

Asaul A. Culture of Organization: The Problems Of Formation And Management / A. Asaul, M. Asaul, P. Yeropheev, M. Yeropheev. – Spb. : Gumanistica, 2006. – 202 p.

3. Карамушка Л. М. Психологія управління закладами середньої освіти : монографія / Л. М. Карамушка. – К. : Ніка-Центр, 2000. – 332 с.

Karamushka L. Psychology Of Management Of Secondary Education Institutions: a monograph (2000) / L. Karamushka. – Kyiv : Nika-Centr, 2000. – 332 p.

4. Меерович М. И. Теория решения изобретательских задач / М. И. Меерович, Л. И. Шрагина. – Минск : Харвест, 2003. – 428 с.

Meerovich M. The Theory Of Inventive Problems Solving / M. Meerovich, L. Shragina. – Minsk : Harvest, 2003. – 428 p.

5. Неформальное еврейское образование. Материалы международной видеоконференции Иерусалим – Москва – Нью-Йорк 27.02.2005. – Иерусалим – Москва : "Твин-Сервис", 2007. – 95 с.

Informal Jewish Education. The Materials Of the International Videoconference Jerusalem – Moscow – New-York 27.02.2005. – Jerusalem – Moscow : Twin-Service, 2007. – 95 p.

6. Спіцина Л. В. Дослідження організаційної культури як чинника ефективного управління вищим навчальним закладом / Л. В. Спіцина // Практична психологія та соціальна робота. – К, 2006. – № 5. – С. 50-58.

Spicina L. The Study Of Organizational Culture As A Factor In The Effective Management Of Higher Education Institution / L. Spicina // Praktichna psihologia ta social'na robota. – Kyiv, 2006. – № 5. – P. 50-58.

7. Трифонова И. Г. Влияние совпадения интроверсии – экстраверсии учителя и ученика на уровень креативности [Электронный ресурс] / И. Г. Трифонова, А. Н. Воронин // Москва, 1999. – Режим доступа: <http://www.maltsevvitally.ru>

Trifonova I. The Influence Of Coincidence Of Introversion – Extraversion Of The Teacher And The Student To The Level Of Creativity / I. Trifonova, A. Voronin [Electronic resource]. – Moscow, 1999. – Access mode: <http://www.maltsevvitally.ru>

8. Фетискин Н. П. Диагностика личностной креативности / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. – С. 59-64.

Fetiskin N. The Diagnostics Of Personal Creativity / Fetiskin N., Kozlov V., Manuilov G. – Moscow, 2002. – P. 59-64.

9. Шейн Э. Организационная культура и лидерство / Э. Шейн. – СПб. : Питер, 2002.

Shein E. Organizational Culture and Leadership / E. Shein. – Spb. : Piter, 2002.

10. Яголковский С. Р. Психология инноваций: подходы, модели, процессы / С. Р. Яголковский. – М., 2010. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psy.hse.ru/data/2010/05/20>

Yagolkovskiy S. (2010). Psychology of Innovations: Approaches, Models, Processes. – M. – 2010. [Electronic resource]. – Access mode: <http://psy.hse.ru/data/2010/05/20>

Надійшла до редколегії 02.10.14

Ю. Лукомская, соискатель

Запорожский национальный университет, Запорожье

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР ИННОВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ ПЕРСОНАЛА УЧРЕЖДЕНИЙ НЕФОРМАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В данной статье рассматривается вопрос значимости образовательных учреждений для дальнейшего мирового развития, подчеркивается особая важность воспитания творческой личности как таковой, которая способна принимать нестандартные решения, искать необычные пути выхода из проблемных ситуаций, подчеркивается необходимость перехода на так называемую опережающую педагогику. В поле зрения автора статьи учреждение неформального образования как наиболее нетипичные и непривычные для украинских образовательных реалий. Автором исследуется организационная культура данного образовательного учреждения как фактор инновационной готовности персонала. В статье приводится 5-компонентная модель инновационной готовности и математико-статистические подсчеты, которые подтверждают гипотезу.

Ключевые слова: инновационная готовность, когнитивный компонент инновационной готовности, коллективный компонент инновационной готовности, креативный компонент инновационной готовности, мотивационный компонент инновационной готовности, организационная культура, практический компонент инновационной готовности, учреждение неформального образования

J. Lukomskaaya, applicant

Zaporizhzhya National University, Zaporizhzhya

ORGANIZATIONAL CULTURE AS A FACTOR OF INNOVATIVE READINESS OF PERSONNEL OF INFORMAL EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

This paper considers the importance of educational institutions for the further development of the world and underlines the particular importance of the cultivation of creative personality. The author admits that only creative personalities could make original decisions, look for unconventional solutions to problems and change the reality. It is underlined that the current situation requires for crossovering to the so-called advanced pedagogy as the way of studying new type of thinking.

There are two main types of educational systems in Ukraine. They are school education and out of school or extracurricular education. The author suggests considering world's most creative type of education which is non-formal education. Non-formal educational establishments are the most atypical and unusual for Ukrainian educational realities and are not presented at the national level yet.

The author examines the organizational culture of the educational establishments and their connection with the innovative readiness of personnel. The study of organizational culture, in author's opinion, is the key, because, the values of organizations positively affect the results.

Besides, there is a 5-component model of innovation readiness which includes cognitive, motivational, creative, practical and collective components while mathematical and statistical calculations confirm the hypothesis of this article. In conclusion the author provides the results of the study which claim that the lower the level of formalization of organizational culture, the higher will be the innovation readiness of personnel. The prospects for future research are also provided and outlined.

Keywords: The institution of informal education, innovation readiness, cognitive component of innovation readiness, collective component of innovation readiness, creative component of innovation readiness, motivational readiness component of innovation, organizational culture, the practical component of innovation readiness.

УДК 159.922

О. Львовичкіна, студ.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ

ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Здійснено аналіз підходів до проблеми переживання самотності. Виокремлено базове визначення поняття "самотність", що розглядається як психічний стан людини, який відображує переживання своєї окремоті, суб'єктивної неможливості або небажання відчувати адекватний відгук, прийняття та визнання себе іншими людьми. Розглянуто проблему підліткової самотності. Зазначено, що відчуття самотності підлітками часто призводить до негативних наслідків. Разом із тим, підліткова самотність може слугувати ресурсом для самовдосконалення та особистісного росту. У зв'язку із цим запропоновано, за допомогою певних психологічних технологій, допомагати підліткам знаходити позитив у цьому стані та використовувати його задля особистісного зростання.

Ключові слова: самотність як психологічний феномен; переживання самотності; підліткова самотність; особистісне зростання.

Постановка проблеми. Проблема відчуття та переживання самотності була актуальною протягом усієї історії людства. Разом із тим, останнім часом, коли

йдуть процеси глобалізації, зростання кількості населення, перетворення міст на мегаполіси, проблема самотності окремої людини серед мас інших людей по-

© Львовичкіна О., 2015

стала особливо гостро. Саме відчуття самотності нерідко стає причиною депресій та суїцидів. Особливо складно ця проблема переживається у підлітковому віці, оскільки підліткам, які тільки готуються вступити у доросле життя, не вистачає вмінь та досвіду, щоб подолати гнітюче почуття самотності.

Аналіз досліджень. Проблемою самотності, її переживанням, визначенням поняття "самотність" та підходами до подолання займалися і займаються як філософи та соціологи, так і психологи. Серед них: А. Адлер, М. Бердяєв, А. Титаренко, Р. Вейс, І. Ялом, Л. Варав, О. Данчева, Г. Колесніков, С. Корчагіна, С. Куртиян, Ю. Швалб, Д. Джонг-Гірвельд, Д. Раадшелдерс О. Кузнецов, В. Лебедев, М. Мід.

Значну кількість психологічних досліджень присвячено проблемі підліткової самотності. Її вивчали О. Долгінова, І. Кон, М. Писаревська, О. Соколова, С. Малишева, А. Єліна, К. Мустахс, К. Боумен, М. Раттер. Зазвичай підліткова самотність розглядається як щось таке, що заважає підлітку розвиватися та відчувати себе щасливим.

Варто зазначити, що вищеназвані дослідники демонструють різноманітні підходи до визначення поняття "самотність". Так, широко розповсюдженим є визначення самотності як одного із психогенних факторів, що впливають на емоційний стан людини, яка знаходиться у незвичних умовах ізоляції від інших людей. Потрапляючи в умови самотності, внаслідок експериментальної, географічної, соціальної або тюремної ізоляції, людина втрачає безпосередні зв'язки з іншими людьми, що викликає появу гострих емоційних реакцій. У ряді випадків виникає психологічний шок, що характеризується тривожністю, депресією та супроводжується вираженими вегетативними реакціями. Чим більше особа перебуває в умовах самотності, тим більше актуалізується потреба у спілкуванні. У відповідь на неможливість задоволення цієї потреби люди персоніфікують предмети, різних тварин, створюють уявних партнерів [8]. Таке визначення зафіксовано у відомому психологічному словнику А. Петровського та М. Ярошевського.

Як зазначає із цього приводу О. Соколова, категорія "психогенний фактор" не досить чітко і точно визначає самотність як психічне явище. У вищевизначеній дефініції акцентуються переважно наслідки впливу психогенного фактора на людину та виключаються внутрішні, суб'єктивні детермінанти самотності. Разом із тим, дослідження самотності з усією очевидністю доводять, що це не фактор, що викликає стан, а саме психічний стан, переживання. Ототожнення понять самотності та ізоляції призводить до втрати змістовного, вторинного, відображеного існування цих феноменів. Самотність більш динамічна та особистісна, ніж ізоляція, і, безумовно, окрім зовнішніх проявів, має внутрішній, власне психологічний контекст [7].

Отже, якщо розуміти самотність лише як ізолюваність, то в сучасному суспільстві має бути дуже низький відсоток самотніх людей. Але ми спостерігаємо іншу картину, коли у великих мегаполісах, де люди меншу частину свого часу перебувають на одинці, самотність – дуже поширене явище. Тобто, бути самотнім і залишатися на одинці із собою – це не одне й те саме. Почувати себе самотньо можна і в компанії [4]. У. Садлер та Т. Джонс говорять у цьому контексті наступне: "Щоб виявити фізичну ізоляцію, достатньо мати одне око, але щоб впізнати самотність, необхідно відчувати її" [3]. Таким чином, зазначає С. Корчагіна, ототожнення понять самотності та ізоляції призводить до втрати змістовного, вторинного, відображеного існування цих феноменів [3].

В. Андрусенко, крім зумовленості самотності ізоляцією, пропонує інший її аспект: "... Душевна само-

тність – необхідний етап у визначенні можливостей свого "Я", як вільного самовизначення і самоствердження в світі". Такий підхід вводить самотність в систему понять, що моделюють процес формування людської особистості. Визнання можливості позитивної, розвиваючої ролі самотності дає досліднику нові перспективи у вивченні та осмисленні цього феномена [3].

Р. Вейс визначає самотність як епізодичне гостре відчуття неспокою і напруги, пов'язане з прагненням мати дружні або інтимні стосунки. Він вважає його продуктом комбінованого інтерактивного дії фактора особистості і фактора ситуації, тому розрізняє емоційне і соціальне самотність. Причому якщо самотність стає хронічним, то перетворюється на безнадійну апатію [1].

С. К'еркегор вважає, що самотність – це замкнута світ внутрішньої самосвідомості, принципово не розмикається ніким, крім Бога. Б. Міюсковіч каже, що самотність – це і почуття, і поняття. Це такий психологічний мотив, інтернальність та іманентність якого незалежні від конкретних фізіологічних факторів і факторів середовища. Т. Вульф вважає, що це універсальний стан всього людства: "Самотність аж ніяк не рідкість, не якийсь незвичайний випадок, навпаки, воно завжди було і залишається головним і неминучим випробуванням в житті кожної людини". Садлер і Джонсон вважають самотність характерним і дуже важливим для людини явищем, які вимагають більш уважного вивчення соціальними та медичними науками, ніж це було досі. Д. Янг дає таке визначення: "Самотність – це відсутність чи уявна відсутність задовільних соціальних відносин, супроводжувана симптомами психічного розладу". Рисмен і Слейтер називають самотність продуктом дії соціальних сил. На їх думку, це нормативний, статистичний показник, що характеризує суспільство [4].

Найбільш ґрунтовним та продуктивним ми вважаємо визначення, яке дається С. Корчагіною: "Самотність – це психічний стан людини, що відображує переживання своєї окремоті, суб'єктивної неможливості або небажання відчувати адекватний відгук, прийняття та визнання себе іншими людьми [3; 25].

У цьому визначенні, на думку автора, можна побачити таке.

Самотність – це певний стан із усіма властивими цьому класу психічних явищ характеристиками, основними серед яких є інтенсивність переживання та певна обмеженість у часі, оскільки будь який стан не може тривати безкінечно.

Головним у розумінні почуття самотності є те, що неможливість відчувати адекватний відгук, прийняття та визнання себе іншими людьми є *суб'єктивним*. Тобто, якщо усі почуття за своєю природою є суб'єктивними, по стосовно почуття самотності це твердження особливо актуальне. Адже саме суб'єктивна неможливість (небажання) відчувати те, що цілком можливо відчувати, вийшовши з цього стану, визначає суть самотності. Зовнішні об'єктивні чинники, що сприяють самотності, звичайно, існують, але визначальними не є. Так, людина і в затворництві може не відчувати самотності, але може переживати найжорстокіші форми даного стану, будучи цілком соціалізованим (сім'я, робота, діти, друзі тощо).

Людині для нормального існування абсолютно необхідно визнання і прийняття себе як іншими людьми, так і собою. Якщо на якийсь момент вона втрачає це або ж з якихось причин не може відчувати, то ймовірність переживання самотності дуже висока [3].

Отже, переживати почуття самотності доводиться кожній людині на різних етапах життєвого шляху. Проте, це почуття людина може сприймати по-різному, залежно від власних цінностей, віку, життєвого досвіду. Переживання

самотності підлітками має свої особливості, зважаючи на те, що підліток поступово починає зустрічатися із проблемами дорослого життя, але ще не має ресурсів дорослої людини, щоб вирішити ці проблеми.

Підлітки переживають почуття самотності частіше за дорослих. В одному експерименті досліджуваних просили впродовж тижня надсилати на пейджер повідомлення про свої дії та почуття. Так, підлітки частіше за дорослих повідомляли що їм самотньо, коли вони знаходяться одні [4].

Традиційно, пубертатний вік вважається періодом внутрішніх переживань та емоційних труднощів. Як таких, емоційних порушень у підлітків немає, проте вони є досить чутливими та мають різкі зміни настрою. Англійський спеціаліст в області дитячої психіатрії М. Раттер, наводить результати широкого популяційного дослідження чотирнадцятирічних підлітків, в результаті якого було виявлено, що близько половини досліджуваних часом відчувають себе настільки нещасними, що плачуть та хочуть залишити всіх і все [6; 125]. Приблизно чверть з них повідомила, що іноді їм здається, що люди дивляться на них, говорять про них, або сміються над ними. Приблизно п'ята частина респондентів повідомила про те, що розуміють те, що відбувається із ними як щось менш важливе за те, що відбувається із іншими, і що їх переживання не такі вже й значимі. Приблизно кожен дванадцятий підліток зізнався, що у нього часом виникають ідеї самогубства, але досить рідко ці ідеї виявлялися стійкими. Американський дослідник Мастерсон у своїй праці вказує на те, що тривога та депресія – явища звичні серед підлітків. Подібні переживання тривають недовго, проте завдають молодій людині багато страждань і часто залишаються непоміченими дорослими [6].

Підлітки є групою, яку соціологи називають маргінальною. Така група знаходиться між різними культурами або на периферії домінуючої культури, зазвичай проявляючи сильну потребу у конформності [2].

Як зазначає Р. Немов, підлітковий вік – найскладніший із всіх дитячих періодів, що представляє собою період становлення особистості. Разом із тим, це найвідповідальніший період, адже тут закладаються соціальні установки, ставлення до себе та до інших. У даний період стабілізуються риси характеру та основні форми міжособистісної поведінки. Головні мотиваційні лінії даного вікового періоду, пов'язані із активним прагненням до самовдосконалення – це самопізнання, самовираження та самоствердження. Часто, цей непростий шлях до самовдосконалення та пізнання власної особистості приховує для юної людини багато випробувань, одним із яких є самотність [5].

Таким чином, самотність визначається не лише зовнішніми умовами і зрозуміти, що поряд із нами самотня людина, не так просто як це здається. Особливо, якщо ми говоримо про підлітка, який може приховувати свої переживання під маскою байдужості, агресивності, провокаційної поведінки тощо.

Іноді підлітки виявляються самотніми внаслідок того, що відчувають свою відмінність. Вони дійсно не можуть "належати" до групи. Це може відбуватися із ряду причин. Наприклад, коли підліток виростає в зовсім іншому середовищі: місті або регіоні країни. У цьому випадку підлітки досить сильно переживають зміну місця проживання. Крім того, самотність без добровільної згоди, нав'язана іншими через суперечки або неприйняття, також може викликати сильні переживання ізоляції або депресію [4].

Досліджуючи особливості переживання самотності у підлітковому віці, О. Соколова констатує таку ситуацію. У 70 % досліджуваних підлітків, віком 14–15 років, вияв-

лено неглибокий рівень переживання самотності, що характеризується прагненням підлітка злитися із групою, суспільством, світом, а з іншого боку – присутній страх втратити себе, своє "Я", свою тільки починаючу проявлятися індивідуальність. У зв'язку з цим однією з головних тенденцій підліткового віку є переорієнтація спрямованості спілкування з батьків (і взагалі старших) на ровесників, виникає основне протиріччя в сфері спілкування підлітка: одночасна потреба у відокремленні і потреба "в приналежності" ("і прагнення до спілкування, і вибірковість спілкування", як зазначав Л. С. Виготський). Одночасно підліток прагне відкритися, бути з групою, але й побути одному йому також необхідно, і можливо внаслідок того, що в той час як він залишається один, він відчуває свою самотність. Але саме прагнення до спілкування, не дає самотності набути гострої форми. У 28 % спостерігається глибокий рівень самотності, а дуже глибоке переживання самотності відмічається у 2 % досліджуваних. О. Соколова висловлює припущення, що ці показники свідчать про те, що підліток на даному етапі прагне до відокремлення, чому і виникає високий рівень самотності. Крім того, підліток перебуває у процесі прийняття себе, що супроводжується досить сильним інтересом, який починає домінувати і відводить спілкування на другий план, що викликає самотність. Підлітковий вік характерний виникненням інтроспекції, що веде до самозаглиблення, самоаналізу; появою особливого інтересу до своїх переживань; незадоволеністю зовнішнім світом, відходом у себе, що виражається в замкнутості підлітка, його прагненні до самотності, схильності віддаватися мріям, протиставленні себе оточуючим, що тягне за собою конфлікти [7]. Крім того, дослідниця вказує на те, що для 50% досліджуваних підлітків характерна дисоціювана самотність, що виражається у тривожності, збудливості та демонстративному характері, протиставленні у конфліктах, поєднанні високої на низької емпатії, егоїстичності та підпорядкованні у міжособистісних стосунках, що є протилежними тенденціями. Ще один вид самотності – це дифузна самотність, була виявлена у 31 %. Це підлітки, які мають конфлікти у міжособистісних стосунках. Останній вид – самотність-відчуження, виявлена у 19 % і характеризує найскладніший стан. Така самотність виникає у підлітка у випадку, коли він не приймається групою або ж сам її не приймає [7].

Висновки та перспективи дослідження. Підліткова самотність може набувати як позитивного, так і негативного характеру. Негативне переживання викликає втрату самоповаги, аутосимпатії, якщо ж переживання має позитивний характер – у підлітка виникає інтерес до власної особистості [7].

У свою чергу, інтерес до власної особистості може спонукати підлітка до діяльності, що сприятиме особистісному зростанню, у результаті чого:

- особистість стає більш відкритою для досвіду, менше застосовує психологічний захист, більш реалістична та об'єктивна, більш ефективно вирішує свої проблеми;
- покращується психологічна пристосовуваність та зменшується вразливість;
- сприймання свого "Я"-ідеального наближується до "Я"-реального;
- зменшується тривожність, а також фізіологічне та психічне напруження;
- підвищується самооцінка;
- особистість стає більш реалістичною і, більш адекватно сприймає оточуючих, а оточуючі сприймають поведінку цієї особистості як соціально зрілу;
- поведінка стає більш адаптивною та креативною (творчою) [5].

Завданням психолога у цьому контексті має бути таке:

- 1) виявлення підлітків, що характеризуються високими показниками негативного переживання самотності;
- 2) допомогти підліткам усвідомити власні психологічні обмеження та змінити негативне почуття самотності на позитивне, пробуджуючи у нього інтерес до власної особистості та пошуку шляхів особистісного зростання;
- 3) застосовуючи певні психологічні технології, допомогти підлітку спрямувати процеси, що супроводжують відчуття самотності, на досягнення особистісного зростання та позитивних зрушень у власному житті.

Таким чином, нами пропонується проводити із підлітками психокорекційну та розвивальну діяльність, спрямовану на подолання негативного стану, пов'язаного із відчуттям самотності, а також на використання стану самотності задля самопізнання та особистісного зростання підлітків.

Список використаних джерел

1. Вейс Р. Вопросы изучения одиночества / Р. Вейс // Лабиринты одиночества. – М. : Прогресс, 1989. – С. 15–26.
- Vejs R. The study of loneliness / R. Vejs // Labyrinths of Loneliness. – М. : Progress, 1989. – Р. 15–26.
2. Кон И. С. Психология старшеклассника / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1980. – 192 с.

Kon I. S. Psychology of senior high school student / I. S. Kon. – М. : Prosveshhenie, 1980. – 192 p.

3. Корчагина С. Г. Психология одиночества : учебное пособие / С. Г. Корчагина. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2008. – 228 с.

Korchagina S. G. Psychology of Loneliness: a tutorial / S. G. Korchagina. – М. : Moskovskij psihologo-social'nyj institut, 2008. – 228 p.

4. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс; пер. с англ. – СПб. : Питер, 1999. – 688 с.

Majers D. Social Psychology / D. Majers. – SPb. : Piter, 1999. – 688 p.

5. Немов Р. С. Психология образования : Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений : В 3 кн. Кн. 2. Психология образования. – 3-е изд. / Р. С. Немов. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. – 608 с.

Nemov R. S. Educational Psychology : Textbook for university students. Book 2. Educational Psychology. – 3-е ed. / R. S. Nemov. – М. : Gumanit. izd. centr VLADOS, 1997. – 608 p.

6. Раттер М. Помощь трудным детям / М. Раттер. – М. : Прогресс, 1987. – 424 с.

Ratter M. Help difficult children / M. Ratter. – М. : Progress, 1987. – 424 p.

7. Соколова О. Н. Особенности переживания одиночества в подростковом возрасте / О. Н. Соколова // Психология, социология и педагогика. – 2014. – № 4.

Sokolova O. N. Features of experience of loneliness in adolescence / O. N. Sokolova // Psihologija, sociologija i pedagogika. – 2014. – № 4.

8. Швалб Ю. М. Одиночество / Ю. М. Швалб, О. В. Данчева. – Киев, 1991. – 270 с.

Shvalb Ju. M. Loneliness / Ju. M. Shvalb, O. V. Dancheva. – Kyiv, 1991. – 270 p.

Надійшла до редколегії 07.10.14

О. Лёвочкина, студ.

Киевский национальный университет имени Тараса Шевченко, Киев

ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Осуществлен анализ подходов к проблеме переживания одиночества. Выделено базовое определение понятия "одиночество", что рассматривается как психическое состояние человека, который отображает переживания своей отдельности, субъективной невозможности или нежелания чувствовать адекватный отклик, принятие и признание себя другими людьми. Рассмотрена проблема подросткового одиночества. Показано, что ощущение одиночества подростками часто приводит к негативным последствиям. Вместе с тем, подростковое одиночество может служить ресурсом для самосовершенствования и личностного роста. В связи с этим предложено, с помощью определенных психологических технологий, оказывать помощь подросткам в нахождении позитива в этом состоянии и использовать его для личностного роста.

Ключевые слова: одиночество как психологический феномен; переживания одиночества; подростковое одиночество; личностный рост.

O. Ljovochkina, student

Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv

THE EXPERIENCE OF LONELINESS IN ADOLESCENCE

This article is analysis of approaches to experience loneliness. This article determined basic definition of "loneliness", which is considered as a mental condition, which reflects the experience of their separateness, subjective inability or unwillingness to feel adequate review, acceptance and recognition of his others. This article also analysis the problem of adolescent loneliness. It is noted that the feeling of loneliness adolescents often leads to negative consequences. However, adolescent loneliness can take both positive and negative. Negative emotions cause you to lose self-esteem, self-sympathy, if the experience is positive – adolescents have an interest in self. In turn, the interest in self can encourage adolescents to activities that promote personal growth, resulting in: a person becomes more open to experience less psychological defence uses more realistic and objective more effectively solve their problems; improved psychological adaptability and reduced vulnerability; perception of his "I" – is close to the ideal "I" – the real; decreases anxiety, and physiological and mental stress; increased self-esteem; individual becomes more realistic and more adequately perceive others and are perceived by others behaviour of the individual as a socially responsible; behaviour is more adaptive and creative. U this regard, the task of the psychologist should identify adolescents characterized by high levels of negative feelings of loneliness; help them realize their own limitations and psychological change negative to positive feelings of loneliness, awakening in him an interest in self and finding ways of personal growth; using certain psychological technology to help teenagers steer processes that accompany the feeling of loneliness, to achieve personal growth and positive changes in their lives. It is proposed to conduct a psycho teenagers and developmental activities aimed at overcoming the adverse conditions associated with a sense of loneliness, as well as the use of state of loneliness to self-knowledge and personal growth of adolescents.

Keywords: loneliness as a psychological phenomenon; experience loneliness; adolescent loneliness; personal growth.

УДК 159.9.072.433

О. Марциняк-Дорош, канд. психол. наук

Львівський інститут Міжнародної академії управління персоналом, Львів

ВПЛИВ РІВНЯ ЗМІСТУ ЖИТТЯ НА ФОРМУВАННЯ ОБРАЗУ ВЛАСНОГО Я У ЖІНОК З НАДМІРНОЮ ВАГОЮ ТА ОЖИРІННЯМ

У статті досліджується кореляція між образом Я та рівнем відчуття змісту життя у жінок за надмірною вагою і ожирінням та хворих на цукровий діабет. У роботі аналізується те, що ці жінки виявляють негативний образ самих себе, що впливає на зниження рівня відчуття змісту життя. Результати досліджень будуть корисними у побудові плану психотерапії надмірної ваги та ожиріння.

Ключові слова: образ Я, відчуття змісту життя, ожиріння, цукровий діабет, Я-реальне, Я-ідеальне.

В роботі проведено психологічний аналіз впливу відчуття змісту життя на формування образу Я у жінок з ожирінням та цукровим діабетом. Як відомо, труднощі з утриманням ваги оптимальної для формування високої

якості психічного функціонування жінки, на сьогоднішній день, складають серйозну проблему при побудові своїх життєвих планів та здорових відносин у сім'ї. На 2010 р. в Україні від ожиріння страждають 14,6 % населення,