

ской психологии одиночество трактуют как: феномен, более присущий мужчинам, результат формирования личности человека, положительное явление в виде отдыха от социума, важный шаг для самоопределения и самоутверждения, трудное эмоциональное состояние, результат конфликта самореализации, оценку человеком своего положения в обществе, синоним групповой изоляции, результат проблем в отношениях с родителями.

#### Список цитируемых источников

1. Краткий психологический словарь: Одиночество [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html?word=590>. — Дата доступа: 05.04.2020.
2. Осин, Е. Н. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. — 2013. — № 1. — С. 55—81.
3. Корчагина, С. Г. Генезис, виды и проявления одиночества / С. Г. Корчагина. — М.: Москов. психол.-соц. ин-т, 2005. — 196 с.
4. Бакалдин, С. В. Эмоциональные особенности переживания одиночества / С. В. Бакалдин // Вестн. Адыг. гос. ун-та. Сер. 3 «Педагогика и психология». — 2008. — С. 229—232.
5. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. — М.: Класс, 1999. — 575 с.
6. Мацута, В. В. Общение с самим собой. Коммуникативное измерение в психологической антропологии / В. В. Мацута; под ред. В. И. Кабрина. — Томск: Иван Федоров, 2007.
7. Курицына, О. В. Социальный аспект одиночества / О. В. Курицына // Вестн. Казан. технолог. ун-та. — 2010. — С. 320—324.
8. Moustakas, C. E. Loneliness / C. E. Moustakas. — Englewood Cliffs: Prentice-Hall. — 1961. — 416 p.
9. Flandeps, L. P. A general systems approach to loneliness / L. P. Flandeps // Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy / ed. by A. Peplau, D. Perlman. — N. Y.: Wiley sons., 1982. — P. 166—179.
10. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу; пер. А. М. Татлыбаевой. — СПб.: Евразия, 1999. — 353 с.
11. Оди, Дж. Р. Одиночество животных и людей [Электронный ресурс] / Дж. Р. Оди. — Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=64095&p=1>. — Дата доступа: 05.04.2020.
12. Садлер, У. А. От одиночества к анонии / У. А. Садлер, Т. Б. Джонсон // Лабиринты одиночества: сб. ст.; пер. с англ. — М.: Прогресс, 1989. — С.21—51.
13. Бердяев, Н. А. Я и мир объектов. Опыт философии одиночества и общения / Н. А. Бердяев // Философия свободного духа. — М.: Республика, 1994. — С. 230—316.
14. Розанов, В. В. Уединенное / В. В. Розанов. — М.: Советская Россия, 1990. — 592 с.
15. Андрусенко, В. А. Словарь душевных и духовных терминов / В. А. Андрусенко // Формирование духовности. — Оренбург, 1997. — 59 с.
16. Зилбург, Г. Антология суицидологии. Основные статьи зарубежных ученых / Г. Зилбург, Т. Аллен, А. Хендрик. — М.: Когито-Центр, 2018. — 463 с.
17. Салливан, Г. С. Интерперсональная теория в психиатрии / Г. С. Салливан; пер. с англ. О. Исаковой. — М.: КСП; СПб.: Ювента, 1999. — 345 с.
18. Роджерс, К. К науке о личности / К. К. Роджерс // История зарубежной психологии. — М., 1986. — 230 с.
19. Bouman, K. Anxiety Disorders: A Practitioner's Guide / K. Bouman. — Hoboken: Wiley, 1992. — 210 p.
20. Slater, P. E. The pursuit of loneliness — American culture at the breaking point / P. E. Slater. — Boston: Beacon, 1976. — 316 p.
21. Peplau, L. A. Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy / L. A. Peplau, D. Perlman. — N. Y.: Wiley, 1982. — 430 p.
22. Riesman, D. The lonely crowd / D. Riesman. — N. Haven: Yale University Press, 1950. — 425 p.
23. Вейс, Р. Вопросы изучения одиночества / Р. Вейс // Лабиринты одиночества: сб. ст.; под ред. Н. Е. Покровского. — М.: Прогресс, 1989. — С.114—128.
24. Derlega, V. J. Why loneliness occurs: the interrelation-ship of Social-psychological and Privacy concepts / V. J. Derlega, S. T. Margulis; ed. by A. Peplau, D. Penman // Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy I. — N. Y.: Wiley sons, cop., 1982. — P. 37—56.
25. Немов, Р. С. Психология: учеб. для студентов высших пед. учеб. заведений: в 3-х кн / Р. С. Немов. — М.: ВЛАДОС, 1997. — Кн 1. Общие основы психологии. — 668 с.
26. Кон, И. С. Многоликое одиночество / И. С. Кон // Знание — сила. — 1986. — № 12. — С. 40—42.
27. Лебедев, В. И. Психология и психопатология одиночества и групповой изоляции: учеб. пособие для вузов / В. И. Лебедев. — М.: Юнити, 2002. — 408 с.
28. Rubenstein, M. Loneliness: a source book of current theory. Research and therapy / M. Rubenstein, P. Shaver. — N. Y.: Wiley and Sons. — 1982. — 447 p.
29. Stokes, J. Gender differences in predicting loneliness from social network characteristics / J. Stokes, I. Levin // J. of Personality and Social Psychology. — 1986. — № 51 (5). — P. 206—223.

УДК 159.99

Е. Е. Панченко

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

## ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

**Введение.** Проблему одиночества зачастую связывают с людьми пожилого возраста, но в быстро меняющихся условиях общества и окружающего мира одиночество более чем актуально для юношества [1, с. 3]. Поиски смысла своей жизни, самоопределение, динамика «Я-концепции», мысли о будущем, формирование целей — все это предрасполагает к появлению чувства одиночества в юношеском возрасте.

Ученые имеют различные точки зрения касательно оценки одиночества как феномена: как негативное переживание, приводящее к психическим расстройствам; положительное явление, необходимое для самоактуализации; амбивалентное явление, т. е. и позитивное, и негативное.

В частности, Д. О. Юркова, Н. В. Рожкова видят позитивный потенциал одиночества в самопознании, становлении саморегуляции, творчестве, самосовершенствовании и стабилизации психофизического состояния и защиты «Я» от внешнего воздействия [2, с. 143]. Д. А. Левкович, А. Н. Крутолевич установили, что одиночество связано с депрессивной симптоматикой [3, с. 151]. Р. А. Панин считает, что переживание одиночества взаимосвязано с наличием большего количества отрицательных событий в субъективной картине жизни [4, с. 85]. А. А. Колмаков утверждает, что переживание одиночества провоцирует суицидальные мысли и намерения в молодости [5, с. 505].

**Основная часть.** В рамках написания работы нами было проведено исследование особенностей переживания одиночества в юношеском возрасте по методике «Диагностический опросник одиночества» С. Г. Корчагиной.

По шкале «Уровень глубины одиночества юношества» были получены следующие результаты. Большинство девушек характеризуются неглубоким переживанием возможного одиночества (55 %). Группу риска составляют 2 % девушек, испытывающих очень глубокий уровень переживания одиночества; они погружены в это состояние, чувствуют себя никем не понятыми, ненужными, испытывают тоску, печаль, ущемленность. Глубокое переживание актуального одиночества испытывают 43 % респондентов. Не испытывающих в настоящее время чувства одиночества выявлено не было (0 %).

Рассмотрим результаты, полученные по методике «Дифференциальный опросник переживания одиночества» Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева (рисунок 1).

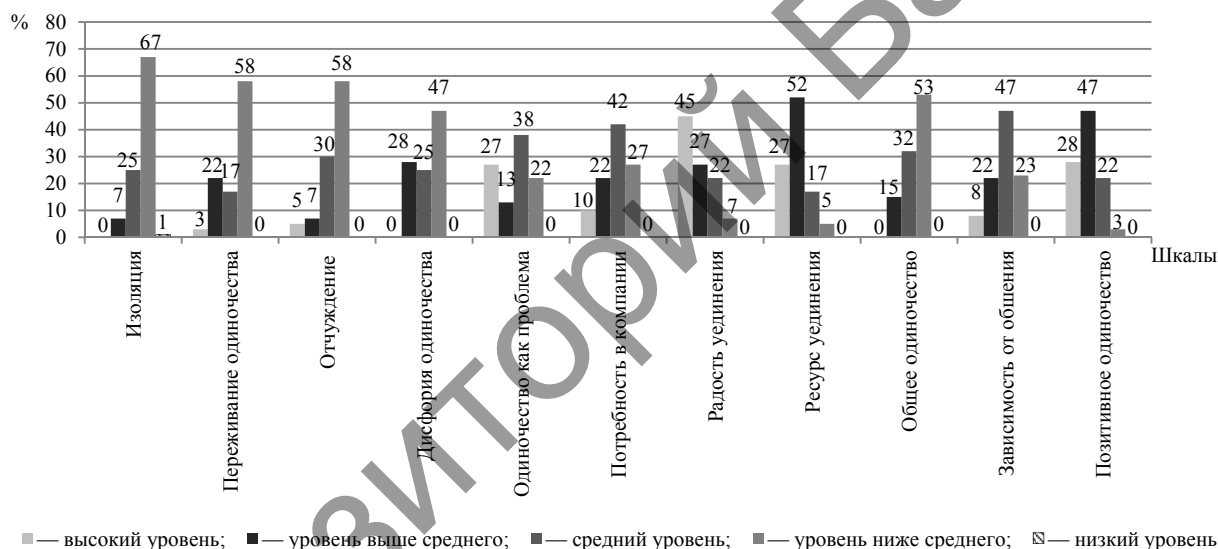


Рисунок 1 — Результаты исследования особенности переживания одиночества в юношеском возрасте

По шкале «Уровень изоляции в юношестве» девушки преимущественно обладают уровнем изоляции ниже среднего — 67 %.

В ходе исследования уровня переживания одиночества в юношестве были получены результаты: уровень ниже среднего выявлен у 58 %; высокий уровень характерен для 3 % девушек (они чувствуют себя одинокими, покинутыми, считают, что им не хватает общения).

Вычисление непараметрического критерия Манна—Уитни показало, что имеют место значимые различия в уровне переживания одиночества у девушек и юношей ( $U = 1377$ ;  $p = 0,02$ ), т. е. юноши отличаются более высоким уровнем переживания одиночества, чем девушки. Это может быть связано с тем, что юноши не склонны делиться с кем-то своими эмоциями, тревогами, слабостями, им сложно найти друзей, негативные чувства одиночества накапливаются, и их становится еще сложнее пережить.

Согласно исследованию, девушки преимущественно обладают уровнем отчуждения ниже среднего — 58 %; высокий уровень характерен для 5 % девушек (они считают, что у них мало общего с окружающими, и их социальные связи поверхностны).

По шкале «Уровень дисфории одиночества в юношестве» у девушек преимущественно отмечен уровень ниже среднего — 47 %; они редко испытывают в состоянии одиночества тоску, дискомфорт, скуку.

Согласно исследованию, по шкале «Уровень одиночества как проблемы в юношестве» девушки преимущественно обладают средним уровнем — 38 %. Высокий уровень характерен для 27 % девушек; они негативно оценивают одиночество, считают его одним из худших наказаний, считают, что одинокие люди нуждаются в помощи.

По шкале «Уровень потребности в компании в юношестве» максимальный результат у девушек со средним уровнем — 42 %.

Согласно данным, полученным в ходе исследования по шкале «Уровень радости уединения в юношестве», девушки преимущественно обладают высоким уровнем — 45 %; они мечтают в одиночестве, испытывают позитивные чувства в уединении, любят оставаться одни дома.

Анализ результатов исследования по шкале «Уровень ресурса уединения в юношестве» показал следующее: девушки преимущественно обладают уровнем выше среднего — 52 %. Высокий уровень характерен для 27 % девушек; они продуктивно используют время в одиночестве, лучше мыслят, генерируют новые идеи, решения проблем.

53 % девушек продемонстрировали уровень ниже среднего по шкале «Уровень общего одиночества в юношестве»; они имеют низкую выраженность переживания изоляции, нехватку эмоциональной близости, ощущают себя одиночками.

Средний уровень по шкале «Уровень зависимости от общения в юношестве» показали 47 % испытуемых. Высокий уровень характерен для 8 % девушек; они ненавидят одиночество, оно для них — источник неприятных и болезненных переживаний, поэтому они стремятся к общению любой ценой.

Согласно исследованию, по шкале «Уровень позитивного одиночества в юношестве» уровень выше среднего отмечен у 47 % респондентов. Высокий уровень характерен для 28 % девушек; они испытывают положительные эмоции в уединении, ценят их и стремятся осознанно побыть наедине с собой, продуктивно использовать время в уединении в собственной жизни.

**Заключение.** Для большинства девушек характерно: неглубокое переживание возможного одиночества; а также высокий уровень радости уединения; уровень выше среднего ресурса уединения, позитивного одиночества; средний уровень зависимости от общения, потребности в компании, одиночества как проблемы; уровень ниже среднего переживания одиночества, отчуждения, дисфории одиночества, изоляции, общего одиночества.

#### Список цитируемых источников

1. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. — М.: Класс, 1999. — 575 с.
2. Юркова, Д. О. Проблема одиночества среди молодежи в современном обществе / Д. О. Юркова // Беларусь в современном мире: материалы IV Респ. науч. конф. студентов, магистрантов и аспирантов, Гомель, 12 мая 2011 г. / М-во образования Респ. Беларусь, Гомел. гос. техн. ун-т им. П. О. Сухого; под общ. ред. В. В. Кириенко. — Гомель: ГГТУ им. П. О. Сухого, 2011. — С. 142—144.
3. Левкович, Д. А. Взаимосвязь переживания одиночества с проявлениями депрессивной симптоматики / Д. А. Левкович; науч. рук. А. Н. Крутолевич // Инженерно-педагогическое образование в XXI веке: материалы Респ. науч.-практ. конф. молодых ученых и студентов, Минск, 24—25 мая 2018 г. — Минск: БНТУ, 2018. — С. 149—151.
4. Панин, Р. А. Состояние одиночества как фактор формирования субъективной картины жизненного пути в юношеском возрасте / Р. А. Панин // Актуальные проблемы психологии личности: сб. науч. ст. / науч. ред. К. В. Карпинский; Гродн. гос. ун-т им. Я. Купалы. — Гродно: ГрГУ, 2009. — С. 80—87.
5. Колмаков, А. А. Переживание одиночества в генезе суицидального риска у молодых людей / А. А. Колмаков // Философия и социальные науки в современном мире: материалы Междунар. науч. конф. к 30-летию фак. философии и соц. наук Белорус. гос. ун-та, Минск, 26—27 сент. 2019 г. / Белорус. гос. ун-т; редкол.: В. Ф. Гигин (пред.) [и др.]. — Минск: БГУ, 2019. — С. 500—505.

УДК 374

М. С. Полешук

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ АСПЕКТ РЕАЛИЗАЦИИ ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ ПО ТРУДОВОМУ ОБУЧЕНИЮ НА ОСНОВЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ТРАДИЦИЙ

**Введение.** Внеклассная работа создает широкие возможности для проявления и развития художественных склонностей ученика. В рамках данного исследования мы рассматриваем особенности содержательного наполнения внеклассной работы по трудовому обучению, в процессе реализации которой создаются условия для вовлечения обучающихся в творческую деятельность на основе национальных традиций. Это предполагает ознакомление с историей развития декоративно-прикладного творчества Беларуси, символикой, национальным характером традиционных для Беларуси промыслов и ремесел (на примере националь-