

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»
Навчально-науковий інститут психології**

Кафедра психології

Ліпіна Єлізавета Віталіївна

УДК 159.922-042.72

Кваліфікаційна робота

Чинники самотності в період підліткової та юнацької кризи»

053 «Психологія»

«Екстремальна та кризова психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело _____ Ліпіна Є.В.

Науковий керівник

Живоглядов Юрій Олексійович, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології

Київ – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1	ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМОТНОСТІ В КОНТЕКСТІ ДОРΟΣЛІШАННЯ ТА КРИЗИ
	7
1.1.	Самотність як психологічний феномен
	7
1.2.	Психологічні зміни особистості під час дорослішання
	14
1.3.	Кризові періоди дорослішання та їх вплив на самотність
	23
	Висновки до розділу 1
	31
РОЗДІЛ 2	ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ САМОТНОСТІ В КОНТЕКСТІ ДОРΟΣЛІШАННЯ ТА КРИЗИ
	32
2.1.	Організація та методи дослідження
	32
2.2.	Аналіз та інтерпретація результатів дослідження
	39
	Висновки до розділу 2
	71
РОЗДІЛ 3	РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗДІЙСНЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ ЗІ ЗНИЖЕННЯ ПРОЯВІВ САМОТНОСТІ В ПЕРІОД ДОРΟΣЛІШАННЯ ТА КРИЗИ ...
	74
3.1.	Індивідуальне консультування зі зниження проявів самотності в період дорослішання та кризи
	74
3.2.	Тренінг зі зниження проявів самотності в період дорослішання та кризи
	78
	Висновки до розділу 3
	90
ВИСНОВКИ	92
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	94
ДОДАТКИ	103

РЕФЕРАТ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ **«Психологія самотності в контексті дорослішання та кризи»**

Актуальність теми дослідження. Дорослішання – це період інтенсивних змін у фізичному, емоційному, соціальному та когнітивному розвитку. Дорослішання супроводжується пошуком власного місця у світі, встановленням нових соціальних зв'язків та визначенням особистої ідентичності. В цей період індивідуалістичність та незалежність поступово виходять на передній план. Крім того, в процесі дорослішання людина стикається з переосмисленням свого життя, цінностей та життєвих цілей. Це може бути складним процесом, особливо у контексті відсутності підтримки та розуміння з боку оточуючих.

Однією з проблем періоду дорослішання є самотність, яка може виникати з різних причин, таких як відчуття відчуження, відсутність близьких друзів або розчарування у відносинах. Страх перед відштовхуванням і невпевненість також можуть сприяти відчуттю самотності.

Вивчення проблеми самотності в період дорослішання має кілька ключових причин, що підкреслюють її актуальність. По-перше, самотність може мати серйозний вплив на психічне здоров'я молодих людей. Недостатня соціальна підтримка може призвести до розвитку депресії, тривожних розладів та інших психічних проблем. По-друге, період дорослішання є важливим часом для соціальної адаптації. Самотність може ускладнити цей процес, утруднюючи встановлення здорових соціальних зв'язків індивіда з оточуючими його людьми. По-третє, молоді люди, які відчувають сильну самотність, можуть шукати компенсацію у негативних формах поведінки, таких як вживання наркотиків, алкоголю, агресія або ризиковані сексуальні зв'язки. Вивчення цих зв'язків може допомогти розробити стратегії попередження негативних наслідків. Нарешті, розуміння причин та наслідків самотності в період дорослішання може сприяти розробці ефективних програм та інтервенцій для підтримки молодих людей, що може включати психологічну підтримку, соціальні програми, групову терапію та інші методи,

спрямовані на зменшення самотності та покращення психічного благополуччя молодого покоління.

Враховуючи важливість періоду дорослішання та його вплив на психічне здоров'я особистості, проблема самотності може набувати особливого значення, адже вона може негативно впливати на благополуччя особистості. Тож, розуміння природи самотності, її впливу на особистість, що дорослішає, є надзвичайно важливим для психологічної науки та практики.

Проблемі самотності присвячено значну кількість наукових робіт. Зокрема, зазначеній проблемі приділяли увагу Я. Башманівська [2], Н. Більчук [5], А. Бугайцова [7], Н. Гусейнова [15], О. Кібенко [25], В. Кізіма [26], О. Кулешова [30], М. Мовчан [35; 36], О. Помазова [44], Л. Стасенко [57], Н. Хамітов [63], Х. Chen [71], R. J. Coplan [72-74], E. Galanaki [75], E. Moustakas [76] та інші. В свою чергу, досліджували самотність в період дорослішання К. Гуйван [14], С. Доскач [19], О. Калюга [22], Л. Магдисюк [33], М. Миронець [34], В. Овсяннікова [41], Р. Попелюшко [45] та інші.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості переживання особистістю самотності.

Предмет дослідження: чинники та особливості переживання самотності в контексті підліткової та юнацької кризи.

Мета дослідження: визначити чинники та особливості переживання самотності в періоди підліткової та юнацької кризи.

Завдання дослідження:

- здійснити огляд літератури з проблеми самотності в контексті підліткової та юнацької кризи;
- оцінити виразність переживання самотності у осіб підліткового та юнацького віку як представників періодів дорослішання та кризи;
- вивчити психологічні чинники переживання самотності в періоди підліткової та юнацької кризи, зокрема, властивості особистості, важливі для адаптації в соціумі та регуляції поведінки, та їхні уявлення про себе та світ;

– скласти рекомендації щодо здійснення психологічної роботи зі зниження проявів самотності у осіб в період підліткової та юнацької кризи.

Гіпотези дослідження:

– переживання самотності у осіб, що переживають підліткову та юнацьку кризи, має як загальні, так і специфічні ознаки;

існує зв'язок між переживанням особами підліткового та юнацького віку самотності та властивостями їхньої особистості, важливими для адаптації в соціумі та регуляції поведінки, та їхнім уявленнями про себе та світ, що впливають на мислення, емоційні стани та поведінку.

Методи дослідження:

– теоретичні: аналіз літературних джерел, їх синтез, порівняння, узагальнення та класифікація;

– емпіричні: «Шкала самотності» (Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон), «Диференціальний опитувальник переживання самотності» (О.М. Осін, Д.А. Леонт'єв), «Шкала соціальної та емоційної самотності» (SELSA) (Е. Томасо), «Фрайбурзький особистісний опитувальник» (співробітники Фрайбурзького ун-ту; адаптація А.А. Крилова та Т.І. Ронгінського); «Шкала базисних переконань» (Р. Янов – Бульман);

– методи математичної обробки даних: методи описової статистики, методи непараметричної статистики (критерій Манна-Уїтні, кореляційний аналіз за методом Спірмена).

Надійність та вірогідність результатів дослідження визначаються репрезентативністю вибірки, узгодженістю теоретичної моделі явища, що досліджується, з методами його дослідження, застосуванням методів, які відповідають предмету, меті та завданням дослідження.

Новизна дослідження полягає у розкритті структурного компонента такого відомого явища, як самотність, в контексті дорослішання та кризи, а також у розробці комплексу методик, що дозволяють дослідити заявлену проблему.

Теоретичне значення дослідження полягає в системному аналізі та розгляді психології самотності в контексті дорослішання та кризи. Дослідження враховує психологічні підходи до розуміння самотності, фактори, які впливають на її формування під час дорослішання, а також кризові етапи, що можуть поглиблювати це явище. Таким чином, теоретична складова роботи має вагомий внесок в розвиток сучасної психології, розширюючи розуміння впливу дорослішання та кризових моментів на психологію самотності.

Практичне значення роботи. Аналіз та узагальнення результатів емпіричного дослідження проявів самотності в період дорослішання надає можливість розширити теоретичний базис в даній галузі психології. Розробка методичних рекомендацій щодо здійснення психологічної роботи зі зниження проявів самотності в період дорослішання та кризи допомагає поглибити розуміння практичних аспектів впливу психологічної підготовки на зниження рівня самотності у цей період.

Отримані результати можуть бути використані психологами та соціальними працівниками, які працюють з особами, що переживають підліткову та юнацьку кризи, та зацікавлені у отриманні нових фактів, що стосуються досліджень особистості.

У першому розділі **«Теоретико-методологічні засади вивчення проблеми самотності в контексті дорослішання та кризи»** проаналізовано основні підходи до вивчення проблеми самотності у сучасній психології, як свідомий стан, в якому особа відчуває свою відокремленість і відчуження від оточуючого світу та спільноти. Самотність – це стан, коли особа відчуває відокремленість і відчуження від оточуючого світу. Він виникає через відсутність взаємодії та зв'язку з іншими людьми, історією, сім'єю, природою та культурою. Сьогодні явище самотності є широко поширеним та відомим. При цьому доведено, що відчуття самотності може виникати на різних етапах життя, але найбільше йому підвладні особи, що переживають кризові періоди.

Період дорослішання складається з підліткового та юнацького етапів.

Підлітковий вік характеризується переходом від дитинства до дорослого життя, де підлітки шукають спілкування з однолітками, незалежність, а також визнання своїх прав. У юнацькому віці розвивається внутрішній світ, і молодь починає сприймати зовнішній світ через призму власної індивідуальності та систематизує свої знання.

Для періоду дорослішання притаманні дві кризи: криза пубертатного періоду розвитку і нормативна криза (або криза ідентичності). Фактори, що можуть призвести до самотності під час переживання кризи пубертатного періоду розвитку (в підлітковому віці), включають відчуженість від батьків, пошук ідентичності, надмірні очікування уваги, бажання виділитися та песимізм стосовно прийняття іншими. В період же переживання нормативної кризи (в юнацькому віці) причинами відчуття самотності можуть бути потреба в пошуку власної ідентичності та внутрішнього самопізнання.

У другому розділі **«Емпіричне дослідження психології самотності в контексті дорослішання та кризи»** проведений кореляційний аналіз показав, що гіпотеза нашого дослідження, яка полягала в припущенні, що існує зв'язок між переживанням особами підліткового та юнацького віку самотності та властивостями їхньої особистості й їхнім уявленнями про себе та світ, в повній мірі підтвердилася.

Дослідження суб'єктивного відчуття самотності (емоційного стану, коли особистість відчуває відокремленість або відсутність психологічного зв'язку з іншими людьми) в підлітків та юнаків, показало, що воно не має стійкого характеру. Однак у підлітковому віці суб'єктивного відчуття самотності виражене більше, ніж у юнаків, що може бути пов'язаним з переходом до дорослого життя та формуванням особистості.

Дослідження актуального переживання самотності підлітками та юнаками вказало на те, що більшість з них не відчувають значного дефіциту емоційної близькості та соціальних контактів. Вони мають толерантне ставлення до самотності та знаходять ресурси в усамітненні, хоча підлітки відчуваються більш самотніми, ніж юнаки, що може бути наслідком

соціальних та емоційних викликів, що супроводжують цей віковий період.

Вимірювання різних форм самотності показало, що певна частина осіб підліткового віку відчуває значний дефіцит емоційної прив'язаності у сфері соціальних стосунків. Щодо сімейної самотності, вона, хоча менш характерна для підлітків, також є проблемою, яка не рідко зустрічається серед них. Проблеми у сфері романтичних стосунків для підлітків є найменш значимими, що може вказувати на їхню більшу спроможність адаптуватися до цієї сфери життя. В свою чергу, особи юнацького віку виявили (частково) виразні ознаки самотності лише у сфері сімейних та соціальних стосунків. Це може свідчити про їхню потребу в більш глибокому розумінні та підтримці з боку сім'ї та оточення. При цьому варто відзначити, що у них практично відсутня проблема романтичних стосунків.

Дослідження особистісних характеристик у підлітків та юнаків виявило, що у перших спостерігається більш виражена спонтанна агресивність, сором'язливість та неврівноваженість порівняно з другими. Це може свідчити про більшу емоційну чутливість та вразливість підлітків, які є наслідком інтенсивних фізіологічних та психологічних змін.

Дослідження уявлень підлітків та юнаків про себе та світ показало, що вони в основному мають позитивне ставлення до навколишнього світу та вірять у власні здібності. Вони вважають себе успішними та цінують свою особистість. Відмінності між підлітками та юнаками у цьому відношенні не спостерігалися, що може свідчити про типовість цих характеристик для обох вікових груп.

Аналіз кореляційних зв'язків між досліджуваними параметрами вказав на те, що у підлітків та юнаків існують зв'язки між відчуттям самотності та їхніми особистісними властивостями, які впливають на соціальну адаптацію та поведінку. Зокрема, визначено, що у підлітків зростання відчуття самотності асоціюється зі збільшенням рівня невротичності, депресивності та емоційною лабільністю. У той же час, в юнаків самотність пов'язана з сором'язливістю, емоційною лабільністю та схильністю до агресивної

поведінки. Також кореляційний аналіз дозволив визначити зв'язки між переживанням підлітками та юнаками самотності та їхнім уявленнями про себе та світ. Так, було констатовано наступне: якщо підлітки та юнаки сприймають оточуючий світ як ворожий, не відчують контролю над власним життям та не досягають успіху, то вони більш схильні до відчуття самотності; якщо підлітки сприймають світ як справедливий, відчуття самотності в них зменшується, проте в юнаків, навіть якщо вони сприймають світ як справедливий, все одно може спостерігатися відчуття самотності, що може бути пов'язане з усвідомленням ними різниці між своїми очікуваннями та реальністю. Додатково було встановлено, що позитивне ставлення підлітків та юнаків до самотності пов'язане з зацікавленням у розвитку власної індивідуальності та позитивним ставленням до себе як особистості.

У третьому розділі **«Рекомендації щодо здійснення психологічної роботи зі зниження проявів самотності в період дорослішання та кризи»** На основі результатів дослідження складено рекомендації щодо зменшення виявів самотності під час дорослішання та кризи. Перш за все, пропонується індивідуальна психологічна консультація як засіб психологічної роботи з цією проблемою. Описано процес роботи з молоддю, включаючи структуру та зміст зустрічей. Також запропоновано програму психологічного тренінгу, яка містить інноваційний підхід до розв'язання проблеми самотності серед молоді. Програма спрямована на підвищення психологічного комфорту та надання молоді інструментів для подолання самотності, враховуючи їхні особисті потреби та контекст досвіду. Вона наголошує на розвитку позитивного ставлення до себе та стрес-менеджменті як ключових елементах для формування внутрішньої стійкості та позитивного сприйняття власної особистості.

ВИСНОВКИ

1. Огляд інформаційних джерел дозволив дійти висновку, що період дорослішання є важливим етапом у житті людини, під час якого вона

стикається з рядом складнощів і викликів, включаючи відчуття самотності. Цей період визначається двома основними кризами – кризою пубертатного періоду розвитку і нормативною кризою, які можуть стати джерелом самотності через різноманітні фактори, від відчуженості до потреби в самоідентифікації. Розуміння цих процесів є ключовим для підтримки молоді, спрямованої на зменшення впливу самотності та створення здорових міжособистісних відносин. Тому важливо надавати підтримку та ресурси для подолання цих викликів, що сприятиме психологічному та емоційному розвитку молоді і сприятиме їхньому загальному самопочуттю та добробуту.

2. Оцінювання виразності переживання самотності у осіб підліткового та юнацького віку, як представників періодів дорослішання та кризи, показало, що, в більшості підлітки та юнаки не відчують значного дефіциту емоційної близькості та соціальних контактів. Поряд з тим, було встановлено, що підлітки мають тенденцію відчувати себе більш самотніми, ніж юнаки, що може бути пов'язаним з соціальними та емоційними викликами цього вікового періоду. Водночас, дослідження виявило, що певна частина підлітків та юнаків відчуває дефіцит емоційної прив'язаності у сфері соціальних стосунків, а також проблеми у сфері сімейних та романтичних відносин.

3. Вивчення психологічних чинників переживання самотності в періоди дорослішання та кризи, показало, що самотність підлітків та юнаків пов'язана з деякими їхніми особистісними властивостями. Зокрема, було визначено, що у підлітків зростання відчуття самотності пов'язане зі збільшенням рівня невротичності, депресивності та емоційною лабільністю. У той же час, в юнаків самотність пов'язана з сором'язливістю, емоційною лабільністю та схильністю до агресивної поведінки. Також нами було визначено зв'язки між переживанням підлітками та юнаками самотності та їхнім уявленням про себе та світ. Так, було констатовано наступне: якщо підлітки та юнаки сприймають оточуючий світ як ворожий, не відчують контролю над власним життям та не досягають успіху, то вони більш схильні до відчуття самотності; якщо підлітки сприймають світ як справедливий, відчуття самотності в них

зменшується, проте в юнаків, навіть якщо вони сприймають світ як справедливий, все одно може спостерігатися відчуття самотності, що може бути пов'язане з усвідомленням ними різниці між своїми очікуваннями та реальністю. Додатково було встановлено, що позитивне ставлення підлітків та юнаків до самотності пов'язане з зацікавленням у розвитку власної індивідуальності та позитивним ставленням до себе як особистості.

4. На підставі отриманих в ході дослідження результатів було складено рекомендації щодо здійснення психологічної роботи зі зниження проявів самотності у осіб в період дорослішання та кризи. По-перше, як засіб психологічної роботи зі зниження проявів самотності в період дорослішання та кризи ми запропонували обрати індивідуальне психологічне консультування. Зокрема, нами представлені опис роботи з підлітками та юнаками, у тому числі блочна структура та зміст зустрічей, умови та частота їх проведення. Також запропоновано програму психологічного тренінгу, що представляє собою комплексний та інноваційний підхід до вирішення проблеми самотності серед молоді. Враховуючи важливість психічного здоров'я та його вплив на життя людини, програма ставить перед собою важливі завдання щодо підвищення психологічного комфорту та забезпечення молоді інструментами для подолання самотності. Програма акцентує увагу на особистих потребах здобувачів вищої освіти, розглядаючи самотність в контексті їхнього досвіду. Розвиток позитивного ставлення до себе та стресменеджмент виступають як ключові елементи програми, сприяючи формуванню внутрішньої стійкості та позитивного сприйняття власної особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бандура Г. Теоретичні аспекти вивчення емоційних проявів у підлітків. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2013. № 4. С. 226-231.
2. Башманівська Я. В. Проблема самотності людини в соціально-філософському дискурсі ХХ століття. *Вісник Дніпропетровського університету*. 2022. Вип. 22 (2). С. 12-16.
3. Бех І. Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ – Чернівці : Букрек, 2019. 320 с.
4. Белякова С., Шовкова К. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка. *Молодий вчений*. 2019. №5 (57). С. 454-458.
5. Більчук Н. Л. Екзистенційний вимір самотності: самотність чи самотність. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. 2020. Вип. 40. С. 105-110.
6. Бончук Н. В. Аспект лихослів'я в комунікативній поведінці підлітків та юнацтва. *Молодий вчений*. 2016. №4. С. 440-447.
7. Бугайцова А. С. Самотність як бар'єр та ресурс самодостатності. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2016. № 1. С. 27-35.
8. Булах І. С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків: дис... д-ра психол. наук: 19.00.07 / Національний педагогічний ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2004. 581 с.
9. Булах І. С. Психологія життєвих криз особистості : навч. посіб. Вінниця, Нілан-ЛТД, 2015. 110 с.
10. Булах І. С. Ціннісні орієнтації в контексті особистісної позиції сучасного підлітка. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2009. № 1. С. 115-131.

11. Вікові кризи у дітей і підлітків. З чим вони пов'язані? *БУКІ* URL: <https://buki.com.ua/news/vikovi-kryzy-u-ditey-i-pidlitkiv-z-chym-vony-povyazani/> (дата звернення: 21.02.2024).
12. Гончарова Н.О, Горбенко Ю.Л., Лавриненко В.А. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці : навч. посібник. Полтава : Астроя, 2019. 342 с.
13. Гудзевич Л. С., Куц Б. О. Аналіз гормонального статусу в період сомато-статевого дозрівання підлітків. *Світ медицини та біології*. 2017. №13. С. 45-48.
14. Гуйван К. Переживання самотності у студентському віці. *Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства* : матеріали X Всеукр. наук. конф. (Суми, 27-28 квітня 2023 р.). Суми : Сумський державний університет, 2023. С. 349-353.
15. Гусейнова Н. О. Самотність як суб'єктивне переживання. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2013. № 1. С. 17-19.
16. Даниленко Н. В. Формування світогляду у юнацькому віці як розвиток особистості. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя* : матеріали III Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Суми, 16-17 лютого 2017 р.). Суми : СумДПУ, 2019. С. 21-23.
17. Дем'яненко А. М. До проблеми умов формування правової свідомості в підлітків у процесі роботи громадського об'єднання. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького*. 2017. №2 (19). С. 203-208.
18. Дем'яненко А. Умови формування правової свідомості в підлітків у процесі роботи громадського об'єднання. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету*. 2017. № 2. С. 203-208.
19. Доскач С. С. Аналіз психологічних передумов становлення внутрішньої позиції дорослішання у підлітків. *Актуальні проблеми вікової психології*. 2011. №1. С. 146-151.

20. Живоглядов Ю.О. Екзистенціальна психологія про виклики прикордонної ситуації і можливості відповіді на них у філософії та психології мужності *Еволюція наукової думки в контексті європейського вибору України* : матеріали Науково-практичної конференції (Київ, 21 жовтня 2015 року). Київ: Університет економіки та права "КРОК", 2015. С.243-245
https://library.krok.edu.ua/media/library/category/materiali-konferentsij/2015-10-21_materiali-%D1%81onference-krok.pdf
21. Журавльова Н. Психологічна допомога підліткам у вирішенні міжособистісних проблем. *Психолог*. 2008. № 12. С. 3-9.
22. Заброцький М. М. Основи вікової психології : навч. посіб. Тернопіль: Навчальна книга, 2001. 112 с.
23. Зимянський А. Р. Генезис форм прояву моральної самосвідомості підлітка. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2009. №12 (5). С. 129-135.
24. Зозуляк-Случик Р., Лесюк О. Психологічні особливості формування самооцінки підлітків. *Обрії*. 2015. №1. С. 23-26.
25. Калюга О. Ю. Гендерні особливості спілкування в юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. № 1. С. 136-141.
26. Кібенко О. Актуалізація проблеми самотності у філософії XIX–XX століть. *Наукові записки НаУКМА*. 2022. № 9-10. С. 49-59.
27. Кізіма В. В. Самотність як соціально-психологічна категорія. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова*. 2014. № 43. С. 359-364.
28. Кікінежді О. Становлення Я-концепції жінки/чоловіка в юнацькому віці. *HUMANITARIUM*. 2019. Т. 42, Вип. 1. С. 77-90.
29. Коваль Г.Ш. Основні новоутворення підліткового віку та психічна нестабільність як його неминучий атрибут. *Вісник Одеського національного університету*. 2009. №14 (6). С. 36-41.
30. Краєва О. А. Криза ідентичності та її роль у становленні зрілої особистості. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка*. 2010. № 7. С. 310-321.

31. Кулешова О. В., Міхеєва Л. В. Самотність як психічний феномен: особливості прояву та причини виникнення. *Усамітнення та самотність в житті особистості* : збірник тез за матеріалами круглого столу (24 квітня 2020 р.). Київ : ДП Інформаційно-аналітичне агентство, 2020. С. 33-38.
32. Ліфарева Н.В. Психологія особистості: навч. посіб. Київ : Центр навчальної літератури, 2003. 240 с.
33. Лящ О. П. Юнацький вік як фактор розвитку емоційного інтелекту. *Психологія: реальність і перспективи*. 2016. № 7. С. 135-139.
34. Магдисюк Л., Притка І. Психологічні особливості прояву самотності у юнацькому віці. *Психологія: реальність і перспективи*. 2020. № 14. С. 136-143.
35. Миронець М. Г. Психологічні особливості переживання самотності в підлітковому віці. *Наука і освіта*. 2013. № 1-2. С. 66-68
36. Мовчан М. М. Осмислення феномена самотності як проблеми суспільного буття особистості. *Філософські обрії*. 2005. Вип.14. С. 141-156.
37. Мовчан М. М. Самотність як полівекторний феномен: філософсько-антропологічний дискурс. *Філософські обрії*. 2008. № 20. С. 124-137.
38. Мовчан М. М. Ця багатогранна самотність... Філософський аспект. *Мандрівець*. 2005. № 1. URL: <http://dspace.puet.edu.ua/handle/123456789/4294> (дата звернення: 17.02.2024).
39. Наконечна М. Психологічні особливості інтерсуб'єктної взаємодії в юнацькому віці. *Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова*. 2022. № 12. С. 60-71.
40. Невідома Я. Г. Особливості соціалізації у юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць. 2012. Вип. 17. С. 337-346.
41. Немировський Д. Е. Мотиви протиправних дій молоді. *Соціс*. 1992. №3. С. 93-96.
42. Овсяннікова В. В. Суб'єктивні переживання самотності підлітків. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 2. С. 99-106.

43. Павелків Р. В. Вікова психологія : підручник. 2-е вид., стер. Київ : Кондор, 2015. 469 с.
44. Панова Н. Ю. Ненормативна лексика у молодіжному мовленні як відображення психологічних та соціальних конструктів. *Збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова*. 2005. Вип. 20. С. 34-41.
45. Помазова О. В. Самотність як психологічний феномен. *Наукові записки*. 2013. Вип. 23. С. 206-214.
46. Попелюшко Р. П. Самотність як проблема соціалізації особистості в суспільстві. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету Україна*. 2013. № 2. С. 212-216.
47. Роговець О. В. Структура громадянської культури підлітків: когнітивний компонент. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2009. № 1 (13). С. 317-325.
48. Савчин М. Вікова психологія : тексти лекцій. Дрогобич : РВВ ДДПУ, 2006. 252 с.
49. Салій А. Самотність та еміграція: до питання осмислення феноменів на прикладі творчості мислителів еміграції першої хвилі (20-ті – 40-ві роки ХХ століття). *Гілея: науковий вісник*. 2019. Вип. 130. С. 200-203.
50. Сватенкова Т. Психологічні особливості переживання смисложиттєвої кризи ранньої юності. *Психологія особистості*. 2015. № 6 (1). С. 223-232.
51. Сергєєва Н. В. Особливості взаємодії молодших підлітків у малих групах школярів. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2010. Вип. 14. С. 469-477.
52. Сизоненко І. Соціально-педагогічна робота щодо формування правових знань підлітків у процесі правової соціалізації. *Нова педагогічна думка*. 2014. № 4. С. 160-162.
53. Солярік К.С., Сингаївська І.В. Аналіз вміння особистості бути щасливою. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей III

Міжнародної конференції (Київ, 02 грудня 2021 р.). К.: Університет "КРОК", 2021. С. 353-357.

54. Сингаївська І. В., Берестовська А. В. Особливості надання психологічної допомоги жінкам, які переживають втрату близької людини під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2024. № 1 (73). С. 214–226.

55. Сингаївська І., Федорець С. Підлітковий вік як один із критичних періодів психосексуального розвитку людини. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2022. №4 (68). С. 107-114.

56. Сіверський В. А. Особливості формування «Я-концепції» в юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць. 2013. Вип. 22. С. 520-529.

57. Сокурянська Л., Щудло С. Підлітки в пограничному просторі: ціннісні орієнтації та життєві плани. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2019. № 4. С. 53-67.

58. Сошина Ю. М. Цінності та ціннісні орієнтації в системі ціннісно-сміслової сфери підлітка. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 22. С. 530-538.

59. Спиця-Оріщенко Н. Психологічні особливості розвитку особистості в ранньому юнацькому віці. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. 2016. № 1. С. 198-201.

60. Стасенко Л. В. Проблема самотності в філософії. URL: <https://inmad.vntu.edu.ua/portal/static/3CF8642F-B6D0-4480-85AF-AE08281B750C.pdf> (дата звернення: 17.02.2024).

61. Степаненко М. І. Проблема дослідження феномену ідентичності особистості в зарубіжній психології: історичний аспект. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2017. № 2 (1). С. 126-131.

62. Титов І. Психологічні передумови становлення світогляду особистості в юнацькому віці. *Психологія і особистість*. 2019. № 1. С. 36-49.

63. Ткачук Т. Л. Психологічні особливості дослідження емоційної, нормативної та конативної емансипації підлітків. *Науковий вісник ПД ПУ ім. К. Д. Ушинського*. 2007. № 5-6. С. 286-294.
64. Токарева Н. М. Лабіринти дорослішання: психічний розвиток особистості підлітково-юнацького віку : монографія. Кривий Ріг : Інтерсервіс, 2021. 216 с.
65. Хавула Р. Психологічні особливості становлення самоефективності в юнацькому віці. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2017. № 17. С. 348-355.
66. Хамітов Н. В. Самотність у людському бутті. Досвід метаантропології. 2-ге вид., перероб та доп. Київ : КНТ, 2017. 370 с.
67. Характеристика юнацького віку. *Сайт Державного навчального закладу "Київський центр професійно-технічної освіти"* URL: <https://cpto.kyiv.ua/harakteristika-yunackogo-viku/> (дата звернення: 17.03.2024).
68. Чарнецька Р. Т. Психологічні особливості емансипації підлітків. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2013. № 2. С. 71-75.
69. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості : навч. посіб. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.
70. Чистякова М. О., Сингаївська І.В. Дезадаптаційна криза біженців. *Вектори соціальної, організаційної та економічної психології* [Електронне видання] : тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 23 лют. 2024 р.) / відп. ред. С. М. Миронець. Київ : Держ. торг.-екон. ун-т, 2024. С. 441–444.
71. Шайгородський Ю. Криза підліткового віку як процес переоцінки цінностей. *Соціальна психологія*. 2009. № 6 (38). С. 148-153.
72. Широкоградюк Л. Лихослів'я у шкільному середовищі: профілактика і корекція. Київ : Шкільний світ, 2019. 128 с.
73. Яблонська Т. Вікові та індивідуально-психологічні особливості як чинник самовдосконалення особистості. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2015. №37. С. 28-39.

74. Chao Y.-H. The psychological consequence of experiencing shame: Self-sufficiency and mood-repair / Ying-Hsien Chao, Ying-Yao Cheng, Wen-Bin Chiou. *Motivation and Emotion*. 2011. Vol. 23. P. 202-210.

75. Chen X. Culture and shyness in childhood and adolescence. *New Ideas in Psychology*. 2019. Vol. 53 58-66.

76. Coplan R. J., Hipson W. E., Archbell K. A. Seeking more solitude: Conceptualization, assessment, and implications of loneliness. *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 148. P. 17-26.

77. Coplan R. J., Hipson W. E., Archbell K. A. Seeking more solitude: Conceptualization, assessment, and implications of loneliness. *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 148. P. 17-26.

78. Coplan R. J., Ooi L. L., & Nocita G. When one is company and two is a crowd: Why some children prefer solitude. *Child Development Perspectives*. 2019. Vol. 9 (3). P. 133-137.

79. Galanaki E., Sideridis G. Dimensions of emerging adulthood, criteria for adulthood, and identity development in Greek studying youth: A person-centered approach. *Emerging Adulthood*. 2019. Vol. 7 (6) P. 411-431.

80. Moustakas E. C. *Loneliness, Creativity & Love*. USA : Xlibris Corporation, 2014. 152 p.

81. Nguyen T. V. T., Ryan R. M., Deci E. L. Solitude as an approach to affective self-regulation. *Personality and social psychology bulletin*. 2020. Vol. 44 (1). P. 92-106.

82. Thomas V. Solitude skills and the private self. *Qualitative Psychology*. 2023. Vol. 10 (1). P. 121-127.

83. Weinstein N., Hansen H., Nguyen T. V. (2023). Definitions of solitude in everyday life. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2023. Vol. 49 (12). P. 1663-1678.