированности и одиночества ведет к психическому разрушению, так же, как голод к смерти». Он также перечислил и рассмотрел ряд социальных потребностей, формирующих резко отрицательное отношение личности к одиночеству: потребность в общении, связях с людьми, потребность самоутверждения, привязанности, в объекте поклонения. «Чувство одиночества, фрагментирующее личность, раскалывающее её на дискретные части, по мысли Фромма, ведёт подчас к агрессивности, насилию, терроризму, анархии¹¹».

Хотя одиночество как состояние существовало во все времена, именно XX век породил проблему одиночества. «Дополнительно ко всем физическим характеристикам, а зачастую и в противовес им, одиночество приобретает сугубо

¹⁰ Рисмен Д. Одинокая толпа. /Пер. с англ. - М., 2001. - С. 223.

¹¹ Фромм Э. Бегство от свободы. 7-е изд., - М.: Академия, 2005. - 117 с.

психологическую окраску. Оно становится, прежде всего, личностным». В XX веке иначе осмысливается влияние общества на индивида, и большое значение придаётся тому, как сам человек определяет своё положение в обществе в зависимости от своего внутреннего мира.

«Смещение акцентов, усиливающих психологическую окрашенность феномена одиночества, по мнению ряда авторов, связано, с одной стороны, с развитием самосознания человека, а с другой - с социальными изменениями»

Несомненно, что феномен одиночества больше изучен зарубежными исследователями. Все эти работы сходятся в том, что одиночество связано, прежде всего, с «переживанием человека его оторванности от сообщества людей, семьи, исторической реальности, гармоничного природного мироздания». В то же время многие исследователи признают, что физическая изолированность не всегда соседствует с одиночеством. «Одиночество не может быть приравнено к физическому состоянию изолированности человека. В противоположность состоянию изоляции, которое является объективным, внешне обусловленным, одиночество субъективное внутреннее переживание. Многие люди испытывали мучительное одиночество не в изоляции, а в каком-либо сообществе, в лоне семьи и даже среди друзей. Чтобы обнаружить физическую изоляцию, достаточно иметь одни глаза, но чтобы узнать одиночество, необходимо испытать его».

Философы, психологи и врачи, обсуждая проблему одиночества сталкиваются с определенными трудностями.

Во-первых, конкретный смысл понятия «одиночество», как изолированность от людей, однокло и неточен. Такие чувства и эмоции, как страх, тревога, грусть, оторванность, ненужность, угнетенность часто определяются человеком как одиночество. Возможно все – это причины возникновения одиночества, возможность – следствия, возможно – его компоненты.

Во-вторых, одиночество – сугубо личностное переживание, к тому же имеющее весьма неопределенные внешние проявления – и психические и соматические. Поэтому получаемые данные – это описание человеком субъективных чувств и переживаний в связи с какими-то событиями, которые он определяет или именуется как «одиночество». В определенный период жизни благодаря книгам, кино и учителям в нашем сознании возникает образ того, что мы начинаем именовать одиночеством. Этот образ, как и само понятие, весьма индивидуально, многоаспектно, иерархично.

В-третьих, данных о дальнейшей жизни клиентов, прошедших курс коррекции чувства одиночества, либо не систематизированы, либо отсутствуют. Неясно, возвращается ли подобное чувство, чем оно провоцирует и как переживается.

«Первыми фобиями у детей, связанными с внешними условиями, являются боязнь темноты и одиночества. Обе вызваны у ребенка ощущением отсутствия любимого человека, скажем, матери. Я слышал из соседней комнаты, как ребенок, испугавшийся темноты, звал: «Говори со мной, боюсь!» – «Зачем? Для чего? Ты все равно меня не видишь». На это ребенок отвечал: «Когда кто-то говорит со мной, становится легче»¹² пишет З. Фрейд.

Одиночество может способствовать развитию тяжелого расстройства личности. Даже те люди, которые способны преодолевать одиночество без особых усилий, соглашаются, что это очень тревожное переживание. Одиночество обостряет ощущения противоестественной и неожиданной пустоты, пронизывающей весь внутренний мир личности. И в самом деле, человека не так страшит возможная болезнь или даже смерть, как одиночество. Ощущение угрозы наиболее полному раскрытию целостных

¹² Фрейд З. 1916 – 1917.

качеств личности порождает страдания одиночества»¹³.

В зарубежной психологии разработан ряд теоретических моделей одиночества:

Неофрейдская модель (психодинамическая). Представители: З. Фрейд, Э. Фромм, А. Салливан, К. Хорни. Согласно этой модели состояние одиночества определяют внешние условия. В своём анализе проблемы они исходят из клинической практики и склонны рассматривать одиночество как патологию. *Оценка – отрицательная.*

Гуманистическая. Представитель: К. Роджерс. Одиночество - конфликт между «истинным» и «социально желательным» Я, проявление слабой приспособляемости личности. Причины одиночества уже не в детских переживаниях, а в текущих влияниях на человека в настоящем. *Оценка - отрицательная.*

Экзистенциальный подход. Представитель: Каол Мустакас. Истоки одиночества - в самой природе человека, люди изначально одиноки. Мустакас призывает преодолеть страх одиночества и научиться позитивно его использовать. *Оценка - положительная.*

Социологический подход. Представители: Боумен, Рисмен, Слейтер. Одиночество расценивается не как нормальное или ненормальное состояние, а как нормативное - общий статистический показатель, характеризующий общество. Причина одиночества - вне индивида. *Оценка - отрицательная.*

Интеракционистская точка зрения. Представитель: Роберт С. Вейс. Одиночество появляется в результате недостаточности социального взаимодействия индивида. Природа одиночества имеет не патологический характер и существует в двух типах. «Я убеждён, что существуют фактически два эмоциональных состояния, которые люди, пережившие их, склонны расценивать как «одиночество». Я называю эти состояния соответственно эмоциональной изоляцией и социальной изоляцией. Первое вызвано отсутствием привязанности к конкретному человеку, а второе - отсутствием доступного круга социального общения. *Оценка - отрицательная.*

Когнитивный подход. Представители: Литиция Энн Пепла, Марсия Мицели, Брюс Морош. Они предполагают, что одиночество наступает в том случае, когда индивид воспринимает (осознаёт) несоответствие между двумя факторами - желаемым и достигнутым уровнем собственных социальных контактов. Для преодоления данного ощущения важную роль играет сознание и когнитивные процессы. Одиночество существует «только в голове» и что это состояние можно, как по волшебству, преодолеть силой «позитивного мышления». Одиночество рассматривается как нормальное состояние человека. *Оценка - нормальная.*

Таким образом, согласно западной философии, одиночество определяется как «переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое выражает определённую форму самосознания. Одиночество рассматривается и как внутренний мир личности и как динамический процесс и этот процесс обусловлен переживаниями человека в различных жизненных ситуациях, социальных связях.

В российской психологии, по сравнению с зарубежной, проблема одиночества как самостоятельная затрагивалась редко. Отдельные работы появились лишь в последние десятилетия. Проблема одиночества рассматривалась сначала исключительно как проблема общения, межличностного взаимодействия. Затем стало очевидным, что одиночество связано не столько с особенностями общения, сколько со свойствами личности.

Можно выделить две точки зрения на проблему одиночества в современной психологической литературе.

Первая из них восходит к «советскому» пониманию одиночества как состоянию, «противоречащему самой сути человека как существа общественного». Эта точка

¹³ Уильям А., Садлер Ж., Томас Б. Джонсон. «От одиночества к аномии».

зрения определяет одиночество следующим образом. «Одиночество, в отличие от объективной изолированности, отражает внутренний разлад человека с самим собой, воспринимаемый им как неполноценность своих отношений с миром, как «кризис ожидания», потерю всякой надежды и разочарование в любой возможной перспективе. В одиночестве высвечивается опустошенность внутреннего мира человека». Однако уже здесь говорится о необходимости различения одиночества и уединения. «Уединение в отличие от одиночества не пресекает общение, а лишь концентрирует человека на наиболее важных, обогащающих его духовных формах общения. Между уединением и одиночеством больше различия, чем сходства. Если первое есть необходимое условие очищения и углубления общения, то второе - антагонист этому общению, его враг номер один».

Вторая точка зрения провозглашает амбивалентное отношение к одиночеству. С одной стороны признаётся трагичность одиночества, с другой подчёркиваются возможности, которые открывает для становления человека уединение, разговор с собой. «Только в тишине собственной души человек осознаёт глубокий смысл своего личного бытия. Однако кроме спокойного умиротворённого уединения существует мучительное и напряжённое одиночество - тоска, субъективное состояние духовной и душевной изоляции, непонятности, чувства неудовлетворённой потребности в общении, человеческой близости». Но главное, в этих работах нет интонации тотального трагизма, присущего западным работам по этой теме. Они имеют общий позитивный настрой на решение проблемы, либо изменения отношения к ней. Один из путей преодоления трагизма одиночества - наличие богатого внутреннего мира, возможности для развития которого, кстати, в свою очередь открывает одиночество. Обладая богатым внутренним миром, человек не чувствует себя одиноким.

Литература:

1. Фромм Э. Бегство от свободы. 7-е изд. – М.: Академия, 2005. – 117 с.
2. Аманалиев Б. Из истории философской мысли киргизского народа. – Фрунзе: Изд-во АН Кирг. ССР, 1963. -С. 14.
3. Солтоноев Б. Быт киргизов. Киргизы: Источники, история, этнография. /Сост. О. Караев, К. Жусупов.- Бишкек, 1996. -С. 397.
4. Валиханов Ч.Ч. Вооружение киргизов в древние времена и их военные доспехи. //Собр. Соч. - Алма-Ата, 1961. Т. 1. -С. 463-465.
5. Айтбаев А.А. Менталитет кыргызского народа: теория и практика. – Бишкек, 2006. - С. 48.
6. Урманбетова Ж.К. Абдрасулов С.М. Истоки и тенденции развития кыргызской культуры. /Отв. ред. А.Ч. Какеев. КНУ. – Бишкек: Илим, 2000. - С. 150-167.
7. Акмолдоева Ш.Б. Духовный мир древних кыргызов. (По материалам эпоса “Манас”). /Кыргызский государственный национальный университет. - Бишкек: Илим, 1998. - С. 204.
8. Психологический словарь. / Г.С. Никифоров., Н.Ю. Хрящева., ; под ред. Г.С. Никифорова. -3-е изд-е. – М.: Проспект, 2007. – 465 с.
9. Оди Дж. Рэлф. Человек - существо одинокое: биологические корни одиночества. - М., 1990. - С. 89.
10. Рисмен Д. Одинокая толпа. /Пер. с англ. - М., 2001. - С. 223.