

conceptual and categorical apparatus used by the Soviet scientists in the study of the issue have been pointed out; the negative influence of ideological and political stereotypes on the development of objective knowledge concerning the issue has been shown.

Scientific novelty. For the first time on the basis of integrated approach the state of a problem study of national and cultural development of the liberation struggle period (1917–1921) in Ukraine through the Soviet historiography has been analysed; historiographical sources of the problem have been discovered, investigated and systematized.

The conducted historiographical analysis allowed to deepen the understanding of conceptual approaches and techniques used by the Soviet historians in the coverage of the issue, and to prove that their interpretation of the problem was ideological and biased.

The practical significance. The conceptual approaches of the Soviet historians in the coverage of Ukrainian governments in national cultural development during the Ukrainian revolution of 1917–1921 have been identified, which orient modern scholars to reject the Soviet ideological clichés, while covering not only this issue, but also many others insufficiently investigated or falsified historical problems in Ukrainian historical science.

The factual material that has been systematized, the theoretical concepts and general conclusions can be used in the teaching of history and historiography of the Ukrainian history, as well as in the preparation of works on the history of Ukrainian historical thought.

Key words: Soviet historiography, Ukrainian revolution of 1917–1921, national and cultural revival, «Prosvita», All Ukrainian Teachers Union».

УДК 159.922.8: 364.274

САМОТНІСТЬ ЯК РЕСУРС РОЗВИТКУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

МАРЦЕНЮК М. О., МИНЕНОК Н.В.

Мукачівський державний університет

Стаття присвячена дослідженню феномену переживання самотності в юнацькому віці. Дана тема є актуальною, оскільки юнацький вік виступає важливим та відповідальним періодом в процесі формування особистості. Особливо значимою ця проблема стає в юнацькому віці.

Аналізуються дослідження сучасних науковців, в яких зазначається, що особливо значимою ця проблема стає в юнацькому віці, коли молода людина ототожнює своє "Я" з життєвими цінностями, інтересами, інтересами і психологічно дистанціюється від батьків. Наявні міжособистісні стосунки, патерни поведінки та емоційні переживання є підґрунтям, на якому особистість починає будувати самостійне майбутнє. Недостатній рівень розвитку навичок міжособистісної взаємодії, зміна соціальної ситуації розвитку, особистісні характеристики, зокрема емоційна нестабільність, юнацький скептицизм та інші обставини спричиняють виникнення інтенсивного почуття самотності в юнацькому віці та болісного його переживання, яке як наслідок, стає значущим психологічним чинником подальшої руйнації соціальних та міжособистісних стосунків індивіда, викликає зміни в соціальних потребах юної людини, у її ставленні до власного "Я", до того чого не дивлячись на те, що на протязі століть вивченням проблеми самотності займалися та продовжують займатися вчені різних поглядів та напрямлень, самотність як соціально-психологічний феномен представляє собою актуальне явище сучасності.

Підкреслюється, що переживання самотності не тільки може породжувати безліч проблем в соціальному середовищі, загострювати вікові та особистісні зміни, а й проявлятися у дезадаптації та порушенні психічного здоров'я, і саме тому практична значущість даної роботи полягає в тому, що отримані результати можуть бути використані психологами та педагогами при роботі по наданню психологічної допомоги старшокласникам, що знаходяться в стані інтенсивного переживання почуття самотності.

Аналізуються результати емпіричного дослідження та формулюються висновки.

Ключові слова: молодь, юнацький вік, самотність, психічне здоров'я, переживання, міжособистісні стосунки.

Переживання почуття самотності може стати ресурсом самовдосконалення, оскільки це неабияку можливість зануритися в особистісну рефлексію й тим самим сприяти розвитку позитивних особистісних якостей. Воно активізує внутрішній діалог, змушує замислитися над сенсом свого існування, глибше зрозуміти самого себе. Однак у більшості досліджень самотність розглядається, в першу чергу, як негативне переживання, що супроводжується почуттями покинутості, відчуженості, непотрібності за об'єктивних умов залучення людини до різних сфер суспільного життя та спілкування. Переживання самотності не тільки

породжує безліч проблем в соціальному середовищі, загострює вікові та особистісні зміни, а й проявляється у дезадаптації та погіршенні психічного здоров'я [8].

Об'єкти та методи дослідження. Багато дослідників вважають, що самотність існує в житті кожної людини, всі ми в певні моменти свого життя стикаємося з даним почуттям або станом. Слід відмітити, що кожна людина індивідуальна, тому і переживання її самотності також буде індивідуальним. Неважливо скільки років людині, дитина вона, доросла, в зрілому вона віці або в періоді старості – це почуття однакове для всіх. Звісно, інтенсивність, причинність цього почуття буде різною, та значення самотності не змінюється.

За останні десять років збільшився інтерес до феномену самотності, психологи намагаються розібратися в даній темі, оскільки феномен самотності на сьогоднішній день ще не має конкретних теоретичних та методологічних положень, які б дали точне обґрунтування та класифікацію видів самотності. Кожен автор пропонує свою концепцію, доводить її на теоретичному та практичному рівнях дослідження.

У теоретичній спадщині глибокого осмислення проблеми самотності існує кілька підходів, однак число моделей самотності не представляють собою повного і систематичного пояснення. Більшість теоретичних міркувань про самотність пов'язані з клінічною практикою чи впливали з уже існуючих теорій [10].

Дослідженням проблеми самотності в свій час займалися представники зарубіжної психологічної науки, такі як: Е. Берн, К. Боумен, М. Мід, Д. Рісмен, Г. Саллівен, Ф. Слейтер, Дж. Фландерс, Ф. Фромм-Рейхман, Ю.П. Кошелева, М.М. Литвак. Взаємозв'язок самотності та самооцінки досліджували М. Міцелі, Б. Мораш, Л. Пепло. Класифікація існуючих підходів до проблеми самотності запропонована Д. Перлманом та Л. Пепло. Дослідження самотності у вітчизняній науці проводилися менш інтенсивно. Різні соціальні та психологічні аспекти цієї проблеми розкрито в роботах Л.А. Варава, Н.Д. Володарської, О.В. Данчевої, В.І. Сіляєвої, Ю.М. Швалба. Вивченням переживання самотності в юнацькому віці займалися О.Б. Долгінова, І.С. Кон.

Самотність як психологічний феномен постає у працях Дж. Зілберга, Г. Саллівана, В. Франкла, З. Фройда, Е. Фромма, Ф. Фромм-Рейхман. Вчені розкривають питання переживання самотності як внутрішнього специфічного почуття й відчуття певної втрати внутрішнього світу особистістю, питання тривалості протікання самотності й причини її виникнення. У твердженні, що людині властива потреба у спілкуванні, вони наголошують на переживанні самотності, як на патології, що веде до деградації особистості [7].

З одного боку, самотність, будучи детермінантою деформованого розвитку, утрудняє входження особистості в широкий контекст соціальних відносин (дестабілізує відносини з групою однолітків, надає знецінюючий вплив самовідношенню особистості, негативно б'є по самоприйняттю й поведінці особистості). З іншого боку, самотність дозволяє поринути у особистісну рефлексію, в міркування про найважливіші змістовні життєві проблеми й має у собі здібності розвитку таких особистісних якостей, без яких успішна інтеграція в соціум буде важкою (самотність є чинником низької самоприв'язаності, тобто - свого роду індикатором незадоволеності людини своїм становищем, спонукає до відповідності до ідеальними уявленнями про себе, до розвитку своєї особистості) [10].

Мета даної статті - висвітлення теоретичних аспектів явища юнацької самотності та результатів емпіричного дослідження даного феномену як ресурсу розвитку особистості, окреслення напрямків надання психологічної допомоги при переживанні стану самотності.

Кваліфікований фахівець повинен бути орієнтований на досягнення найкращого результату при наданні допомоги юнакам та дівчатам під час переживання стану самотності, тому психологу необхідно здійснювати моніторинг ситуації та відслідковуючи потребу в наданні психологічної допомоги особистості.

Беручи до уваги теоретичні дані, нами було проведено ряд досліджень, які показали рівень прояву стану самотності, що відчують та переживають молоді люди, рівень заглибленості в цей стан.

Проблема самотності особистості має сьогодні таку ж актуальність, як і десятки, сотні років тому. Самотність належить до переліку тих понять, реальний життєвий смисл яких, на перший погляд, чітко уявляється навіть буденній свідомості, але подібна ясність може заводити в оману, бо вона приховує надзвичайно складний і суперечливий смисл, який важко піддається раціонального аналізу.

Самотність означає два стани: зовнішній і внутрішній, що тісно пов'язані між собою, але не тотожні. Зовнішня самотність може бути результатом суперечності людини й соціального оточення (випадок, конфлікт, лихо, катастрофа тощо). Внутрішня самотність – результат суперечності людини з собою, що призводить до втрати та пошуку самототожності. Її можна назвати екзистенційною.

Результати дослідження та їх обговорення. Наше дослідження проводились на базі ЗОШ I-III ступенів № 1, 7, 10 міста Мукачево. В дослідженні брали участь школярі віком від 15 до 17 років, тобто учні 10-11 класів, вибірка становила 85 осіб. Опитування проводилось анонімно на добровільних засадах.

Для проведення емпіричного дослідження нами було обрано 5 діагностичних методик, а саме:

1. Методика «Шкала емоційного відгуку» А.Меграбяна та Н.Епштейна.
2. Діагностичний опитувальник «Методика для визначення ступеня самотності» С.Г. Корчагіної.
3. Методика «Вивчення "перешкод" у встановленні емоційних контактів» В. Бойко.
4. «Опитувальник для визначення ступеня самотності» Д.Рассела, Л.Пепло, М.Фергюсона.
5. Методика «Комунікаційні та організаторські здібності» (КОЗ) [11].

Отже, в нашому дослідженні приймали участь учні 10 та 11 класів ЗОШ м Мукачева і ми маємо можливість порівняти їх результати.

З точки зору А. Меграбяна, (методика «Шкала емоційного відгуку») емоційна емпатія - це здатність співчувати іншій людині, відчувати те, що відчуває інший, переживати ті ж емоційні стани, ідентифікувати себе з ним. Як показали дослідження, емоційна емпатія пов'язана із загальним станом здоров'я людини, його соціальною адаптованістю і відображає рівень розвитку навичок взаємодії з людьми. Емпатія в психології поняття дуже складне і багатогранне, яке позначає настільки глибоке співпереживання, яке межує з повним ототожненням себе з іншою людиною. Якщо в процесі розмови людина здатна повністю, у всіх відтінках переживати ті ж емоції, що і його співрозмовник, це означає, що у нього висока здатність до емпатії. Але, як бачимо, наші досліджувані мають середній показник прояву, що може бути пов'язано з тим, що вони, ще мають недостатньо досвіду у спілкуванні і взаємодії з іншими людьми, мають низький рівень соціальних навичок і не вмію ще якісно оцінювати і виражати свої дійсні почуття. А також, з тим, що вони просто не хочуть емпатійно ставитися до співрозмовника, оскільки їхні особистісні особливості не дозволяють цього.

Аналізуючи результати за методикою «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбяна і Н. Епштейна було з'ясовано, що для досліджуваної групи учнів 10 класу притаманний середній рівень емоційного відгуку або емпатії ($X_{сер.} = 4,48$).

Аналізуючи результати даної методики для учнів 11 класу спостерігається показник прояву емпатії вище середнього рівня ($X_{сер.} = 5,52$).

У психології виділяють два види емпатії – вона може бути емоційна і когнітивна. Емоційна емпатія – це здатність на чуттєвому рівні співпереживати людині, і це дуже

глибока емпатія. Когнітивна різновид дозволяє шляхом логічного мислення зрозуміти, що в такий момент відчуває людина, і через це наблизитися до істинного співпереживання. Отже отриманий нами показник може свідчити про те, що старшокласники готуючись до вступу в ВНЗ, більше мають соціальних контактів і вміють розрізняти почуття емпатії і проявляють його часто у взаємодії з іншими.

Так, порівнюючи отримані нами результати по даній методиці у двох групах, можемо спостерігати незначні відмінності у рівнях їх прояву здатності до емпатії, що може пояснити різницею між соціалізацією учнів різних класів. Вміння співпереживати іншим людям - цінна якість, однак при його гіпертрофірофії може формуватися емоційна залежність від інших людей, хвороблива уразливість, що ускладнює ефективну соціалізацію і навіть може призводити до різних психосоматичних захворювань.

Люди з середнім (нормальним) рівнем розвитку емпатії в міжособистісних стосунках більш схильні судити про інших за вчинками, ніж довіряти своїм особистим враженням. Як правило, вони добре контролюють власні емоційні прояви, але при цьому часто не можуть прогнозувати розвиток відносин між людьми.

Люди з низьким рівнем розвитку емпатії в міжособистісних відносинах відчувають труднощі у встановленні контактів з людьми, некомфортно почувають себе у великій компанії, не розуміють емоційних проявів та вчинків, часто не знаходять взаєморозуміння оточуючими. Вони набагато продуктивнішими при індивідуальній роботі, ніж при груповій, схильні до раціональних рішень, більше цінують інших за ділові якості і ясний розум, ніж за чуйність.

Таким чином, зважаючи на вище сказане, вважаємо за необхідне, учням, які отримали низькі показники прояву емпатії рекомендувати їм розвивати самостійно або відвідувати корекційно-розвивальні заняття з формування і розвитку даного чинника.

Наступна методика, яку ми використали в нашому дослідженні є «Методика для визначення ступеня самотності» С.Г. Корчагіної. Варто зазначити, що самотність - соціально-психологічне явище, емоційний стан, пов'язане з відсутністю близьких, позитивних емоційних зв'язків з людьми та / або зі страхом їх втрати в результаті вимушеної або наявної психологічної причини соціальної ізоляції. У рамках цього поняття розрізняють два різні феномени — позитивна (самітність) і негативна (ізоляція).

Аналізуючи отримані результати за даною методикою для учнів 10 класу, було виявлено середній показник прояву самотності (X сер. = 28,66). Такий результат вказує на присутність досить глибокого рівня актуальної самотності особистості. Це можна пояснити тим, що учні знаходяться в даний час у такому періоді життя, де відбувається переоцінка зміна цінностей життя, ціннісні орієнтації змінюють своє спрямування. Тому час від часу бажають усамітнитися. Хоча може бути, однією з причин такого явища, низький рівень самооцінки та не вміння встановлювати емоційні контакти з іншими, через невдачі в спілкуванні, або через особистісні проблеми юнаків у них може виникати бажання усамітнитися, або деколи вони просто відчувають самотність, вважають, що нікому не потрібні, ніхто їх не любить тощо.

Аналізуючи результати отримані за цією ж методикою для учнів 11 класу, можемо спостерігати, також, наявність актуальної самотності (X сер. = 29,48). Існує ряд психологічних факторів, які сприяють самотності. Наприклад, це може бути низька самооцінка, яка призводить до уникнення контактів з іншими людьми через страх піддати критиці, що, у свою чергу, створює порочне коло — в результаті відсутності контактів самооцінка ще більше падає. Слабкі навички спілкування також сприяють виникненню відокремленості від товариства, суспільства, посиленню самотності. Люди з погано розвиненими навичками міжособистісного спілкування, низькою соціалізацією через страждання потерпіти невдачу у відносинах або потрапити у психологічну залежність також нерідко

прагнуть до самотності, особливо якщо у них вже є невдалий досвід спілкування з іншими людьми.

За результатами методики «Вивчення «перешкод» у встановленні контактів» В.В. Бойко ми визначили наявність бар'єрів у спілкуванні за 5-ти показниками: невміння керувати емоціями, дозувати їх; неадекватний прояв емоцій; негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій; домінування негативних емоцій; небажання зближатися з людьми на емоційній основі. Аналіз отриманих результатів в ході дослідження, за даною методикою дозволяє говорити про те, що найбільш притаманними для учнів 10 класу є показники за такими шкалами «Невміння керувати емоціями» (Хсер. = 3,34) та «Неадекватне емоційне вираження» (Хсер. = 3,5). Це вказує на те, що учні не вміють контролювати свої емоції та можуть на певні події свого життя реагувати неадекватно. Наприклад, на негативну оцінку проявляють радість, сміх, гордість, або ж, навпаки. Це вказує на появу труднощів у спілкуванні юнаків. Труднощі у процесі спілкування належать до тимчасових або тривалих явищ, які перешкоджають реалізації цілей комунікативного процесу, створюють перепони для ефективної міжособистісної взаємодії, послаблюють чи переривають її. Труднощі у процесі спілкування розглядають крізь призму наукових, практичних інтересів різних галузей психології. Загальна психологія виявляє їх як характеристики психічних процесів, станів і властивостей людини, що не відповідають критеріям психологічно оптимального спілкування. **Психологічно оптимальне спілкування** – процес, за якого реалізуються цілі учасників спілкування відповідно до мотивів, що зумовлюють цілі, та способів спілкування, які не викликають у партнерів почуття незадоволеності.

На середньому рівні прояву показник за шкалою «Домінування негативних емоцій» (Хсер. = 2,88) та шкалою «Небажання зближатися з людьми» (Хсер. = 2,82). Це говорить про те, що респонденти групи часто проявляють байдужість до спілкування взагалі, і до партнера, зокрема. При цьому в них під час різних ситуацій та подій виникають постійно негативні емоції. Які шкідливо впливають, як на саму людину так, і на співрозмовника. Це може бути пов'язано, з віковими особливостями, або з індивідуально-психологічними, та незважаючи на це відмітимо, що від таких перешкод необхідно позбуватися, адже позитивне спілкування є дуже важливою складовою життєдіяльності людини, без якої вона не може повноцінно існувати. Найменш виразно проявляються показники за шкалою «Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій» (Хсер. = 2,3). Це вказує на те, що в учнів емоційна сфера розвинена добре, юнаки і дівчата вміють проявляти будь-які види емоцій, але не завжди там, де вони необхідні (має місце неадекватність емоцій).

Аналіз результатів дослідження для учнів 11 класу, дає можливість спостерігати, що найвищі прояви показників виявляються за шкалами «Невміння керувати емоціями» (Хсер. = 2,84) та «Неадекватне емоційне вираження» (Хсер. = 2,84) та «Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій» (Хсер. = 2,94). Такий результат вказує на те, що учні часто при спілкуванні користуються неадекватними проявами емоцій, вони не схильні до контролю свого емоційного стану, хоча при цьому в них розвинені емоції на достатньо високому рівні. Це може бути пов'язано з тим, що юнаки перед вступом до навчальних закладів дуже напружені, тому емоційний фон є достатньо порушеним.

Найменш виразно проявляються показники за шкалою «Домінування негативних емоцій» (Хсер. = 2,34) та «Небажання налагоджувати контакт з іншими» (Хсер. = 2,52). Такий показник говорить про те, що вказані перешкоди найчастіше заважають учням встановити контакт, що свідчить про те, що їх необхідно позбутися.

Отже, порівнюючи результати між двома групами, бачимо, що існують певні розбіжності за даною методикою. Так, для 10 класу найбільш притаманні перешкоди в спілкуванні: неадекватне вираження емоцій та невміння керувати ними, а ось для 11 класу притаманна ще перешкода – негнучкість емоційного вираження. Відмінності між ними

можуть проявлятися через несхожість їх життєвого досвіду позначається не лише на уявленнях про світ, його природу, суспільство, а й на конкретній поведінці індивідів у реальних ситуаціях життєдіяльності. Під час спілкування несхожість життєвого досвіду виявляється у неоднаковому рівні розвитку, у запасі і характері переживань, прояві пізнавальних процесів, різноманітних поведінкових формах. Суттєвими є відмінності різних вікових груп і в мотиваційній сфері. Циркулювання інформації, налагодження і розвиток контактів, сприймання партнера по спілкуванню у процесі міжособистісної взаємодії наштовхуються на різноманітні бар'єри. Найсуттєвішими є комунікативні бар'єри, що виникають на міжособистісному рівні: у повідомленні відправника, в обміні думками між відправником і одержувачем, у виборі носія інформації (електронна пошта, комп'ютер, офіційна мова тощо). **Комунікативні бар'єри** - психологічні перешкоди, що виникають на шляху отримання інформації. Психологічні особливості партнерів по спілкуванню можуть виявлятися, наприклад, як надзвичайна відвертість чи інтелігентність, інтуїтивне сприймання світу, напористість тощо. Причинами комунікативних бар'єрів є змістові й формальні характеристики повідомлення (логічні, фонетичні, стилістичні, семантичні). На цій підставі виокремлюють смисловий, логічний, фонетичний, семантичний, стилістичний комунікативні бар'єри. Комунікативні бар'єри залежать від індивідуальних особливостей учасників комунікації, їх уміння декодувати думки в слова, слухати і концентрувати увагу та ін. У зв'язку з цим виникають такі бар'єри, як межа уяви, словниковий запас відправника інформації, словниковий запас одержувача, його здатність розуміти значення слів, обсяг запам'ятовування. Вивчення перешкод на шляху спілкування та способів їх уникнення сприяє досягненню мети спілкування, поліпшенню психологічного клімату і взаємодії в колективі. Таким чином, підсумовуючи вище сказане, можна зробити висновок про те, що наявність перешкод у взаємодії між людьми сприятиме зниженню рівня позитивного спілкування. А спілкування, як відомо, одна з основних діяльностей людини в житті.

За результатами «Опитувальника для визначення ступеня самотності» Д.Рассела, Л.Пепло, М.Фергюсона можна зробити висновок про те, що аналіз результатів за даною методикою для учнів 10 класу вказує на середній рівень прояву самотності ($X_{сер.} = 28,38$). Це може бути пов'язано з тим, що наявність цього почуття присутнє в респондентів через те, що більше часу вони проводять в інтернеті, і дуже мало спілкуються в реальному житті. Це покоління не вміє тісно спілкуватися з іншими, адже через віртуальність більшість втрачає зв'язок з реальністю.

Спостерігаючи за результатом діагностики для учнів 11 класу, бачимо високий рівень прояву самотності ($X_{сер.} = 32,24$). Такий результат вказує на те, що юнаки переживають відчуження почуття самотності через те, що вони мало спілкуються з людьми, оскільки весь свій вільний час приділяють підготовці до вступу. А також, потрібно згадати і про різні індивідуально-типологічні особливості особистості юнака та дівчини.

Останньою методикою, яку ми застосували в дослідженні є – опитувальник КОС, який дає змогу визначити в респондентів комунікативні та організаторські здібності.

Аналізуючи результати за даною методикою для учнів 10 класу, було з'ясовано, що комунікативні здібності ($X_{сер.} = 0,64$), мають такий же рівень як і організаторські здібності ($X_{сер.} = 0,63$). Це вказує на те, що в респондентів знаходиться на середньому рівні обидва види здібностей. Це є дуже важливим і позитивним фактором. Адже, комунікативні навички відображають здатність людини взаємодіяти з іншими людьми, адекватно інтерпретуючи отриману інформацію, а також правильно її передаючи. Ці навички дуже важливі в суспільстві, коли щодня необхідно взаємодіяти з багатьма людьми. Організаторські здібності - це сукупність психічних рис особистості, необхідних для успішного оволодіння організаторською діяльністю, її ефективного виконання. Організаторські здібності передбачають спрямованість особистості (світоглядну, політичну).

моральну, ділову), рівень її готовності (ділова компетентність, уміння, навички, досвід), риси характеру (комунікабельність, ініціативність, організованість, самостійність, емоційна зрівноваженість). Таким чином, бачимо, що і ті, і інші здібності є важливими для життєдіяльності особистості.

При аналізі результатів дослідження для учнів 11 класу, спостерігається практично така сама ситуація як і в учнів 10 класу. Комунікативні здібності проявляються вище на одиницю ($X_{сер.} = 0,65$), ніж організаторські здібності ($X_{сер.} = 0,64$). Такий показник вказує на здатність учнів одночасно добре організовувати певний захід, так і взаємодіяти з іншими при цьому. Це можна пояснити тим, що учні 11 класу знаходяться у випускному класі і в них зараз дуже багато різних подій.

Згідно отриманих даних було встановлено, що гостре переживання стану самотності та тривожності, має місце у деяких осіб, що побажали залишитись анонімними, тому було запропоновано всім учням, що брали участь у дослідженні, взяти участь в тренінгових заняттях, як одним із способів подання самотності, та можливості кращого спілкування з однолітками.

Результати дослідження дають можливість якісного відновлення організаційних і змістовних аспектів психологічного супроводу особистісного розвитку учнів старшої школи; дозволяють вирішувати емпіричні завдання під час консультативної та тренінгової роботи, в психокорекційній практиці з особами підліткового та юнацького віку, які переживають стан самотності; сприяють зміні форм і методів взаємодії батьків, педагогів і психолога з учнями.

За результатами проведеного дослідження нами було розроблено «Тренінг подолання самотності» для старшокласників. Він може бути корисним та використовуватися у роботі практичного психолога та у діяльності соціальних служб для сім'ї та молоді з метою надання психологічної допомоги старшокласникам, які переживають цей психічний стан.

Висновки. Сучасні дослідження показують, що особливо значимою ця проблема стає саме в юнацькому віці.

Проведене емпіричне дослідження показало нам, що в юнацькому віці (вік старшокласника тобто 10-11 клас), саме для 10 класу найбільш притаманні перешкоди в спілкуванні: неадекватне вираження емоцій та невміння керувати ними, а ось для 11 класу притаманна ще така перешкода – негнучкість емоційного вираження. Відмінності між ними можуть проявлятися через несхожість їх життєвого досвіду позначається не лише на уявленнях про світ, його природу, суспільство, а й на конкретній поведінці індивідів у реальних ситуаціях життєдіяльності. Однак для 11 класу притаманна така якість як вміння організувати якісь заходи або події, тоді як 10 клас лише вчиться організовувати своє життя, стримувати емоції та настрої.

Це свідчить про суто вікові особливості старшокласників, вік старшокласника 15-17 років, коли відбуваються найголовніші речі в житті молодої людини: дорослішання, становлення власного «Я», відчуття себе як особистості, тому гостре переживання стану самотності має і позитивний сенс, воно дає можливість розібратися в собі, зрозуміти свої відчуття і переживання.

Самотність як психологічний феномен має позитивний сенс бо виступає ресурсом розвитку особистості, що є невід'ємною частиною становлення індивідуальності людини й, загалом, процесу соціалізації. Позитивний потенціал самотності реалізується у наступних його функціях: функція самопізнання; функція становлення саморегуляції; функція творчості полягає у самовдосконаленні; функція стабілізації психофізичного стану; функція захисту «я» людини від деструктивних зовнішніх впливів.

Негативним сенсом самотності є здатність підкоряти інші психічні процеси та стани; самотність порушує внутрішню цілісність особистості; самотність це, можливо механізм психологічного захисту; самотність веде до формування зверх очікувань й переоцінки вкладу

іншої людину у власний розвиток. Діалектичне розуміння зв'язку між негативним і позитивним аспектами самотності дозволяє говорити, що за певних умов (усвідомлення самотності, активна позиція щодо відношення до нього, досвід подолання труднощів, вмотивованість самотності) негативні прояви самотності можуть придбати позитивний характер.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Акимова М.К. Психологическая диагностика [ученик для вузов] / М.К. Акимова, К.М. Гуревич. – СПб.: Питер, 2008. – 625 с.
2. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика /Л.Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2006. – 351 с.
3. Вейс Р. Вопросы изучения одиночества / Р.Вейс// Лабиринты одиночества.-М.Прогресс, 1989. – 655 с.
4. Вербицкая С.Л. Социально-психологические факторы переживания одиночества: автореф. дис. канд психол. наук: 19.00.05 – социальная психология / С.Л. Вербицкая. – Санкт-Петербург, 2002. – 19 с.
5. Гримак Л.П. Общение с собой: Начало психологи активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1991. – 320 с.
6. Джонг-Гирвельд, Д. Типы одиночества Текст. / Д. Джонг-Гирвельд, Д. Раадшелдерс //Лабиринты: одиночества: сб. науч. тр — М. : Прогресс, 1989.-С. 301-319.
7. Донченко Е.А. Личность: конфликт, гармония / Е.А. Донченко, Т.М. Титаренко. – 2-е узд., доп. – К. Политиздат Украины, 1989. – 175 с.
8. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления: книга для психологов, педагогов, родителей / В.Г Казанская. – СПб.: Питер, 2006. – 240 с.
9. Кон И.С. Психология ранней юности /И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989 . – 345 с.
10. Кон И.С. Психология старшеклассника /И.С. Кон. – М.: Наука, 1982. – 324 с.
11. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика взрослых./Ред.-составитель Д.Я. Райгородский. - Самара: Издательский Дом «Бахрах», 2009. – 704 с.

АННОТАЦИЯ

ОДИНОЧЕСТВО КАК РЕСУРС РАЗВИТИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Статья посвящена исследованию феномена переживания одиночества в юношеском возрасте. Данная тема является актуальной, поскольку юношеский возраст выступает в качестве важного и ответственного периода в процессе формирования личности. Особенной значимости проблема одиночества приобретает именно в юношеском возрасте.

Анализируются исследования современных ученых, в которых отмечается, что особенно значимой эта проблема становится в юношеском возрасте, когда молодой человек отождествляет свое "Я" с жизненными ценностями, интересами, взглядами и психологически дистанцируется от родителей. Имеющиеся межличностные отношения, паттерны поведения и эмоциональные переживания являются почвой, на которой личность начинает строить самостоятельное будущее.

Недостаточный уровень развития навыков межличностного взаимодействия, изменение социальной ситуации развития, личностные характеристики, в частности эмоциональная нестабильность, юношеский скептицизм и другие обстоятельства вызывают возникновение интенсивного чувства одиночества в юношеском возрасте и болезненного его переживания, которое, как следствие, становится значимым психологическим фактором дальнейшего разрушения социальных и межличностных отношений индивида. Вызывает изменения в социальных потребностях юного человека, в ее отношении к собственному "Я", к тому же несмотря на то, что на сквозняке веков изучением проблемы одиночества занимались и продолжают заниматься ученые разных взглядов и направлений, одиночество как социально-психологический феномен представляет собой актуальное явление современности.

Подчеркивается, что переживание одиночества не только может породить огромное количество проблем в социальной среде, заострять вековые и личностные изменения, но и проявляться в дезадаптации и ухудшении психического здоровья, и именно поэтому практическая значимость данной работы заключается в том, что полученные данные могут быть использованы психологами и педагогами при работе по предоставлению психологической помощи старшеклассникам, которые находятся в состоянии интенсивного переживания чувства одиночества.

Анализируются результаты эмпирического исследования и формулируются выводы.

Ключевые слова: юность, юный возраст, одиночество, умственное здоровье, опыт, межличностные отношения.

SUMMARY

LONELINESS AS RESOURCE OF DEVELOPMENT IN YOUTH AGE

The article is devoted to the phenomenon of feelings of loneliness in adolescence. The topic is relevant because adolescence is an important and crucial period in the formation of personality. The problem is particularly significant in adolescence.

The investigations of modern scientists have been analyzed, in which the problem arises in adolescence period, due to the reasons when young people identify their "self" with life values, interests, attitudes and distance him/her from their parents psychologically. Existing interpersonal relationships, patterns of behaviour and emotional experience are the basis on which a person begins to build an independent future up. Insufficient level of interpersonal interaction skills development, change in the development of social situation, personal characteristics, including emotional instability, juvenile skepticism and other circumstances give rise to intensive feelings of loneliness in the adolescence period and its painful experience, which, as a result, becomes an important psychological factor in the further individual's destruction of social and interpersonal relationships, causes changes in the social needs of the young person, in own attitude to "self", despite the fact that the problem of loneliness had been studied for centuries and continue to engage scientists of different schools and trends. Loneliness is an actual socio-psychological phenomenon of contemporaneity.

It has been emphasized that experience of loneliness can generate not only problems in the social environment, sharpen age and personality changes, but also manifest maladjustment and mental health deterioration, and therefore practical significance of this study is that the data can be used by psychologists and pedagogues to provide psychological assistance to senior students, that are in intensive experience of sense of loneliness.

The results of empiric research have been analysed and conclusions have been formulated.

Key words: youth, young age, loneliness, mental health, experience, interpersonal relations.

УДК 159.923.2 - 057.874 "7124"

ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

МАРЦЕНЮК М.О., ГАЗІЙ Т.В.
Мукачівський державний університет

У статті розглянуто психологічну категорію «самооцінка» та проаналізовано дослідження самооцінки молодшого школяра.

Актуальність даної теми полягає в тому, що самооцінка є одною з істотних умов, завдяки якій індивід стає особистістю. Особливо важливо враховувати самооцінку дитини, вона ще тільки формується і тому більшою мірою, ніж у дорослого, піддається впливу, зміні. Дитина не народжується на світ з якимось певним ставленням до себе. Як і всі інші особливості особистості, її самооцінка складається в процесі виховання, в якому основна роль належить сім'ї та школі. У міру розвитку діти вчать розуміти себе, своє Я, давати оцінку власним якостям. Цей оціночний компонент Я і називається самооцінкою. Вона формує у індивіда потребу відповідати не тільки рівню оточуючих, а й рівню власних особистісних оцінок. Правильно сформована самооцінка виступає не просто як знання самого себе, не як сума окремих характеристик, але як певне ставлення до себе, передбачає усвідомлення особистості як деякого стійкого об'єкта.

Метою роботи є висвітлення сутності категорії самооцінка та дослідження психологічних факторів, що впливають на її становлення в молодшому шкільному віці. Здійснено теоретичний аналіз питання формування та розвитку самооцінки молодших школярів. Висвітлено умови, що впливають на формування самооцінки молодшого школяра. Визначено, що самооцінка є важливим компонентом формування особистості молодшого школяра. У результаті проведеного емпіричного дослідження було встановлено та проаналізовано зв'язок рівня самооцінки з агресивністю та тривожністю. Виявлено, що у молодших школярів спостерігається самооцінна та навчальна тривожність; для більшості молодших школярів притаманний високий рівень самооцінки.

Ключові слова: самооцінка, молодший шкільний вік, тривожність, агресивність, вікові особливості.

Проблема формування і розвитку самооцінки є однією з центральних проблем становлення особистості дитини. Самооцінка - це необхідний компонент розвитку самосвідомості, тобто усвідомлення людиною самої себе, своїх фізичних сил, розумових здібностей, вчинків, мотивів і цілей своєї поведінки, свого відношення до оточуючих, до інших людей і самого себе.



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>