

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(Н И У « Б е л Г У »)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

Кафедра возрастной и социальной психологии

**ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА ПОДРОСТКАМИ С РАЗНЫМ
ОБРАЗОМ ВЗРОСЛОСТИ**

Выпускная квалификационная работа

обучающегося по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-
педагогическое образование
очной формы обучения, группы 02061303
Зайцевой Ольги Владимировны

Научный руководитель:
к.псх.н., доцент
Худаева М.Ю.

БЕЛГОРОД 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. Теоретические основы изучения проблемы переживания одиночества подростками с разным образом взрослости	7
1.1. Феномен одиночества как психологическая проблема.....	7
1.2. Психологические детерминанты одиночества в подростковом возрасте	13
1.3. Особенности образа взрослости в подростковом возрасте	17
ГЛАВА 2. Эмпирическое исследование переживания одиночества подростками с разным образом взрослости	23
2.1. Организация и методы исследования	23
2.2. Анализ и интерпретация результатов изучения переживания одиночества подростками с разным образом взрослости.....	25
2.3. Программа для психологов образования по формированию образа взрослости у подростков	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	70
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	73
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	80
Приложение 1. Диагностические методики в порядке их предъявления. ...	80
Приложение 2. Сводные таблицы полученных данных.....	94
Приложение 3. Результаты статистической обработки данных	101

ВВЕДЕНИЕ

Возникающие в настоящее время значительные преобразования и изменения в обществе, связанные со сменой системы ценностей, с предъявлением новых требований со стороны социума, безусловно, оказывают влияние на развитие и формирование личности современного подростка. Рассматриваемый нами возраст считается переходным этапом между детством и взрослостью. Он считается весьма трудным, так как подросток сталкивается с большим количеством психологических проблем, одной из которых является феномен одиночества.

Актуальность проблемы исследования обусловлена ростом количества подростков, переживающих состояние одиночества, при этом они чувствуют себя непонятными, одинокими, их переживания усиливаются (Т.Ц. Тудупова, 2009; А.О. Матвеева, 2015). Вследствие переживания одиночества появляются трудности в оценивании и осознании себя самого, в общении и поведении (Л.И. Дементий, 2010; Е.М. Коротеевой, 2010), которые, в свою очередь, отрицательно влияют на дальнейшее развитие и формирование личности (В.А. Герт, 2011).

К настоящему времени выполнен ряд исследований по изучению особенностей образа взрослости в подростковом возрасте (В.И. Зорина, 2014; О.В. Курышева, 2000; А.П. Новгородцева, 2006; О.А. Фиофанова, 2012). Образ взрослости, рассматривающийся как особое новообразование подросткового возраста (О.В. Курышева, 2000), включает представления подростка о собственной взрослости и динамическую (эмоциональную) составляющую, с помощью которой происходит реализация представлений в сознании, действиях, поступках. Образ взрослости определяет содержание и направление социальной активности подростка, систему его социальных реакций и специфических переживаний (А.П. Новгородцева, 2006). Одним из таких специфических переживаний, свойственных для подросткового возраста, является одиночество. В связи с этим, можно предложить, что

подростки с разным образом взрослости будут отличаться особенностями переживания одиночества. Вместе с тем проблема переживания одиночества подростками с разным образом взрослости является малоизученной и представляет для нас особый интерес.

Поэтому, противоречие между актуальностью данной темы и недостаточным уровнем ее исследования, нехваткой знаний обусловило **проблему нашего исследования:** каковы особенности переживания одиночества подростками с разным образом взрослости?

Цель нашего исследования заключается в изучении переживания одиночества подростками с разным образом взрослости.

Объект исследования: переживание одиночества в подростковом возрасте.

Предмет исследования: переживание одиночества подростками с разным образом взрослости.

Гипотеза исследования: подростки с разным образом взрослости будут отличаться особенностями переживания одиночества, а именно:

1) для подростков при формальной взрослости характерно переживание позитивного одиночества и одиночества как зависимости от общения, для подростков с содержательной взрослостью – отсутствие доминирующего типа переживания одиночества;

2) подросткам, проявляющим взрослость в домашних ситуациях, в большей степени свойственно позитивное одиночество, в то время как подросткам, проявляющим взрослость в ситуациях подражания, присуще одиночество как зависимость от общения.

Задачи исследования:

1. Изучить разработанность в психологии проблемы переживания одиночества подростками с разным образом взрослости.

2. Исследовать уровни и типы переживания одиночества в подростковом возрасте.

3. Определить типы образа взрослости и типы ситуаций проявления

взрослости подростками.

4. Изучить показатели переживания одиночества и образа взрослости подростков в гендерном аспекте.

5. Изучить особенности переживания одиночества подростками с разным образом взрослости.

6. Исследовать характер связей между показателями переживания одиночества и показателями образа взрослости у подростков.

7. Разработать программу для психологов образования по формированию образа взрослости у подростков.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют:

- подходы к рассмотрению феномена одиночества в отечественной (Ю.П. Кошелева, С.Г. Трубникова) и зарубежной (Р. Вейс, М. Мицели, К. Мустаскас, Э. Пепло, К. Роджерс, Х.С. Салливан, Ф. Фромм, Дж. Эйсендорф) психологии;

- положения о содержании одиночества и его формировании в подростковом возрасте (В.А. Герт, Л.И. Дементий, Е.М. Коротеева, С.Г. Корчагина, А.О. Матвеева, С.В. Малышева, Д. Рассел, Н.А. Рождественская, О.А. Третьякова, Т.Ц. Тудупова, М. Фергюсон, И.С. Худякова);

- исследования, посвященные изучению образа взрослости в подростковом возрасте (В.И. Зорина, О.В. Курышева, А.П. Новгородцева, К.Н. Поливанова, Е.Е. Сапогова, О.А. Фиофанова).

Методы исследования:

- организационный метод: сравнительный;
- эмпирические методы: опрос, тестирование, анализ продуктов деятельности;

- методы обработки данных: методы качественного анализа, методы математико-статистического анализа данных (использовались U-критерий Манна-Уитни для выявления различий по показателям переживания одиночества и образа взрослости в гендерном аспекте, H-критерий Крускала-Уоллиса для определения различий в особенностях переживания одиночества

подростками с разным образом взрослости и г-критерий Спирмена для изучения наличия и характера связи между показателями переживания одиночества и показателями образа взрослости на основе пакета статистических программ «SPSS-22»);

- метод интерпретации: структурный.

Методики исследования:

1. «Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества» (Д. Рассел и М. Фергюсон).

2. «Дифференциальный опросник переживания одиночества» (Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев).

3. Опросник «Мой образ взрослости» (О.В. Курышева).

4. Сочинение на тему: «Когда, в каких ситуациях я ощущаю себя взрослым» (О.В. Курышева).

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработанная и внедренная в практику программа по формированию образа взрослости у подростков может быть использована в деятельности психологических служб образовательных учреждений, в работе учителей и классных руководителей. Результаты исследования могут также применяться в процессе профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации педагогов-психологов, классных руководителей и учителей.

База исследования: МБОУ «Гимназия № 3» г. Белгорода. В диагностическом исследовании приняли участие 125 учащихся восьмых классов, составляющих параллель обучения в средней школе. Возраст испытуемых от 13 до 14 лет.

Структура работы: работа состоит из введения, 2-х глав, заключения, списка использованных источников и приложений. Объем работы составляет 79 страниц машинописного текста.

ГЛАВА 1. Теоретические основы изучения проблемы переживания одиночества подростками с разным образом взрослости

1.1. Феномен одиночества как психологическая проблема

Проблема одиночества является междисциплинарной, она изучается на философском (К. Маркс, Ф. Ницше, Э. Фромм, В.С. Соловьев, Н.А. Бердяев, С.Л. Франк и др.) и психологическом (Ф. Фромм-Рейхман, Р. Вейс, К. Мустакас, В. Франкл, И. Ялом и др.) уровнях. Вместе с тем, анализ современных работ показывает, что до сих пор в науке нет единого понимания сущности одиночества. Оно рассматривается как социально-психологический феномен (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Старовойтова, Г. М. Тихонов, А. С. Гагарин); изучаются культурно-исторические формы одиночества (Н.Е. Покровский, С.А. Ветров, Ю.М. Швалб, О.В. Данчева); его психологические особенности в подростковом и юношеском возрасте (И.С. Кон, О.Б. Долгинова); также исследуются явления, близкие одиночеству (отчуждение, изоляция, уединение) (А.У. Хараш, О.Н. Кузнецов, В.Т. Кудрявцев, В.И. Лебедев, Л.П. Гримак) [32].

Стоит отметить, что феномен одиночества имеет многовековую историю и сопровождает человечество на протяжении всего существования. Но само отношение к одиночеству на протяжении многих лет подвергалось дифференциации. Однако именно XX век породил проблему одиночества. Дополнительно ко всем физическим характеристикам, а зачастую и в противовес им, одиночество приобрело сугубо психологическую окраску. Оно стало рассматриваться, прежде всего, как личностное [58].

Существуют как зарубежные, так и отечественные подходы к изучению феномена одиночества. Тем не менее, зарубежными исследователями в отличие от отечественных исследователей тема одиночества изучена в большей мере. Так, среди известных зарубежных теоретических подходов к изучению проблемы одиночества можно выделить: интеракционистский (Р. Вейс), когнитивный (Л.Э. Пепло, М. Мицели, Б. Морош), социологический

(Дж. Рисмен, К. Боумен и др.), психодинамический (Х.С. Салливан, Ф. Фромм и др.), гуманистический (К. Роджерс), экзистенциальный (И. Ялом, К. Мустаскас). Рассмотрим каждый из них.

Р. Вейс, являясь родоначальником интеракционистского подхода в исследовании феномена «одиночество», ввел такие понятия, как «эмоциональное одиночество» и «социальное одиночество». Социальное одиночество Р. Вейс определял как «отсутствие доступного круга общения и удовлетворения социальных связей». Чувство изгнания, неприятия, по его мнению, являются основными формами его выражения. Такой вид одиночества мучителен и сопровождается разнообразными отрицательными эмоциями – ощущением скуки, грусти, тоски, отчаяния, подавленности, жалости к себе, отверженности, неполноценности и т.д. В свою очередь, эмоциональное одиночество Р. Вейс связывал с внутренними состояниями и переживаниями человека [25].

Представители когнитивного подхода (Л.Э. Пепло, М. Мицели, Б. Морощ) считали, что одиночество наступает тогда, когда индивид воспринимает (осознает) несоответствие между двумя факторами – желаемым и достигнутым уровнями собственных социальных контактов. Понятийный аппарат когнитивной психологии позволяет объяснить влияние прошлого опыта индивида на процессы восприятия и осознания собственного состояния. Именно в когнитивной психологии подчеркивается важность анализа состояния личности, связанного с той информацией, которая отражает характер состояния баланса потребностей и качества их удовлетворения. В данном случае одной из основ для такого анализа состояния личности может служить личностная рефлексия, которая выступает как способность осознания человеком своих мыслей, действий и чувств, а также переживаний другого человека (Л.С. Выготский, Е.И. Машбиц, Р.С. Немов и др.) [57].

Сторонники социологического подхода (К. Боумен, Д. Рисмен, П. Слейтер) одиночество индивида рассматривали как нормативный

среднестатистический показатель, зависящий от процессов, происходящих в обществе, таких как ослабление связей в первичной группе, увеличение семейной и социальной мобильности и т.д. По их мнению, переживание одиночества обусловлено действием социальных факторов и объясняется как модальное качество личности и продукт социальных сил [60].

Один из представителей психодинамического подхода Г. Зилбург различал одиночество и уединенность. Уединенность считал он по сути «нормальное» и «преходящее умонастроение», возникающее в результате отсутствия конкретного «кого-то». Одиночество же – это непреодолимое, неприятное (оно как «червь» разъедает сердце), константное ощущение. Так, Г. Зилбург утверждал, что причинами одиночества являются такие черты личности как нарциссизм, мании величия и враждебность, стремление сохранить инфантильное чувство собственного всемогущества. Такая нарциссистическая ориентация начинает формироваться в детском возрасте, когда ребенок вместе с ощущением радости быть любимым испытывает потрясение, вызванное тем, что он – маленькое, слабое существо, вынужденное ждать удовлетворения своих потребностей от других. Другой сторонник психодинамического подхода Фрида Фромм-Рейхман, выделяя причины одиночества, отмечает пагубное последствие преждевременного отлучения от материнской ласки [11].

К. Роджерс, основоположник гуманистического подхода, определил одиночество как проявление слабой приспособляемости личности, причиной которой является феноменологическое несоответствие представлений индивида о собственном «Я». К. Роджерс выразил эту мысль следующим образом: «Одиночество... наиболее резко и болезненно проявляется у тех индивидов, которые по той или иной причине оказываются – будучи лишенными своей привычной защиты – уязвимыми, испуганными, одинокими, но обладающими истинным «Я» и уверенными в том, что будут отвергнуты всем остальным миром» [11, с. 94].

Согласно экзистенциальному подходу (И. Ялом, К. Мустаскас)

феномен одиночества рассматривается на основе выделения двух понятий «суета одиночества» и «истинное одиночество». Первое он определяет как комплекс защитных механизмов, который отдаляет человека от решения существенных жизненных вопросов, путем осуществления «активности ради активности» вместе с другими людьми. Истинное же одиночество исходит из осознания «реальности одинокого существования». Он считает, что этому осознанию могут способствовать столкновения с пограничными жизненными ситуациями (рождение, смерть, жизненные перемены, трагедия), которые человек переживает в одиночку [11].

Тем не менее, Тудупова Т.Ц. и Худякова И.С. отмечают, что общим для всех вышеперечисленных подходов является присутствие следующих составляющих: выделение феномена «одиночество» как психологического состояния; определение причин возникновения состояния одиночества; характеристика личности, испытывающей состояние одиночества и определение основных проблем, связанных с одиночеством [48].

В отечественной психологии проблема одиночества понимается по-иному. К.М. Гуревич, Е.М. Борисова описывают две точки зрения на проблему одиночества, исходя из анализа отечественной психологической литературы. Первая из них восходит к «советскому» пониманию одиночества как состоянию, «противоречащему самой сути человека как существа общественного» [38, с. 15]. Эта точка зрения определяет одиночество следующим образом: «Одиночество, в отличие от объективной изолированности, отражает внутренний разлад человека с самим собой, воспринимаемый им как неполноценность своих отношений с миром, как «кризис ожидания», потерю всякой надежды и разочарование в любой возможной перспективе. В одиночестве высвечивается опустошенность внутреннего мира человека» [38, с. 16]. Однако уже здесь говорится о необходимости разграничения одиночества и уединения. Уединение в отличие от одиночества не пресекает общение, а лишь концентрирует человека на наиболее важных, обогащающих его духовных формах общения.

Между уединением и одиночеством больше различия, чем сходства. Если первое есть необходимое условие очищения и углубления общения, то второе – антагонист этому общению, его враг номер один.

Вторая точка зрения Трибулиной С.Г. провозглашает амбивалентное отношение к одиночеству [47]. В рамках этого понятия различают два различных феномена – негативное одиночество, приводящее к деформации личности, и позитивное одиночество – как ресурс развития собственного «Я». И.С. Кон о позитивном одиночестве пишет: «Только в тишине собственной души человек осознаёт глубокий смысл своего личного бытия. Однако кроме спокойного умиротворённого уединения существует мучительное и напряжённое одиночество – тоска, субъективное состояние духовной и душевной изоляции, непонятности, чувства неудовлетворённой потребности в общении, человеческой близости» [17, с. 87].

Рассмотрение подросткового одиночества с позитивной точки зрения является весьма целесообразным. В подтверждение этому Соколова О.Н. в своей работе указывает на то, что изучение состояния одиночества, имеющего как негативную, так и позитивную направленность позволяет сделать шаг к преодолению существующего противоречия в понимании роли и места одиночества в психической жизни человека [42].

Главное, что хотелось бы отметить, в работах отечественных исследователей нет интонации тотального трагизма, присущего западным работам по этой теме. Они имеют общий позитивный настрой на решение проблемы, либо изменения отношения к ней. Один из путей преодоления трагизма одиночества – наличие богатого внутреннего мира, возможности для развития которого, в свою очередь может открывать одиночество. Кузнецов А. считал, что обладая богатым внутренним миром, человек не чувствует себя одиноким, не боится часов одиночества, а порой даже ищет их – чтобы разобраться в себе, в своих мыслях и переживаниях, чтобы растить свою душу [22].

Анализ научных трудов и исследований современных отечественных

авторов показывает, что до сих пор в науке нет единого понимания сущности одиночества, его развития и особенностей проявления (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Старовойтова, Г.М. Тихонов, С.Г. Трубникова, Ж.В. Пузанова) [48].

В современных исследованиях различных аспектов одиночества авторы используют неопределенно широкие понятийные конструкты при описании или анализе терминов: «одиночество», «состояние одиночества», «одинокый человек». Подменяют термин «одиночество» другими понятиями, например, такими как «изоляция» и «уединение», «отчуждение», которые лишь указывают на временную невключенность личности в социум, не отражая при этом психологической специфики одиночества (О.Н. Кузнецов, В.И. Лебедев, А.У. Хараш) [26].

Рассматривая феномен одиночества, мы понимаем, что человеческое одиночество многолико. В.Т. Кудрявцев указывает, что уединение, отчуждение, изоляция – вот понятия близкие понятию одиночества. Они обозначают условия, причины, источники, следствия, проявления одиночества, но не сам по себе этот феномен. Так, за уединением (если не рассматривать его с бытовой точки зрения) стоит свободный интимно-психологический акт, в котором человек так или иначе стремится обрести свою самоидентичность, тем самым в целом осознать свою жизнь, свою деятельность и поступки, жизнь других окружающих людей и т.д. Отчуждение – это уже о другом. В политэкономической теории К. Маркса отчуждение рассматривалось как результат противостояния человеку его же собственных «сущностных сил» в виде их разнообразных объективаций – в общественных предметах и социальных отношениях людей, в самом ходе человеческой истории. И наконец, понятие «изоляция» несет однозначно негативный смысл. Изоляция в данном случае рассматривается двузначно. Во-первых, изоляция как результат насильственного действия общности по отношению к индивиду или группе. Во-вторых, изоляция – акт, предпринимаемый самим человеком, но не по доброй воле, а под диктатом

жизненных обстоятельств или собственных представлений о них (самоизоляция) [21].

Особый интерес для нашего исследования представляет типология одиночества Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева, которые выделяют три основных типа: общее одиночество, зависимость от общения и позитивное одиночество. Тип «общее одиночество» отражает актуальное ощущение одиночества, нехватку эмоциональной близости или контактов с людьми и осознание человеком себя как одинокого, изолированного человека. В свою очередь, тип «зависимость от общения», или его еще можно обозначить как «негативное одиночество», отражает неприятие одиночества, неспособность оставаться одному, свидетельствует о негативном представлении человека об одиночестве и его склонности искать общение любой ценой с целью избежать ситуаций уединения, которые связаны с неприятными или болезненными переживаниями. И наконец, тип «позитивное одиночество» отражает способность человека находить ресурс в уединении, испытывать положительные эмоции в ситуациях уединения, уметь ценить их и стремится осознанно уделять время наедине с самим собой в собственной жизни, творчески использовать его для самопознания и саморазвития [35].

В данной типологии одиночества акцент делается на самоотношение человека к одиночеству, на осознанность его переживания и на характер принятия или неприятия этого состояния.

Таким образом, феномен одиночества отличается сложностью и неоднозначностью в плане научного определения и осмысления. Поэтому, изучение отдельных его сторон, внешних и внутренних причин возникновения, различных факторов его развития является важным и необходимым этапом в теоретико-эмпирическом исследовании. Анализ этих аспектов приведен в следующем параграфе.

1.2. Психологические детерминанты одиночества в подростковом возрасте

По признанию многих исследователей, переживание одиночества является одной из основных особенностей подросткового возрастного периода. В подтверждение этому мнению И.С. Кона о том, что подросток неизбежно сталкивается с состоянием одиночества, «разговором с собой», которое, в свою очередь, помогает ему в обособлении, индивидуализации, развитии его личности [16].

Рассматривая психологические детерминанты одиночества в подростковом возрасте, необходимо разобраться в тех особенностях психической жизни человека, которые приводят к состоянию одиночества, рассмотреть проблемы, возникающие перед подростками, переживающими состояние одиночества. При этом нужно остановиться на тех серьёзных изменениях, которые происходят в подростковом возрасте [9].

Анализируя возрастные особенности проявления одиночества человека, Г.М. Тихонов отмечает, что одиночество в подростковом возрасте – широко распространенное и интенсивно протекающее явление. Подростки в целом проявляют более высокую уязвимость по отношению к одиночеству, чем зрелые или пожилые люди [44].

Изучая подростковое одиночество, В.А. Герт отмечает: «Находясь в ситуации экзистенциального надлома, у подростков теряются традиционные ориентиры и собственная идентификация. В результате повышается психологическая ранимость, а давление социального окружения становится особенно ощутимо» [4, с. 27].

Одиночество в подростковом возрасте во многом определяется объективными условиями: стремлением жить отдельно от родителей (быть независимыми от них); изменениями социальных (в том числе и межличностных) отношений, в связи с возникновением острой потребности в общении со сверстниками, так как ведущей деятельностью этого возраста

является интимно-личностное общение; переживаниями, связанными с поиском смысла своего существования; вступлением в новые условия, связанные с учебной или профессиональной деятельностью, и т. п.

Г.М. Тихоновым была разработана классификация факторов, которые способствуют возникновению в подростковом возрасте такого многогранного и вариабельного феномена как одиночество:

1) обусловленные расставанием с родителями, физическим и психическим становлением, когнитивным развитием, стремлением к самостоятельности, стремлением к значимости, реорганизацией собственного «Я»;

2) связанные с личностными особенностями (низкая самооценка, чувство бессилия, апатия и бесцельность, робость, застенчивость, эгоцентризм, скудные социальные навыки);

3) связанные с социальными структурами и культурными процессами (неодинаковые и маргинальные роли, чрезмерное отвержение и роль неудачника, чрезмерные ожидания и нереалистические нормы, социальные сравнения внутри молодежной субкультуры, борьба за независимость, изменение семейной структуры, неполноценные отношения между родителями и детьми, ограниченные или заблокированные возможности осмысленной занятости) [45].

Выделенные Г.М. Тихоновым факторы могут спровоцировать появление одиночества в том случае, когда они попадают в соответствующие условия: дисгармоничное развитие личности подростка, ограниченный круг контактов вплоть до изоляции, неудачное профессиональное самоопределение, отсутствие коммуникативных умений.

Немаловажное значение имеет собственное отношение подростка к одиночеству. Несомненно, одиночество может нарушать внутреннюю целостность личности, результатом чего являются дисгармония внутреннего мира личности подростка. Но, с другой стороны, при осознании и положительном восприятии одиночества и нахождении его мотивов оно

становится условием самоанализа и самопознания личности [10]. Одиночество актуализирует внутренний диалог, интегрирует знания о себе в целостный образ Я и отношение к себе, способствует объединению свободы и ответственности в процессе саморегуляции личности [43].

Многие теоретики и практики в области личности (К.Г. Юнг, Э. Фромм, Дж. Бьюджентал, С. Мадди, Ф. Перлз и др.) отмечали, что развитие личности связано с признанием и принятием человеком фундаментального факта собственного одиночества, отделенности от других людей. Лишь осознание себя как отдельного индивида открывает перед личностью возможность выбора собственного пути, на котором происходят по-настоящему глубокие встречи с другими людьми, установление отношений с ними. Однако это осознание может быть болезненным в связи с недостатком в познавательном и/или личностном развитии, и нередко избегание встречи с собственным одиночеством становится для человека избеганием встречи с самим собой [35].

Ко всему прочему, Р.В. Шмелев указывает на то, что состояние одиночества опасно тем, что с течением времени может перерасти из вынужденного в привычное и болезненное состояние, в котором страх одиночества дополняется или заменяется страхом межличностных контактов, социальной фобией. Симптоматика этой болезни выражается в устойчивом страхе перед различными общественными ситуациями и действиями, например, такими как знакомство с новыми людьми, публичные выступления или участие в собраниях и т.п. Социальная фобия способна серьезно расстроить учебу, профессиональные перспективы, семейную жизнь и эмоциональную сферу индивида [61].

Исходя из исследований болгарского психолога Л. Симеонова, были выявлено, что для людей, жалующихся на свое одиночество, свойственны:

- «ненасытная потребность человека в самоутверждении;
- однообразие в поведении. Человек не в состоянии выйти из некой выбранной им роли и потому не может позволить себе раскованность,

раскрепощенность, естественность в контактах с другими людьми;

— сосредоточенность на своих ощущениях. Такие люди мнительны, полны мрачных предчувствий, пленены паническим страхом за свое здоровье;

— нестандартность поведения, когда мировосприятие и поступки не соответствуют установленным в данной группе правилам и нормам;

— недооценка себя как личности, и отсюда боязнь быть неинтересным другим. Обычно такое поведение характерно для людей застенчивых, с заниженной самооценкой, стремящихся всегда держаться в тени;

— конфликтность, повышенная агрессивность» [48, с. 136].

Таким образом, одиночество в подростковом возрасте – часто встречаемое явление. Формированию подросткового одиночества способствуют разнообразные факторы, условия, причины, связанные с происходящими внешними и внутренними изменениями подростков на протяжении всего возрастного периода. Переживание одиночества приводит к изменениям во всех сферах личности подростка, а характер этих изменений определяется уже отношением самого подростка к этому состоянию.

1.3. Особенности образа взрослости в подростковом возрасте

Анализ имеющихся исследований образа взрослости в подростковом возрасте показывает, что данный феномен является весьма сложным и малоизученным в рамках психологии. В большинстве случаев данный феномен исследуется в контексте различных психологических явлений и особенностей.

Рассматривая специфику образа взрослости в подростковом возрасте, авторы современных работ (С.В. Чернобровкина, Е.К. Суворова, Зорина В.И.) опираются на наработки О.В. Курышевой. Результаты ее диссертационного исследования представляют для нас особый интерес. В ее работе приведено подробное теоретическо-эмпирическое обоснование

данного конструкта.

Рассматривая образ взрослости, О.В. Курышева приводит примеры из известных работ Д.Б. Эльконина [62], который разграничивал взрослость, чувство взрослости и тенденцию к взрослости. Она, в свою очередь, утверждает, что все эти понятия являются как раз таки составляющими единого целостного образа взрослости.

Само понятие «образ взрослости» О.В. Курышева определяет как «особое новообразование самосознания подростка, рассматриваемое как целостный аффективно-когнитивный комплекс, включающий представления ребенка о собственной взрослости и динамическую (эмоциональную) составляющую, с помощью которой происходит реализация представлений в действиях» [24, с. 26].

Реализовать имеющиеся представления о взрослости возможно в различных действиях, ситуациях. Так, О.В. Курышевой были выделены десять типов ситуаций проявления взрослости:

- 1) «соблюдение общепринятых норм», характеризующийся совершением хороших поступков, отвечающих морально-нравственным нормам;
- 2) «общение со взрослыми», определяющий взаимодействие со взрослыми людьми на взрослые темы;
- 3) «самостоятельное действие», основанный на совершении самостоятельных действий и поступков, на самостоятельном выборе и принятии способов решения различных вопросов;
- 4) «школьная жизнь», определяющий проявление взрослости в различных школьных ситуациях, например, при сдаче экзамена или при выступлении на школьном концерте;
- 5) «оценивание взрослости», характеризующийся проявлением взрослости в таких ситуациях, когда могут похвалить, выделить среди других, оценить на высшем уровне;
- 6) «общение с младшими детьми», основанный на взаимодействии с

детьми младшего возраста, например, при оказании помощи детям или при обучении их чему-то;

7) «подражание», характеризующийся перениманием взрослого поведения и его реализацией в жизнь;

8) «общение со сверстниками», основанный на взаимодействии со своими ровесниками, например, проявление взрослости у подростка при обсуждении с приятелем своих дел;

9) «домашние ситуации», характеризующийся проявлением взрослости в системе семейных отношений, например, при оказании помощи родителям в ремонте дома;

10) «другие различные ситуации», которые возникают в разных сферах жизни человека, например, проявление взрослости при походе в театр [24].

На основе выделенных типов ситуаций проявления взрослости была составлена теоретическая матрица образа взрослости, содержащая в себе типы образа взрослости. Они имеют две характеристики: план действий (реальный и виртуальный), который отражает степень реальности проявления взрослых действий, а также внешнюю либо внутреннюю сторону взрослости, и признак взрослости (формальный и содержательный), определяющий степень осознанности и наполненности комплекса представлений о взрослости. Выделенные характеристики являются существенными и отражают основные изменения позиционного видения ребенком собственной взрослости. В соответствии с этим, О.В. Курышевой выделяются следующие типы образа взрослости:

1) «виртуальный план действий – формальная взрослость», содержащий героические действия, не разделенные по форме и содержанию;

2) «реальный план действий – формальная взрослость», включающий представления «взрослого» поведения и противопоставляющий «детское», раннее от «взрослого», «недетского» поведения;

3) «реальный план действий – содержательная взрослость», характеризующийся взрослостью, наделенной личностным смыслом;

4) «виртуальный план действий – содержательная взрослость», содержание взрослости в данном случае обобщено, указаний на эмоцию и реальные действия нет [23].

На основе обозначенных типов образа взрослости имеется возможность определить и оценить сформированность и развитие у подростков комплекса представлений о взрослости и способы их реализации. Данное изучение позволит выстроить ориентиры дальнейшей работы с подростками для предупреждения сложностей и трудностей в развитии взрослости в целом, что является важной практической значимостью.

Проанализировав различные источники, других классификаций образа взрослости нам не встретилось. Поэтому, в нашей работе мы будем опираться на разработанную классификацию типов образа взрослости О.В. Курышевой.

Ко всему прочему, на возникновение, развитие и формирование образа взрослости влияют различные внутренние и внешние факторы. К внутренним факторам можно отнести: личностные качества, свойства, черты характера, совокупность представлений о нравственно-этических нормах и правилах и т.д., тогда как к внешним относят: бытовые условия, особенности семейной ситуации, специфику окружения сверстников и другие.

Как упоминалось ранее, тема образа взрослости является малоизученной. Одним из основных препятствий этому является отсутствие разнообразия методических средств, позволяющих определить особенности возникновения, развития и формирования образа взрослости в подростковом возрасте. Поэтому, исследователи данной темы чаще всего используют методики О.В. Курышевой.

Для эмпирического изучения особенностей образа взрослости в подростковом возрасте О.В. Курышевой под руководством К.Н. Поливановой были разработаны два психодиагностических средства: опросник «Мой образ взрослости», определяющий тип ситуаций проявления взрослости, и сочинение на тему: «Когда в каких ситуациях я ощущаю себя

взрослым» для изучения типа образа взрослости [24].

В свою очередь, В.И. Зорина для изучения идеального образа взрослого в подростковом возрасте предлагает использовать метод семантических пространств, с помощью которого возможно добиться высокой информативности [12].

Стоит отметить, что С.В. Чернобровкина и Е.К. Суворова в своей работе при исследовании взрослости самостоятельно разработали авторскую анкету, направленную на выявление характеристик образа взрослости и самооценки собственной взрослости у подростков. В качестве примера приведем какие характеристики были выделены: ответственность, самостоятельность, наличие собственного мнения, независимость, уважение и признание со стороны окружающих, умение зарабатывать и т.д. Разработанная анкета весьма информативна, с ее помощью исследователям удалось получить весьма достоверные и грамотные с психологической точки зрения результаты [55].

Изучив достаточное количество литературы по данной теме, мы предполагаем, что образ взрослости формируется на основе сформированного образа «идеального взрослого». Образ «идеального взрослого» начинает складываться задолго до подросткового возраста (примерно с дошкольного возраста). Так, проведенное исследование В.И. Зориной показало, что сформированный образ «идеального взрослого» служит ориентиром направления развития подростка. Она считает, что эту направленность можно обозначить как предпосылку к проявлению волевых усилий для достижения намеченных целей, реализации своих желаний [12]. Поэтому, это еще раз подтверждает, что содержание образа взрослого, а в последующем образа взрослости имеет огромное значение для совершенствования и развития подростка.

По нашему мнению, образ взрослости играет огромную роль в постановки и достижении целей, развитии личностных качеств и свойств, степени активности и инициативности в плане социального взаимодействия,

в плане достижения успехов в различных сферах. Поэтому, изучение специфики содержания образа взрослости является необходимым для предотвращения возможных трудностей, которые могут возникнуть на пути развития в подростковом возрасте в связи с неадекватно сформированным содержанием образа взрослости.

Изучив разработанность в психологии проблемы переживания одиночества подростками с разным образом взрослости, можно сделать следующие выводы:

1. Феномен одиночества отличается сложностью и неоднозначностью в плане научного определения и осмысления.

2. Одиночество – одна из характерных особенностей подросткового возраста. С каждым годом количество подростков, переживающих одиночество, увеличивается. При этом, в большинстве случаев они чувствуют себя непонятными, никому не нужными, их переживания усиливаются.

3. Переживание одиночества приводит к изменениям во всех сферах личности подростка, но следует помнить, что одиночество носит двухсторонний характер (позитивный и негативный), и в связи с этим, характер изменений будет зависеть от самого отношения подростка к состоянию одиночества.

4. Образ взрослости понимается как система представлений ребенка о собственной взрослости, реализация этих представлений происходит в реальных действиях.

5. От специфики сформированного содержания образа взрослости в подростковом возрасте будет зависеть активность и инициативность подростка, характер и сила его стремлений, желаний, а также устойчивость волевых усилий.

ГЛАВА 2. Эмпирическое исследование переживания одиночества подростками с разным образом взрослости

2.1. Организация и методы исследования

Теоретические положения, изложенные в первой главе, мы использовали при организации исследования переживания одиночества подростками с разным образом взрослости.

В данном параграфе представлено описание логики исследования, выборки испытуемых, обоснование методов исследования, способов обработки эмпирического материала.

Исследование проводилось на базе МБОУ «Гимназия № 3» г. Белгорода. В диагностическом исследовании приняли участие 125 учащихся восьмых классов, составляющих параллель обучения в средней школе. Возраст испытуемых от 13 до 14 лет.

Задачи исследования:

1. Исследовать уровни и типы переживания одиночества в подростковом возрасте.
2. Определить типы образа взрослости и типы ситуаций проявления взрослости подростками.
3. Изучить показатели переживания одиночества и образа взрослости подростков в гендерном аспекте.
4. Изучить особенности переживания одиночества подростками с разным образом взрослости.
5. Исследовать характер связей между показателями переживания одиночества и показателями образа взрослости у подростков.
6. Разработать программу для психологов образования по формированию образа взрослости у подростков.

В ходе эмпирического исследования были использованы следующие психодиагностические **методики**: 1) «Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества» (Д. Рассел и М. Фергюсон);

2) «Дифференциальный опросник переживания одиночества» (Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев) для изучения одиночества как многомерного феномена, опросник включает в себя 8 субшкал («изоляция», «самоощущение», «отчуждение», «дисфория», «одиночество как проблема», «потребность в компании», «радость уединения», «ресурс уединения») и 3 шкалы («общее одиночество», «зависимость от общения», «позитивное одиночество»); 3) опросник «Мой образ взрослости» (О.В. Курышева) для определения типа ситуаций проявления взрослости (выделяется 10 типов ситуаций: соблюдение общепринятых норм, общение со взрослыми, самостоятельное действие, школьная жизнь, оценивание взрослости, общение с младшими детьми, подражание, общение со сверстниками, домашние ситуации, другое); 4) сочинение на тему: «Когда, в каких ситуациях я ощущаю себя взрослым» (О.В. Курышева) для определения типа образа взрослости (выделяется 4 типа образа взрослости: «виртуальный план действий – формальная взрослость», «реальный план действий – формальная взрослость», «реальный план действий – содержательная взрослость», «виртуальный план действий – содержательная взрослость»).

С целью выявления различий по показателям переживания одиночества и образа взрослости в гендерном аспекте нами был применен непараметрический статистический метод для двух независимых выборок – U-критерий Манна-Уитни. Для выявления различий в особенностях переживания подростками, имеющими разный образ взрослости, нами был применен непараметрический статистический критерий для нескольких независимых выборок – H-критерий Крускала-Уоллиса. Для того, чтобы изучить наличие и характер связи между показателями переживания одиночества и показателями образа взрослости у подростков нами был использован непараметрический статистический критерий для нескольких независимых выборок – г-критерий Спирмена на основе пакета статистических программ «SPSS-22» [30].

2.2. Анализ и интерпретация результатов изучения переживания одиночества подростками с разным образом взрослости

На начальном этапе нашего исследования мы изучили уровень переживания одиночества подростков. На рис. 2.2.1 представлены обобщенные результаты полученных данных.

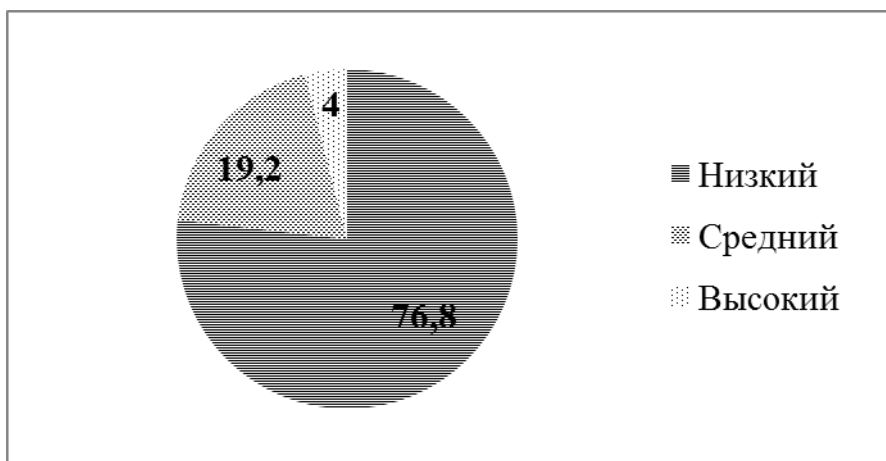


Рис. 2.2.1. Распределение подростков по уровням переживания одиночества (в %)

Из представленного рис. 2.2.1 видно, что подавляющее большинство подростков (76,8%) имеют низкий уровень переживания одиночества. Это вовсе не означает, что они никогда не испытывают чувство одиночества, скорее оно носит ситуативный характер или сознательно не принимается подростками вследствие нежелания открываться другим людям, показывая свои чувства, или не осознается ими благодаря защитным механизмам. Так или иначе, состояние одиночества свойственно в период подросткового возраста и играет значимую роль в становлении личности.

Стоит также отметить, что наши результаты согласуются с результатами проведенного исследования Т.Ц. Тудуповой и И.С. Худяковой [48]: наблюдается тенденция преобладания низкого уровня переживания одиночества среди подростков. Причем повторяющаяся тенденция не позволяет нам говорить о том, что такое состояние как одиночество не является особенностью подросткового возрастного периода.

Часть подростков (19,2%) имеет средний уровень субъективного ощущения одиночества. Этот уровень одиночества может быть свойственен подросткам, в жизни которых время от времени наступают такие периоды, когда состояние одиночества не избежать. При этом характер влияния переживания одиночества на личность будет зависеть от самого отношения к одиночеству и специфики принятия подростком этого состояния, то ли это будет негативный характер, постепенно разрушающий личность, то ли оно будет носить позитивный потенциал для самопознания, саморазвития и самосовершенствования.

Наименьшее количество испытуемых нашей выборке (4%) переживают одиночество на высоком уровне. Вероятно, это связано с имеющимся негативным отношением у большинства подростков к этому состоянию, что приводит ко всяческому его непринятию и избеганию. Многие подростки не понимают значимости этого состояния для становления личности, а ведь только в ситуациях уединения, в ситуациях «разговора с собой» можно проделать качественный анализ себя, своей жизни, наметить планы на будущее, развить в себе желаемые качества, то есть в целом продуктивно использовать это состояние.

Таким образом, анализ полученных результатов по изучению уровня переживания одиночества подростками показал необходимость проведения психологической работы, а именно просвещенческих занятий, направленных на ознакомление подростков по теме подросткового одиночества для того, чтобы сформировать конструктивное отношение к данному состоянию.

Для решения одной из поставленных задач исследования было изучено распределение подростков по уровням переживания одиночества в гендерном аспекте (рис. 2.2.2).

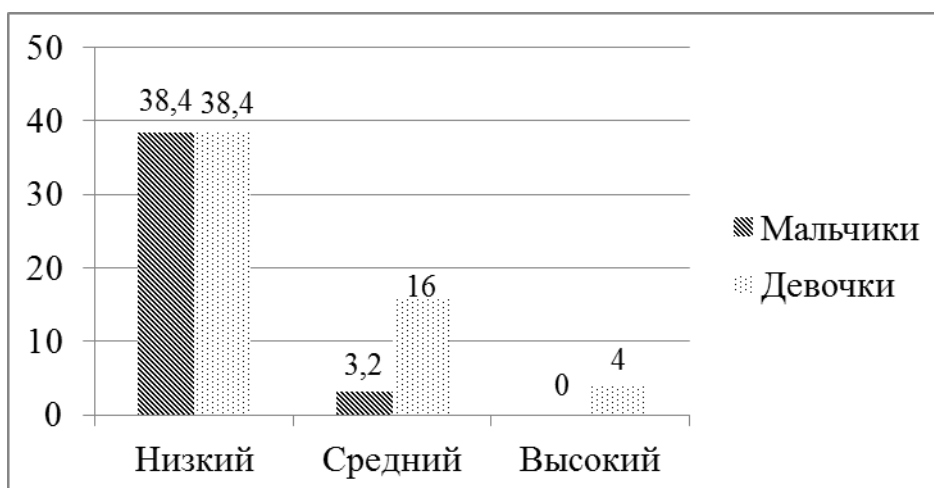


Рис. 2.2.2. Распределение подростков (мальчиков и девочек) в зависимости от уровня переживания одиночества (в %)

С целью выявления различий по показателям уровней переживания одиночества в гендерном аспекте нами был применен непараметрический статистический метод для независимых выборок – U-критерий Манна-Уитни. В результате по изучению уровня переживания одиночества в гендерном аспекте были обнаружены статистически значимые различия на высоком уровне значимости ($U_{\text{эмп}}=1212$ $p \leq 0,01$). Это говорит нам о том, что девочки в отличие от мальчиков более склонны к переживанию одиночества. Скорее всего, это может обуславливаться тем, что у девочек более развита чувствительность к происходящим внешним и внутренним событиям, обстоятельствам. Они в наибольшей мере подвержены испытывать различные чувства и состояния. Одним из таких состояний является одиночество, которое предусматривает ситуации уединения, «разговора с собой». Девочки в большей мере предпочитают размышлять, обдумывать происходящие события в их жизни, а также строить планы на будущее. Этому всем можно добиться именно в ситуациях уединения. Важно лишь то, чтобы переживаемое девочками одиночество носила позитивный характер, принося пользу, способствуя личностному развитию.

Далее рассмотрим результаты исследования типов одиночества (рис. 2.2.3), которые отражают представления подростков об одиночестве,

специфику отношения к нему.

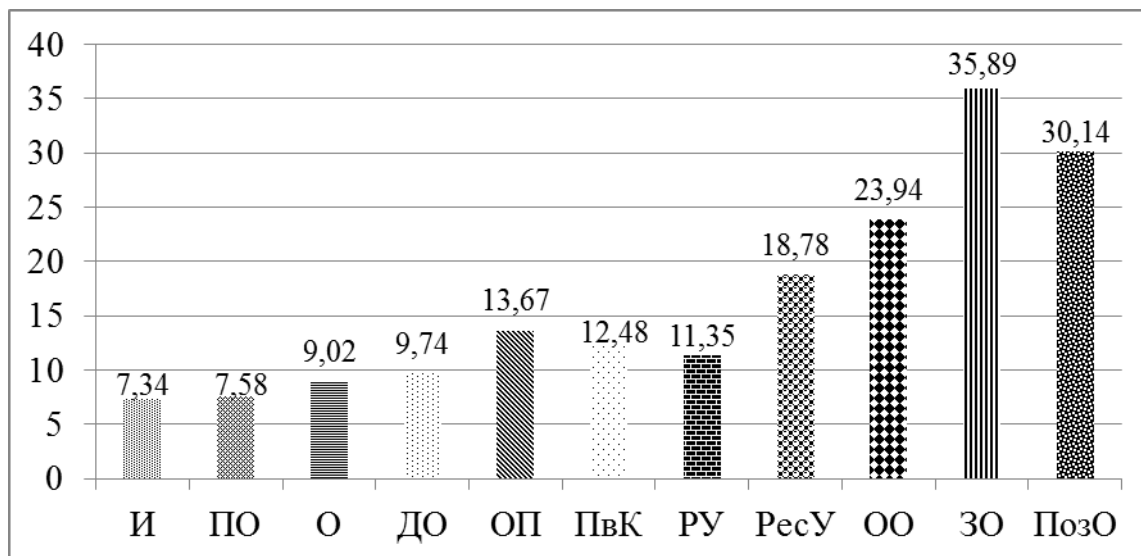


Рис. 2.2.3. Выраженность типов переживания одиночества подростков (в ср.б.)

Усл. обозначения: И – изоляция, ПО – переживание одиночества, О – отчуждение, ДО – дисфория одиночества, ОП – одиночество как проблема, ПвК – потребность в компании, РУ – радость уединения, РесУ – ресурс уединения, ОО – общее одиночество, ЗО – зависимость от общения, ПозО – позитивное одиночество.

Представленный рис. 2.2.3 показывает выраженность показателей типов переживания одиночества подростков. В данном случае целесообразнее выделить доминирующие и наименее выраженные типы переживания одиночества подростков по субшкалам и шкалам.

Так, доминирующим типом переживания одиночества по субшкалам является тип «ресурс уединения», отражающий позитивные аспекты одиночества. Тем самым, для большинства подростков одиночество выступает потенциалом для развития их личности. Ситуации уединения позволяют проводить качественный анализ, осмысление себя в целом, своих качеств, свойств, особенностей, интересов и способностей в частности. Тот факт, что доминирующим типом переживания одиночества оказался тип «ресурс уединения» может объясняться одной из особенностей подросткового возрастного периода – повышенным интересом к себе. В этом возрасте они пытаются изучить себя с различных сторон, чтобы разобраться в себе, научиться понимать себя и других людей, построить планы на будущее и т.д. Поэтому, переживание

одинокости в позитивном аспекте является уникальной возможностью познать себя и развивать себя в личностном плане.

Наименее выраженным типом одиночества по субшкалам является тип «изоляция», предполагающий отсутствие в жизни человека людей, с которыми возможен близкий контакт. Многим подросткам это не свойственно в связи со спецификой ведущей деятельности подросткового возраста – интимно-личностное общение со сверстниками, и формирующимися на ее основе потребностями в близком общении и установлении постоянных контактов. Это подтверждается тем, что доминирующим типом по интегральным шкалам является «зависимость от общения», определяющим неприятие одиночества и неспособность оставаться одному.

Что касается типа одиночества, имеющего самый низкий показатель по интегральным шкалам, то это место занимает тип «общее одиночество», свидетельствующий о том, что большинство респондентов не испытывают болезненного переживания одиночества, связанного с нехваткой близости или общения, и не считают себя одинокими людьми. Это можно детерминировать выявленной ранее особенностью, связанной с тем, что большинству подростков свойственно переживание одиночества на низком уровне.

Тем самым, большинство подростков рассматривают одиночество как ресурс для развития, но в связи с особенностями ведущей деятельности подросткового возрастного периода, ее реализацией и формирующимися на ее основе потребностями, такой тип одиночества как «зависимость от общения» будет являться основополагающим.

Для решения одной из поставленных задач исследования была изучена выраженность типов переживания одиночества подростков в гендерном аспекте (рис. 2.2.4).

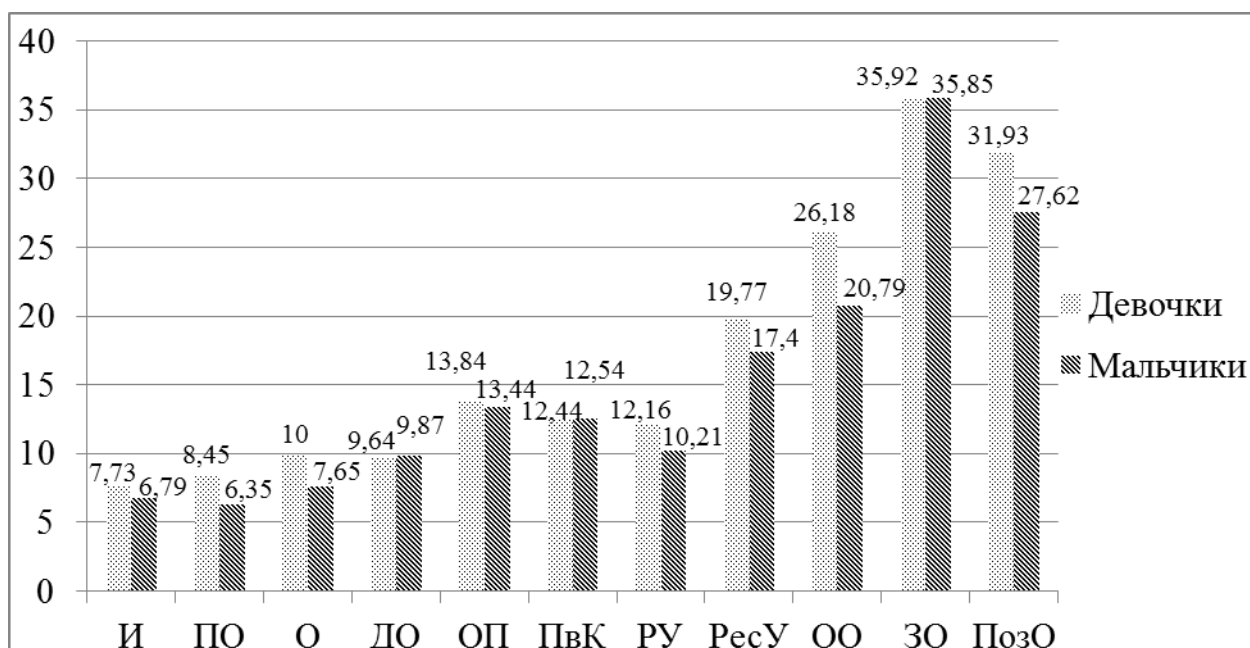


Рис. 2.2.4. Выраженность типов переживания одиночества подростков в гендерном аспекте (в ср.б.)

Усл. обозначения: И – изоляция, ПО – переживание одиночества, О – отчуждение, ДО – дисфория одиночества, ОП – одиночество как проблема, ПвК – потребность в компании, РУ – радость уединения, РесУ – ресурс уединения, ОО – общее одиночество, ЗО – зависимость от общения, ПозО – позитивное одиночество.

С целью выявления различий по показателям типов переживания одиночества подростков в гендерном аспекте нами был применен непараметрический статистический метод для независимых выборок – U-критерий Манна-Уитни. В результате по изучаемым показателям типов переживания одиночества в гендерном аспекте были обнаружены статистически значимые различия на высоком уровне значимости ($p \leq 0,01$): «изоляция» ($U_{\text{эмп}}=1430,5$), «переживание одиночества» ($U_{\text{эмп}}=1127$), «отчуждение» ($U_{\text{эмп}}=1179$), «радость уединения» ($U_{\text{эмп}}=1150$), «ресурс уединения» ($U_{\text{эмп}}=1174$), «общее одиночество» ($U_{\text{эмп}}=1160,5$), «позитивное одиночество» ($U_{\text{эмп}}=1113$).

Интересно отметить, что у девочек все эти показатели переживания одиночества выражены в наибольшей степени, чем у мальчиков. Тем самым, девочки в отличие от мальчиков в наибольшей мере подвержены изоляции от общества, отчуждению, переживанию одиночества и использованию этого состояния в позитивном направлении. Выявленная весьма противоречивая особенность может свидетельствовать о наличии у

девочек в отличие от мальчиков расширенных представлений об одиночестве, то есть девочки, вероятнее всего, знают и понимают двойственность состояния одиночества, что это состояние может рассматриваться как в негативном ключе, так и в позитивном.

К тому же, отсутствие различий по таким типам как «дисфория одиночества», «одиночество как проблема», «потребность в компании», «зависимость от общения», определяющих одиночество с точки зрения негативных чувств, неприятия и отношение к этому состоянию как к проблемному, связанное с нереализованной потребностью в компании и общении, говорит о том, что как для девочек, так и для мальчиков выраженность данных показателей представлена в почти одинаковой степени. Отсутствие различий между мальчиками и девочками в данном случае может обуславливаться возрастными потребностями, характерными как для девочек, так и для мальчиков, и связанными со стремлением к взаимодействию со сверстниками и взрослыми, с желанием общаться, быть принятым в кругу сверстников.

Одним из этапов нашего исследования являлось изучение типов образа взрослости. Распределение подростков по типам образа взрослости представлено на рис. 2.2.5.

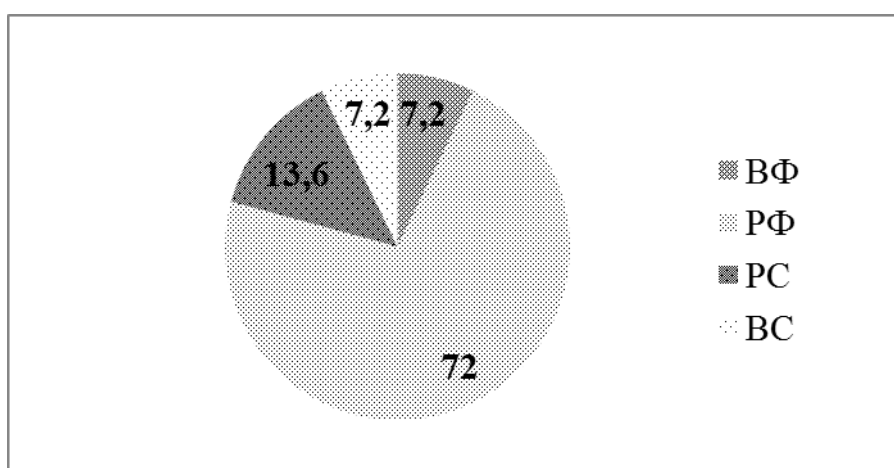


Рис. 2.2.5. Распределение подростков по типам образа взрослости (в %)

Усл. обозначения: ВФ – виртуальный план действий-формальная взрослость, РФ – реальный план действий-формальная взрослость, РС – реальный план действий-содержательная взрослость, ВС – виртуальный план действий-содержательная взрослость.

Анализ распределения подростков по типам образа взрослости показал, что наиболее выраженным типом образа взрослости среди подростков является тип «реальный план действий-формальная взрослость». Это может объясняться тем, что у подростков сформированы некие формальные стереотипы о взрослости, которые они пытаются реализовывать в реальной жизни в виде конкретных так называемых «взрослых» поступков. Но в большинстве случаев эти поступки носят ситуативный характер и совершаются для того, чтобы проявить, показать себя, получить одобрение со стороны окружающих. Поэтому, на основе этого взрослость и носит формальную основу и проявляется в конкретных действиях с малым осознанием их смысловой содержательности.

Остальные типы образа взрослости выражены в наименьшей мере. Типы «виртуальный план действий-формальная взрослость» и «виртуальный план действий-содержательная взрослость» имеют одинаковый показатель выраженности и являются наименее характерными для подростков. Что касается типа «виртуальный план действий-формальная взрослость», то для подростков 13-14 лет этот тип образа взрослости уже не свойственен, так как вымышленные ситуации, предполагающие испытание эмоций и чувств не позволяют в полной мере утвердить свою взрослость. В свою очередь не выраженность типа «виртуальный план действий-содержательная взрослость» говорит о том, что качественный комплекс представлений о взрослости в сознании подростков еще не сформирован.

Результаты нашего исследования имеют рассогласованность с результатами исследования, проведенного О.В. Курышевой в 2000 году [24]. Поэтому, мы можем говорить о том, что с течением времени у подростков меняются представления о взрослости и пути ее утверждения. Если в 2000 году для большинства подростков 13-14 лет был свойственен тип образа взрослости «реальный план действий-содержательная взрослость», характеризующийся содержательным признаком собственной взрослости, в основе которого лежит не только реальное изменение наличной ситуации, но

и изменение самого подростка, его личностных качеств и способностей, тогда как в настоящее время подросткам этого же возраста больше присущ тип «реальный план действий-формальная взрослость», определяющий опробование взрослости в различных ситуациях, а также противопоставление «взрослого», «недетского» поведения от «детского». По-другому, можно сказать, что представления о взрослости при этом типе усвоены, но не сформированы оптимальные способы проявления этих представлений, а также, что является одним из главных, нет внутреннего осознания собственной взрослости.

Тем самым, современные подростки уже по-другому воспринимают собственную взрослость и вкладывают в нее иной смысл по сравнению с подростками прошлых лет. В настоящее время на первый план выходит получение одобрения со стороны окружающих при реализации взрослости, тогда как несколько лет назад более значимым являлось то, какова польза для личности от закладываемых представлений и способов проявления взрослости.

Для решения одной из поставленных задач исследования была изучена выраженность показателей типов образа взрослости подростков в гендерном аспекте (рис. 2.2.6).

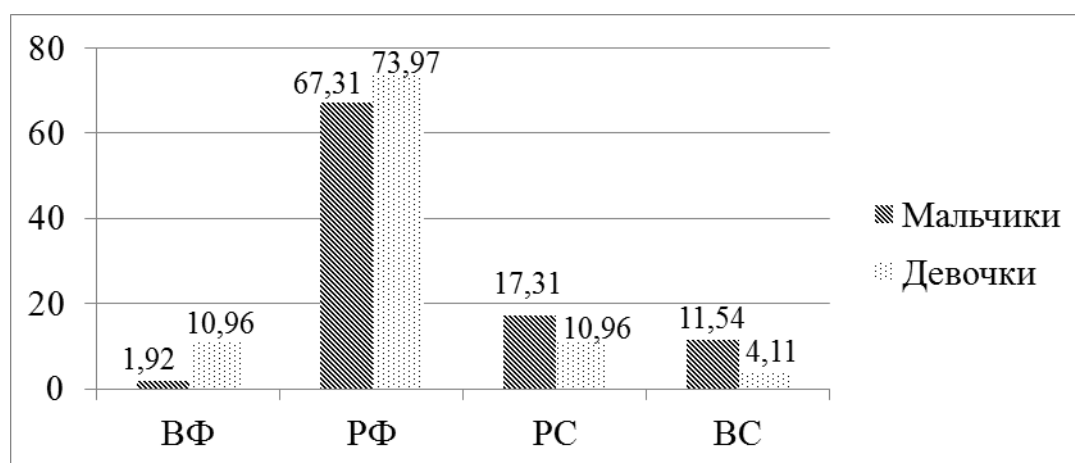


Рис. 2.2.6. Выраженность типов образа взрослости подростков в гендерном аспекте (в %)

Усл. обозначения: ВФ – виртуальный план действий-формальная взрослость, РФ – реальный план действий-формальная взрослость, РС – реальный план действий-содержательная взрослость, ВС – виртуальный план действий-содержательная взрослость.

С целью выявления различий по типам образа взрослости подростков в гендерном аспекте нами был применен непараметрический статистический метод для независимых выборок – U-критерий Манна-Уитни. В результате по изучаемым показателям типов образа взрослости в гендерном аспекте были обнаружены статистически значимые различия на высоком уровне значимости ($U_{эмп}=1509$ $p \leq 0,01$).

Тем самым, девочки в отличие от мальчиков имеют наибольшую выраженность таких показателей типов образа взрослости как «виртуальный план действий-формальная взрослость» и «реальный план действий-формальная взрослость». Это говорит о том, что девочкам присуща формальная взрослость, выражающаяся в отсутствии полноценного содержательного комплекса представлений о взрослости, а самое главное, в недостаточном уровне осознанности собственной взрослости.

Мальчики в отличие от девочек имеют наибольшую выраженность таких показателей типов образа взрослости как «реальный план действий-содержательная взрослость» и «виртуальный план действий-содержательность взрослость». Данная особенность свидетельствует о том, что мальчики имеют более содержательный образ взрослости, то есть их представления о взрослости расширены и носят осознаваемый характер.

Таким образом, можно сделать вывод, что и девочки, и мальчики реализовывают свои представления о взрослости как во внешней, так и во внутренней стороне жизни, но девочкам в большей мере присуща формальная взрослость, а мальчикам – содержательная взрослость.

Затем перейдем к результатам изучения типов ситуаций проявления взрослости подростками (рис. 2.2.7).

Из представленного рис. 2.2.7 видно, что наиболее выраженным типом ситуаций проявления взрослости является тип «самостоятельное действие». Стремление подростков выразить имеющиеся у них представления о взрослости в самостоятельных действиях может быть связано с их пониманием того, что самостоятельность является одной из основных

составляющих взрослого человека.

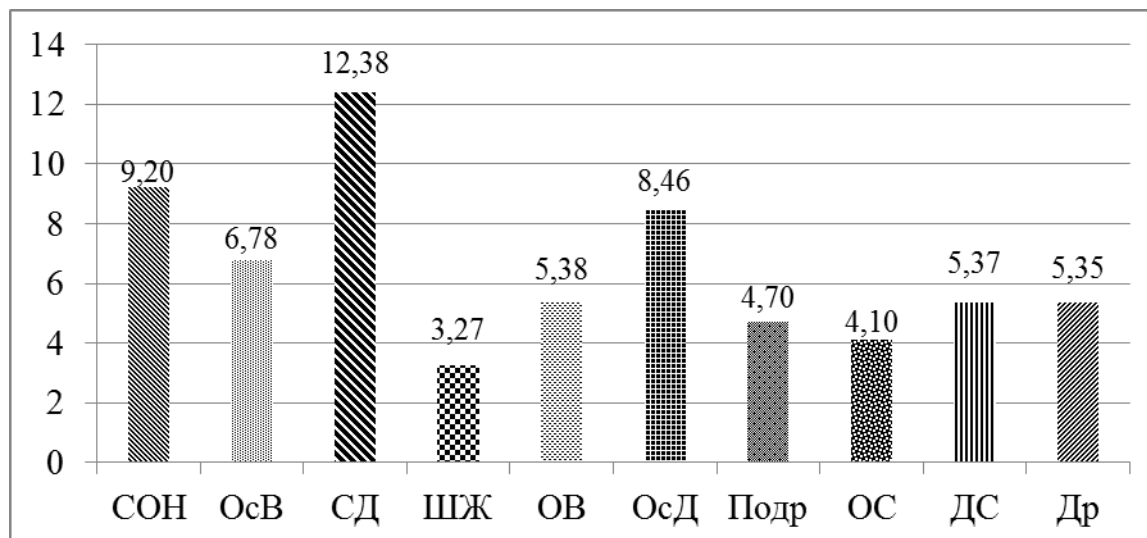


Рис. 2.2.7. Выраженность типов ситуаций проявления взрослости подростками (в ср.б.)

Усл. обозначения: СОН – соблюдение общепринятых норм, ОсВ – общение со взрослыми, СД – самостоятельное действие, ШЖ – школьная жизнь, ОВ – оценивание взрослости, ОсД – общение с младшими детьми, Подр – подражание, ОС – общение со сверстниками, ДС – домашние ситуации, Др – другое.

Наименее выраженным типом ситуаций проявления взрослости является тип «школьная жизнь». Это может обуславливаться тем, что проявлять взрослость в рамках школьной жизни является весьма затруднительным в связи с особенностями школьной системы, где в большинстве случаев подростки являются объектами учебной деятельности или по-другому пассивными ее участниками.

Также нами было проведено сравнение результатов исследования О.В. Курышевой [24] и получившихся результатов в нашем исследовании. Тем самым, подростки семнадцать лет назад были склонны утвердить свою взрослость в домашних ситуациях, позволяющих выполнять новые домашние обязанности, копировать манеры поведения взрослых, проявлять новые умения, качества. При этом, отношения с родителями были особенно значимыми и эмоционально напряженными.

Нынешние подростки стремятся выразить представления о взрослости в самостоятельных действиях, которые предполагают проявление свободы, независимости, ответственности.

Выявленные отличия могут быть связаны с множеством факторов, таких как степень проявления внимания со стороны взрослых, их заинтересованность в жизни подростков, специфика закладываемых представлений о жизни и т.д.

Для решения одной из поставленных задач исследования была изучена выраженность типов ситуаций проявления взрослости подростками в гендерном аспекте (рис. 2.2.8).

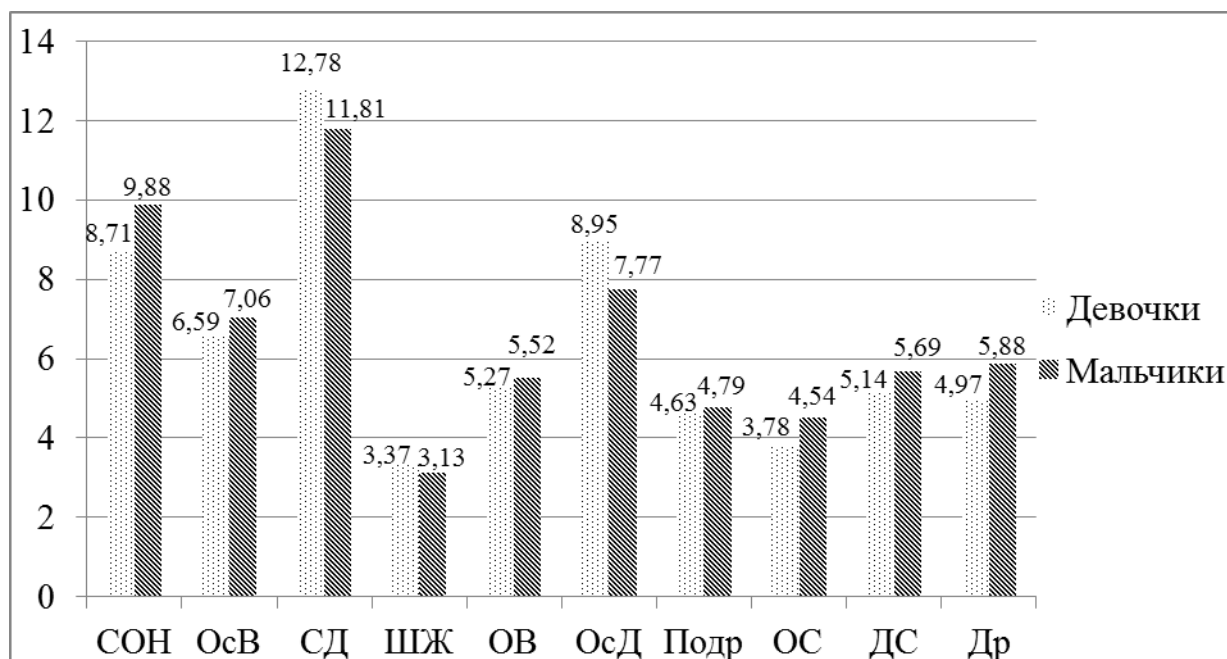


Рис. 2.2.8. Выраженность типов ситуаций проявления взрослости подростками в гендерном аспекте (в ср.б.)

Усл. обозначения: СОН – соблюдение общепринятых норм, ОсВ – общение со взрослыми, СД – самостоятельное действие, ШЖ – школьная жизнь, ОВ – оценивание взрослости, ОсД – общение с младшими детьми, Подр – подражание, ОС – общение со сверстниками, ДС – домашние ситуации, Др – другое.

С целью выявления различий по показателям типов ситуаций проявления взрослости подростками в гендерном аспекте нами был применен непараметрический статистический метод – U-критерий Манна-Уитни. В результате статистически значимых различий по изучаемым показателям типов ситуаций проявления взрослости не было обнаружено. Это говорит нам о том, что мальчики и девочки по выраженности данных показателей не различаются. Возможно, это свидетельствует о том, что девочки и мальчики, воспитывающиеся в почти одинаковых условиях, имеют идентичные

возможности проявления взрослости.

Для проверки выдвинутой нами гипотезы был проведен статистический анализ показателей переживания одиночества подростками с разным типом образа взрослости (таблица 2.2.1).

Таблица 2.2.1.

Результаты статистического анализа показателей переживания одиночества подростками с разным типом образа взрослости

Показатели переживания одиночества	Типы образа взрослости				N _{эмп}
	Виртуальный план действий-формальная взрослость	Реальный план действий-формальная взрослость	Реальный план действий-содержательная взрослость	Виртуальный план действий-содержательная взрослость	
Уровень одиночества	14,33	14,63	13,06	10,33	0,92
Субшкалы					
Изоляция	7,77	7,52	6,71	6,22	3,17
Переживание одиночества	8,33	7,69	7,12	6,56	2,71
Отчуждение	10,22	9,28	7,76	7,67	4,33
Дисфория одиночества	9,77	10	8,94	8,56	3,41
Одиночество как проблема	13,11	14,1	12,47	12,22	4,95*
Потребность в компании	12,11	12,8	11,29	11,89	3,58
Радость уединения	12	11,18	12,24	10,78	2,64
Ресурс уединения	22	18,11	20,47	19,11	10,86* **
Шкалы					
Общее одиночество	26,33	24,49	21,59	20,44	4,5
Зависимость от общения	35	36,9	32,71	32,67	6,23*
Позитивное одиночество	34	29,29	32,71	29,89	7,57**
Усл. обозначения: * - $p \leq 0,1$; ** - $p \leq 0,05$; *** - $p \leq 0,01$.					

С целью выявления различий по показателям переживания одиночества подростками, имеющие разный тип образа взрослости, нами был применен непараметрический статистический метод для независимых выборок – Н-критерий Крускала-Уоллиса. В результате по изучаемым показателям переживания одиночества подростками, имеющие разный тип образа взрослости, были обнаружены статистически значимые различия на высоком уровне значимости ($p \leq 0,01$) по типу одиночества «ресурс уединения» ($H_{эмп} = 10,86$).

Тем самым, для подростков с типом образа взрослости «виртуальный план действий-формальная взрослость» данный тип переживания одиночества будет характерен в наибольшей мере. То есть у подростков, у которых содержание образа взрослости строится на представлениях о геройских и социально одобряемых поступках, одиночество выступает как ресурс и возможность для обогащения внутреннего мира, а как следствие для развития личности. Это может говорить о том, что подростки, сосредоточенные на так называемых «геройских» поступках ищут в ситуациях уединения (в переживании одиночества) какую-либо для себя пользу, возможно, размышляя о ситуациях и поступках, которые могут быть одобрены обществом и принести успех, пользу, радость и счастье. В данном случае встает задача помочь этим подросткам осуществить и воплотить все их мечтания в реальную жизнь, помочь научиться добиваться успеха самостоятельно и действительно становиться взрослым не только в глазах окружающих, но и в глазах самого себя. Только тогда взрослость приобретет истинную содержательность.

Рассматривая тип переживания одиночества «ресурс уединения», необходимо обозначить, что в наименьшей степени он выражен у подростков с типом образа взрослости «реальный план действий-формальная взрослость». Это подтверждает наше предположение о том, что при данном типе одиночества размышления о геройских и социально одобряемых поступках в ситуациях уединения не воплощаются и не реализовываются в

реальной жизни, так как содержание образа взрослости строится на виртуальности и формальности (по типу «виртуальный план действий-формальная взрослость»).

Из этого всего мы делаем вывод вышесказанному, что подросткам с типом образа взрослости «виртуальный план действий-формальная взрослость» будет характерно позитивное одиночество в контексте ресурса уединения в связи с тем, что субшкала «ресурс уединения» является одной из составляющих интегральной шкалы «позитивное одиночество» ($N_{\text{эмп}}=7,57$).

Ко всему прочему, были обнаружены статистически значимые различия на уровне статистической тенденции ($p \leq 0,1$) по двум типам переживания одиночества «одиночество как проблема» ($N_{\text{эмп}}=4,95$) и «зависимость от общения» ($N_{\text{эмп}}=6,23$). Сразу необходимо уточнить, что субшкала «одиночество как проблема» является одной из составляющих шкалы «зависимость от общения». Тем самым, одиночество рассматривается как проблема в контексте зависимости от общения.

То есть, подросткам с таким типом образа взрослости как «реальный план действий-формальная взрослость» в наибольшей мере будет характерно одиночество как проблема в контексте зависимости от общения.

Выявленная особенность может обуславливаться спецификой ведущей деятельности данного возрастного периода (интимно-личностное общение со сверстниками) и формирующимися на ее основе возрастными потребностями в привязанности, уважении, принятии сверстниками. К тому же, у подростков имеются представления об одиночестве как о проблеме, так как одиночество выступает в данном случае препятствием к удовлетворению тех самых основных потребностей возраста. Поэтому, как следствие этому и возникает зависимость от общения.

Анализ исследований показал, что процесс общения играет огромную роль в жизни подростков, в результате общения у них происходит развитие личностных качеств, свойств в частности и развитие личности в целом [37].

Поэтому, их тяга к общению и взаимодействию со сверстниками весьма объяснима особенностями возрастного периода.

Стоит отметить, что рассматриваемые типы в наименьшей мере будут присущи подросткам с выраженным типом образа взрослости «виртуальный план действий-содержательная взрослость». Это может свидетельствовать о том, что у подростков с высоко содержательным образом взрослости одиночество не выражено, так как они, вероятнее всего, заняты реализацией в жизнь имеющихся представлений о взрослости.

Также для проверки выдвинутой нами гипотезы был проведен статистический анализ показателей переживания одиночества подростками с разным типом ситуаций проявления взрослости (таблица 2.2.2).

С целью выявления различий по показателям переживания одиночества подростками, проявляющими взрослость в разных типах ситуаций, нами был применен непараметрический статистический метод для независимых выборок – Н-критерий Крускала-Уоллиса. В результате по изучаемым показателям переживания одиночества подростками, проявляющими взрослость в разных типах ситуаций, были обнаружены статистически значимые различия на уровне статистической тенденции ($p \leq 0,1$) по следующим типам переживания одиночества: «одиночество как проблема», «потребность в компании», «радость уединения», «зависимость от общения».

Таким образом, для подростков, проявляющих взрослость преимущественно в ситуациях подражания, переживание одиночества будет выступать как зависимость от общения. Скорее всего, что подражают свою взрослость эти подростки при общении с людьми, поэтому и относятся к одиночеству как к зависимости от общения, боясь того, что удовлетворение потребностей, связанных с реализацией собственной взрослости, окажется недоступным.

Таблица 2.2.2.

Результаты статистического анализа показателей переживания одиночества подростками с разным типом ситуаций проявления взрослости

Показатели переживания одиночества	Типы ситуаций проявления взрослости						N _{эмп}
	Соблюдение общепринятых норм	Общение со взрослыми	Самостоятельное действие	Общение с младшими детьми	Подражание	Домашние ситуации	
Уровень одиночества	11,52	16,6	15,18	16,09	12,25	11,33	4,78
Субшкалы							
Изоляция	7,52	8,2	7,38	7,18	7,25	6,33	2,27
Переживание одиночества	7,04	6,6	7,92	7,77	6,25	7	8,39
Отчуждение	8,56	10,4	9,17	9,55	9,75	7,67	4,09
Дисфория одиночества	9,85	7,6	9,81	8,95	11,5	8,67	8,62
Одиночество как проблема	14,07	8,6	13,29	14,32	14,5	12,67	10,45*
Потребность в компании	12,78	7,4	12,17	12,68	12,25	13,33	10,6*
Радость уединения	10,67	13,6	11,67	11,41	10	13,33	9,39*
Ресурс уединения	18,44	20	19,06	18,82	16,25	20,67	6,14
Шкалы							
Общее одиночество	23,11	25,2	24,48	24,5	23,25	21	3,1
Зависимость от общения	36,7	23,6	35,28	35,95	38,25	34,67	10,55*
Позитивное одиночество	29,11	33,6	30,73	30,23	26,25	34	8,08
Усл. обозначения: * - $p \leq 0,1$; ** - $p \leq 0,05$; *** - $p \leq 0,01$.							

В свою очередь, подростки, утверждающие взрослость в домашних ситуациях будут склонны к переживанию позитивного одиночества, рассматриваемого как радость уединения, но и в то же время весомую роль будет играть одиночество в контексте потребности в компании. Опять же, здесь основополагающим звеном будет являться ведущая деятельность и

формируемые на ее основе потребности возраста, связанные с общением. Что касается позитивного одиночества в данном случае, то подростки, находящие возможности для реализации своей взрослости дома будут относиться к одиночеству как к позитивному потенциалу для развития личности в связи с тем, что домашняя обстановка предполагает ситуации уединения, ситуации «разговора с собой», стимулирующие к собственной активности в рамках самообразования, саморазвития, самосовершенствования. Возможно, что у таких подростков взрослость и находит свою реализацию при самопроцессах.

Поэтому, выявленные различия по показателям переживания одиночества подростками, проявляющими взрослость в разных типах ситуаций, позволяют сделать вывод о том, что подросткам, проявляющим взрослость в домашних ситуациях в большей степени свойственно позитивное одиночество, в то время как подросткам, проявляющим взрослость в ситуациях подражания, присуще одиночество как зависимость от общения.

Следующим этапом нашего исследования выступило изучение наличия и характера связей между показателями переживания одиночества и показателями образа взрослости (рис. 2.2.9).

С целью выявления наличия и характера связей между показателями переживания одиночества и показателями образа взрослости у подростков, нами был применен непараметрический статистический метод для независимых выборок – χ^2 -критерий Спирмена. В результате по изучаемым показателям переживания одиночества и показателям образа взрослости у подростков были обнаружены связи.

Между типами образа взрослости и такими типами переживания одиночества как «отчуждение» ($r=-0,186$ $p<0,05$), «общее переживание одиночества» ($r=-0,187$ $p<0,05$), «зависимость от общения» ($r=-0,177$ $p<0,05$) выявлены обратные связи, которые говорят о том, что чем выраженнее будет тип образа взрослости, тем наименьшую выраженность будут иметь перечисленные выше типы одиночества. Тем самым, для подростков с

содержательной взрослостью не свойственно испытывать острое, негативное переживание одиночества, быть зависимым от общения и чувствовать отчуждение. Это связано, скорее, с тем, в расширенный комплекс представлений о взрослости входят и представления о том, как с пользой использовать ситуации уединения.



Рис.2.2.9. Корреляционная плеяда показателей переживания одиночества и образа взрослости у подростков

Усл. обозначения: $r > 0$: * $p \leq 0,05$ ——— ** $p \leq 0,01$ =====
 $r < 0$: * $p \leq 0,05$ - - - - - ** $p \leq 0,01$ - - - - -

К тому же, обнаружены как прямые, так и обратные связи между типами ситуаций взрослости и типами одиночества. Так, при реализации взрослости в таких типах ситуаций как «соблюдение общепринятых норм»

($r=-0,198$ $p<0,05$), «общение с младшими детьми» ($r=-0,204$ $p<0,05$), «общение со сверстниками» ($r=-0,196$ $p<0,05$), «другие ситуации» ($r=-0,227$ $p<0,05$) будет наблюдаться низкая выраженность типа одиночества «изоляция». Это можно объяснить тем, что все эти типы ситуаций взрослости так или иначе включают в себя взаимодействие с социумом, которое никак не согласуется с изолированностью, отстраненностью от общества.

Прямая связь была выявлена между проявлением взрослости в школьной жизни и переживанием одиночества ($r=0,195$ $p<0,05$). Данная связь может быть детерминирована тем, что проявление взрослости в школьной жизни является весьма затруднительным для подростков. В большинстве случаев ученики являются пассивными участниками образовательного процесса.

И наконец, прямые связи между другими ситуациями проявления взрослости и такими типами одиночества как «потребность в компании» ($r=0,264$ $p<0,01$) и «зависимость от общения» ($r=0,180$ $p<0,05$). Эти связи проявляются скорее исходя из того, что подростки, реализующие собственные представления о взрослости в различных ситуациях испытывают дефицит общения.

Обратные связи между типом ситуаций «другие ситуации» и типами переживания одиночества «отчуждение» ($r=-0,254$ $p<0,01$) и «общее переживание одиночества» ($r=-0,221$ $p<0,05$) говорят о том, что подростки, ищущие различные способы и ситуации проявить представления о взрослости не будут чувствовать себя отчужденными и переживать одиночество в негативном аспекте.

Таким образом, эмпирическое изучение особенностей переживания одиночества подростками с разным образом взрослости показало, что образ взрослости и одиночество являются созависимыми феноменами в подростковом возрасте. От этапа развития образа взрослости будет зависеть то, какую направленность примет одиночество (негативную либо позитивную), и наоборот.

2.3. Программа для психологов образования по формированию образа взрослости у подростков

Пояснительная записка.

Программа под названием «Взросление» предназначена для психологов образования и направлена на формирование образа взрослости у подростков.

По мнению многих современных исследователей, под влиянием социальных, экономических и политических условий, подростковый возрастной период затягивается на несколько лет вперед [34]. Одной из причин этого может являться неправильно сформированный образ взрослости, скудный по своему содержанию и проявлению. Это приводит к тому, что подростки становятся не готовы переходить на следующий возрастной этап, предполагающий проявление взрослости уже на новом уровне.

Психолог Т.В. Драгунова выделяет несколько направлений развития взрослости в подростковом возрасте: подражание внешним проявлениям взрослости; ориентация на качества «настоящего мужчины», «настоящей женщины»; социальное взросление; интеллектуальная взрослость. Каждое из этих направлений предполагает закладывание определенных знаний о взрослости и формирование путей проявления взрослости [8].

Дополнительно к этим направлениям мы разработали следующие критерии оценки взрослости:

- 1) стремление расширить свои права, сузить права взрослых;
- 2) стремление освободиться от контроля и опеки взрослых;
- 3) претендование на роль взрослого;
- 4) подражание внешней стороне жизни взрослых.

Рассматриваемый нами образ взрослости, включающий в себя представления о взрослости и способы их проявления, является неотъемлемой частью развития личности в подростковом возрасте. От того, какие представления в этот образ заложены будет зависеть характер развития

подростка.

В настоящее время многие подростки сталкиваются с трудностями во взаимодействии с взрослыми людьми, при решении различных жизненных ситуаций, где необходимо применять знания о взрослости и манеры поведения взрослого человека.

В соответствии с этим, возникла необходимость создания программы «Взросление», направленной на формирование содержательного комплекса представлений о взрослости и конструктивных способов их реализации.

Цели и задачи программы.

Цель программы «Взросление» – формирование содержательного комплекса представлений о взрослости и конструктивных способов их реализации.

Задачи:

1. Формирование значимости развития взрослости.
2. Расширение представлений о взрослости.
3. Расширение знаний о качествах взрослого человека.
4. Развитие качеств взрослого человека.
5. Формирование конструктивных способов реализации собственной взрослости.
6. Развитие способностей анализировать, рассуждать, обсуждать.

Структура программы.

Развивающая программа «Взросление» состоит из 10 психологических занятий различного типа. Длительность каждого занятия составляет 45 минут.

Первое занятие программы является вводным, направленное на составление правил занятий и введение в тематику занятий.

2-9 занятия направлены на достижение выше поставленной цели и решение обозначенных задач, которые ставит программа перед педагогами-психологами образовательных учреждений.

10 занятие – рефлексивное занятие: обсуждение достигнутого в

процессе занятий, обмен впечатлениями, подведение итогов, закрепление знаний о различиях между детством и взрослостью.

Режим и структура занятий.

Занятия по данной программе проводятся с периодичностью 1 час в неделю.

Количество участников до 10 человек.

Каждое из занятий имеет трёхкомпонентную структуру:

I. Вводная часть предполагает сообщение учащимся о том, на что будет направлено занятие.

II. Основная часть включает в себя:

а) выполнение упражнений, заданий, игр, нацеленных на введение детей в тематику занятия, поиск путей решения заявленной проблемы;

б) обсуждение после каждого упражнения, предполагающее отреагирование проделанной работы на эмоциональном и рациональном уровне.

III. Заключительная часть (рефлексия, целью которой является обобщение проделанной работы, а также создание комфортного психологического климата в группе путем проявления внимания к каждому ребенку).

Критерий эффективности.

Для оценки изменений в содержании образа взрослости у подростков, предлагается использовать:

— Методику «Сочинение на тему: «Когда, в каких ситуациях я ощущаю себя взрослым?» (О.В. Курышева);

— Методику «Мой образ взрослости» (О.В. Курышева).

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Формы и методы работы	Кол-во часов
1.	«Что значит быть взрослым?»	Обсуждение основной задачи занятий, основных правил; Упражнение	1

		«Закончи фразу»; Мини-лекция; Упражнение «Детство и взрослость»; Рефлексия	
2.	«Внешняя взрослость»	Упражнение «Как проявляется?»; Мини-лекция; Упражнение «Внешнее проявление взрослости»; Рефлексия	1
3.	«Способы проявления взрослости»	Мини-лекция; Упражнение «Эффективный-неэффективный»; Упражнение «Прояви себя»; Рефлексия	1
4.	«Когда, в каких ситуациях я ощущаю собственную взрослость?»	Упражнение «Ситуации взрослости»; Мини-лекция; Упражнение «Продемонстрируй»; Упражнение «Вообрази и изобрази»; Рефлексия	1
5.	«Анализируем и обсуждаем»	1 час: Упражнение «Анализ ситуаций»; Рефлексия 2 час: Просмотр видеороликов с последующим обсуждением; Упражнение «Закончи фразу»; Рефлексия	2
6.	«Качества взрослого человека»	Задание; Упражнение «Подумай и оцени»; Рефлексия	1
7.	«Социальная взрослость»	Мини-лекция; Упражнение «Подумай и оцени»; Упражнение «Закончи фразу»; Рефлексия	1
8.	«Интеллектуальная взрослость»	Мини-лекция; Упражнение «Подумай и оцени»; Упражнение «Закончи фразу»; Рефлексия	1

9.	«Детство и взрослость»	Упражнение «Комплимент»; Упражнение «Нарисуй детство и взрослость»; Упражнение «Инсценированные поведения ребенка и взрослого»; Рефлексия	1
	Итого		10

Занятие №1. «Что значит быть взрослым?»

Цель: расширение представлений о том, кто такой взрослый человек.

Задачи:

- актуализация знаний о взрослости;
- разграничение детского и взрослого поведения.

Вводная часть

Ребята, скоро вы станете совсем взрослыми. Для того, чтобы быть успешными взрослыми, необходимо иметь определенные представления о том, кто такой взрослый.

Наша задача состоит в том, чтобы усвоить эти представления и научиться реализовывать их в своей жизни.

Для решения этой задачи на наших занятиях Вы должны следовать определенным правилам:

- 1) «Здесь и теперь»;
- 2) «Каждый имеет право сказать «нет»»;
- 3) Искренность и открытость;
- 4) Принцип Я;
- 5) Безоценочность суждений;
- 6) Активность;
- 7) Конфиденциальность.

Основная часть

1. Упражнение №1. «Закончи фразу»

По кругу каждый участник продолжает следующие фразы:

1. «Взрослый человек – это ...»
2. «Быть взрослым, значит быть ...»

Примерный перечень вопросов для обсуждения после выполнения упражнения:

- 1) Давайте обобщим теперь кто же такой взрослый человек?
- 2) Что общего всеми вами было сказано?
- 3) Какие характеристики взрослого человека были названы? Все ли согласны с ними?

2. Мини-лекция

Итак, в токовых словарях понятие «взрослый» определяется как человек, достигший зрелого возраста, а также наделенный определенными правами и обязанностями.

Действительно, по сравнению с подростками, взрослые наделены большими правами и большей ответственностью. Как правило, взрослые в состоянии сами себя обеспечивать. Вхождение во взрослый возраст, в зависимости от местного законодательства, сопровождается получением таких прав, как вождение автомобиля, самостоятельный выезд за границу, участие в политической жизни (получение прав избирать и быть избранным), половые отношения и брак.

Поэтому, не нужно забывать о том, что вы являетесь еще подростками, и ваша взрослость будет отличаться от взрослости людей старше вас на один или несколько возрастных периодов.

Известный психолог Драгунова Т.В. выделяет несколько направлений развития взрослости в подростковом возрасте: подражание внешним проявлениям взрослости; ориентация на качества «настоящего мужчины», «настоящей женщины»; социальное взросление; интеллектуальная взрослость.

Подражание внешним проявлениям взрослости в одежде, украшениях, косметике, способах проведения досуга, лексике, формах проявления симпатий и т. п. Этот, наиболее легкий способ, подросток часто использует

для демонстрации своей взрослости сверстникам и родителям.

Ориентация на качества «настоящего мужчины», «настоящей женщины». Он включает как внешние признаки и физические качества (одежда, прическа, манеры поведения, сила, красота), так и личностные качества (смелость, верность в дружбе). При этом образ «настоящего мужчины», как правило, достаточно традиционен, соответствует традиционным мужским ценностям. В образе современной идеальной женщины» сосуществуют традиционно женские и мужские качества.

Социальное взросление — подросток овладевает разными умениями, необходимыми для осуществления «взрослых» видов деятельности (столярничать, шить, водить автомобиль, фотографировать и др.). Для овладения этой стороной взрослости необходимо деловое сотрудничество подростка и взрослого. Такое сотрудничество должно основываться на доверии и уважении взрослого к подростку. Эффективно эта сторона взрослости развивается в тех случаях, когда участие в такой деятельности способствует повышению самооценки подростка, укреплению его уверенности в себе, способствует восприятию себя как компетентного человека.

Интеллектуальная взрослость — стремление быть компетентным, знать и уметь многое по-настоящему, участвовать в жизни, выходящей за пределы школы, учебной программы, полноценно участвовать во взрослой жизни — важная и продуктивная сторона становления взрослости, на которую следует обратить особое внимание и педагогам, и психологу.

Основным психологическим механизмом, определяющим все направления развития чувства взрослости, является присвоение соответствующих образцов. Необходимо подчеркнуть, что эти образцы могут воплощаться не только в образах взрослых, но и сверстников. Для подростка особенно важно выглядеть взрослым среди сверстников, ровесникам ему подражать легче, чем взрослым, и он нередко заимствует у товарищей черты, которые, по его представлению, подтверждают их взрослость. Кроме того,

образцы взрослости заимствуются из подростково-юношеской субкультуры общества.

Примерный перечень вопросов для обсуждения после проведенной мини-лекции:

- 1) Какие направления взрослости выделяются?
- 2) Каковы особенности каждого из этих направлений?
- 3) Все ли эти направления необходимы для того, чтобы почувствовать себя по-настоящему взрослым?
- 4) Есть ли возможность реализовать каждое из этих направлений в вашем возрасте? Если да, то какими способами?

3. Упражнение №2. «Детство и взрослость»

Назовите каждый по кругу 3 характеристики детства и 3 характеристики взрослости. Затем каждую характеристику необходимо показать невербально с помощью жестов, мимики. Помните, что повторяться в сказанном и показанном нельзя.

Заключительная часть

4. Рефлексия

«Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности».

Занятие №2. «Внешняя взрослость»

Цель: формирование знаний о том, как внешне проявляется взрослость.

Задачи:

- выделение особенностей внешнего проявления взрослости;
- расширение представлений о внешних конструктивных способах проявления взрослости.

Вводная часть

Сегодня мы начнем знакомство с одним из направлений развития

взрослости – подражание внешним проявлениям взрослости.

Основная часть

1. Упражнение №1. «Как проявляется?»

Сейчас каждый из вас подумайте, как внешне может проявляться взрослость. Затем по кругу вы высказываете свои предположения, и мы анализируем, обсуждаем сказанное вами.

2. Мини-лекция

Психолог Драгунова Т.В. считает, что подражание внешним проявлениям взрослости отражается в одежде, украшениях, косметике, способах проведения досуга, лексике, формах проявления симпатий и т. п. К тому же, является наиболее легким способом реализации взрослости. Такой способ подросток часто использует для демонстрации своей взрослости сверстникам и родителям.

Перечень вопросов для обсуждения:

- 1) Согласны ли Вы с мнением известного психолога Драгуновой Т.В.?
- 2) Проявляете ли Вы внешне собственную взрослость? Если да, то каким образом, при каких условиях?

3. Упражнение №2. «Внешнее проявление взрослости»

Сейчас я буду называть внешние манеры, черты, особенности человека. Ваша задача определить по тем или иным суждениям, что относится к взрослому человеку, а что не относится и почему.

Перечень суждений:

- 1) Модно одеваться;
- 2) Носить пирсинг;
- 3) Пользоваться косметикой;
- 4) Использовать нецензурную лексику;
- 5) Курить, употреблять алкоголь, наркотики;
- 6) Отдыхать в ночном клубе;
- 7) Состоять в отношениях с девушкой/парнем;
- 8) Быть в центре внимания;

- 9) Давать советы друзьям, знакомым;
- 10) Рассуждать о различных происходящих событиях, ситуациях.

Общий вывод: только по одним внешним характеристикам мы не можем определить степень развития взрослости человека.

Заключительная часть

4. Рефлексия

«Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности».

Занятие №3. «Способы проявления взрослости»

Цель: формирование конструктивных способов проявления взрослости.

Задачи:

- актуализация имеющихся знаний об утверждении взрослости;
- определение того, какие способы проявления взрослости наиболее чаще выбирают подростки;
- разграничение конструктивных и неконструктивных способов реализации собственной взрослости;

Вводная часть

На сегодняшнем занятии мы будем говорить о способах проявления взрослости.

Какие способы проявления взрослости Вы знаете?

Основная часть

1. Мини-лекция

Психолог Дубровина И.В. отмечает, что важной стороной взрослости является стремление делать что-то «не игрушечное», а реально полезное, социально признаваемое. «Для учеников средних классов, — пишет психолог Н.С. Лейтес, — становится особенно значимым и как бы необходимым для полноты, радости жизни участие в делах, которые впервые оказываются им

доступны, где они могут проявить свои новые возможности. Такая степень психологической зрелости, при которой запасы энергии расходуются не только в играх и учении, но и в практически значимых видах работы, часто обращает на себя внимание в этом возрасте. ...Отзывчивость на окружающее выступает у учащихся средних классов в стремлении, потребности применить свои силы. Пожалуй, никакой другой возраст не несет с собой такой готовности к самым разнообразным действиям и жажды самоутверждения».

Этим во многом определяется увлеченность школьников данного возраста просоциальной или общественно полезной деятельностью. Указанные особенности подростков учитываются и используются в работе детских массовых организаций, в которых они составляют основной и, главное, наиболее активный контингент. На стремлении самостоятельно делать что-то полезное во многом, например, основывалось движение тимуровцев, популярное в нашей стране в 40-50-е годы. Современные подростки высоко ценят заработок не только, потому что он дает возможность удовлетворить многочисленные желания, не прибегая к помощи родителей (что само по себе важно для утверждения чувства взрослости), но и как свидетельство действительной пользы их деятельности [37].

2. Упражнение №2. «Эффективный-неэффективный»

Сейчас я буду называть способ проявления взрослости, а вы по очереди будете говорить можно ли тот или иной способ назвать эффективным способом реализации взрослости или нельзя. Свой ответ необходимо будет обосновать.

Перечень различных способов проявления взрослости:

- 1) Уборка дома;
- 2) Поход в магазин;
- 3) Зарабатывание денег;
- 4) Проявление помощи пожилой женщине;
- 5) Занятие волонтерством;

- 6) Отличная успеваемость в школе;
- 7) Курение, употребление алкоголя, наркотиков;
- 8) Самостоятельное принятие решений;
- 9) Проявление смелости, мужества;
- 10) Верность в дружбе;
- 11) Стремление узнать как можно больше нового;
- 12) Игра в карты;
- 13) Модно одеваться;
- 14) Быть в центре внимания в любом месте и в любое время;
- 15) Превозносить себя;
- 16) Ухаживать за ребенком;
- 17) Говорить комплименты другим людям;
- 18) Быть всегда серьезным;
- 19) Находиться в отношениях с девушкой/парнем;
- 20) Самостоятельно выбирать способы отдыха.

3. Упражнение №3. «Прояви себя»

Для начала разбейтесь на пары.

Ваша задача сейчас состоит в том, чтобы придумать два способа проявления взрослости (эффективный и неэффективный) и продемонстрировать их.

После инсценирования проводится анализ и обсуждение.

Заключительная часть

4. Рефлексия

«Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности».

Занятие №4. «Когда, в каких ситуациях я ощущаю собственную взрослость?»

Цель: формирование знаний о том, в каких ситуациях проявлять собственную взрослость.

Задачи:

- определение типов ситуаций, в которых подростки проявляют собственную взрослость;
- оказание помощи в нахождении оптимальных типов ситуаций реализации взрослости.

Вводная часть

Сегодня мы будем более подробно говорить о тех ситуациях, в которых есть возможность показать собственную взрослость.

Основная часть

1. Упражнение №1. «Ситуации взрослости»

Каждый из вас по очереди называет ситуацию, где он в наибольшей степени ощущает свою взрослость. Почему именно в ситуациях подобного типа? Какие при этом возникают эмоции?

2. Мини-лекция

Психолог Курышева О.В. выделяет несколько типов ситуаций взрослости:

- 1) Соблюдение общепринятых норм
- 2) Общение со взрослыми
- 3) Самостоятельное действие
- 4) Школьная жизнь
- 5) Оценивание взрослости
- 6) Общение с младшими детьми
- 7) Подражание
- 8) Общение со сверстниками
- 9) Домашние ситуации
- 10) Другое

Давайте рассмотрим каждый выделяемый ею тип, обсудим и проанализируем специфику проявления взрослости в каждом из этих типов ситуаций.

Примерный перечень вопросов для обсуждения:

- 1) В каких из этих ситуаций вы ощущаете собственную взрослость?
- 2) Какие типы ситуаций являются наиболее оптимальными, какие нет и почему?
- 3) Какие дополнительно к этим типам ситуаций проявления взрослости можете предложить вы?

3. Упражнение №2. «Продемонстрируй»

Сейчас вы разбиваетесь на пары. Каждой паре необходимо будет продемонстрировать (в виде мини-сценки) один из типов ситуаций, где происходит проявление взрослости.

*После каждой мини-сценки необходимо проводить анализ того, что удалось показать, с помощью каких способов поведения была реализована взрослость.

4. Упражнение №3. «Вообрази и изобрази»

Вам необходимо вообразить себя взрослым человеком, который проявляет себя в какой-либо ситуации. Далее постараться наиболее точно и четко изобразить себя и эту ситуацию на листе бумаги.

После выполнения задания всеми участниками происходит обсуждение и анализ тех рисунков, владельцы которых согласны будут показать всем свой рисунок и обсудить его со всеми.

Заключительная часть

5. Рефлексия

Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности.

Занятие №5. «Анализируем и обсуждаем»

Цель: анализ различных ситуаций взрослости.

Задачи:

- реализация имеющихся представлений о взрослости;
- выражение собственного мнения.

Вводная часть

Сегодня мы продолжим разбирать ситуации, где можно проявить собственную взрослость.

Основная часть

1. Упражнение №1. «Анализ ситуаций»

Сейчас мы будем разбирать различные ситуации. Каждый из вас должен будет высказаться по поводу каждой ситуации. Поэтому, слушайте внимательно.

Ситуация 1. В праздничный день за столом собрались гости. Мама 13-летнего мальчика сказала ему: «За столом со взрослыми тебе делать нечего. Иди погуляй». В ответ мальчик закричал: «Я хочу остаться здесь!»

Вопросы: Правильно ли он поступил? Почему ты так считаешь?

Ситуация 2. Как ты думаешь, должны ли родители 12-13 летних ребят отправить их в 10 часов спать, ограничивать время их пребывания на улице вечером?

Вопрос: Почему ты так считаешь?

Ситуация 3. В автобусе к девочке твоего возраста обратилась женщина: «Детка, передай, пожалуйста, деньги на талоны». На что девочка ничего не ответила, презрительно взглянув на женщину, и деньги на талоны не передала.

Вопросы: Правильно ли она поступила? Почему ты так считаешь?

Ситуация 4. На уроке литературы в 7-ом классе произошел такой случай. Мальчик не выполнил домашнее задание. Учительница попросила дневник, но мальчик сказала, что забыл его. Тогда учительница сказала: «Покажи свой портфель». Мальчик сказал: «Не покажу!» И он ушел, хлопнув

дверью.

Вопросы: Прав ли мальчик, так поступив? Как бы ты поступил (а) в такой ситуации?

Ситуация 5. На уроке биологии в 7-ом классе учитель отобрал у мальчика интересный журнал, который тот рассматривал со своим соседом по парте. После урока мальчик попросил учителя вернуть журнал, так как он был чужой. Но учитель не возвратил его.

Вопросы: Как бы ты поступил (а) на месте этого мальчика, если бы тебе не вернули журнал?

Ситуация 6. На перемене группа семиклассников оживленно обсуждала что-то, употребляя нецензурные выражения. Пожилая учительница сделала им замечание. В ответ один из мальчиков грубо ответил ей: «Это не Ваше дело! Не вмешивайтесь в разговор!»

Вопросы: Правильно ли он поступил? Почему ты так считаешь?

Заключительная часть

2. Рефлексия

Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности.

Занятие №6. «Анализируем и обсуждаем»

Цель: анализ взрослости с различных точек зрения.

Задачи:

- актуализация имеющихся представлений о взрослости;
- выражение собственного мнения.

Вводная часть

Сегодня мы продолжим говорить о взрослости.

Основная часть

1. Просмотр видеороликов, где демонстрируется проявление

взрослости подростками, с последующим анализом и обсуждением.

Сайты, где можно подобрать подходящие видеоролики:

1) <https://www.youtube.com/watch?v=Vf1zdtCid2U> Видеоролик на тему: «К чему ведет раннее взросление».

Примерный перечень вопросов:

1. Согласны ли вы с тем, что современные дети очень быстро взрослеют?
2. С чем связывают раннее взросление? Согласны ли вы с этим?
3. Как вы относитесь к раннему взрослению?
4. Что вы можете предложить от себя, касаясь данной темы?

2) <https://www.youtube.com/watch?v=iDIIPrfj8kY> Видеоролик на тему: «Про взросление».

Примерный перечень вопросов:

1. А как вы думаете, все решает возраст либо сам человек, его стремления и желания в собственном развитии и совершенствовании?
2. Что можно в себе изменить, развить, чтобы научиться решать жизненно важные задачи, возникающие проблемы?
3. Для чего необходимо саморазвитие и самосовершенствование?
4. Какими способами саморазвития вы пользуетесь?

2. *Упражнение «Закончи фразу»*

Каждому по очереди необходимо будет закончить фразу «Для меня взрослость это ...»

После того, как все высказались, следует обсуждение, выявление сходств и различий во мнениях.

Заключительная часть

3. *Рефлексия*

Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было

выполнять легко, а что вызвало трудности.

Занятие №7. «Качества взрослого человека»

Цель: формирование знаний о качествах взрослого человека.

Задачи:

- определение того, какие качества необходимо развивать, чтобы повзрослеть;
- формирование значимости самообучения и саморазвития.

Вводная часть

Сегодня мы постараемся разобраться какими качествами должен обладать взрослый человек и какие качества необходимо развивать в вашем возрасте, подготавливая себя к взрослой жизни.

Основная часть

1. Задание №1. Каждому из вас необходимо подумать и записать как можно больше качеств, которыми должен обладать взрослый человек.

Затем мы составим общий список качеств, которыми должен обладать взрослый человек из тех, которые чаще всего встречались в ваших списках.

*Примерный перечень качеств: ответственный, свободный, независимый, сдержанный, терпимый, самодостаточный, целеустремленный, аккуратный, уважительный, отзывчивый, искренний, честный, порядочный.

2. Упражнение №2. «Подумай и оцени»

Теперь подумайте, какими из этих качеств обладаете вы? Запишите.

Какие качества необходимо еще развивать? Запишите.

Общий вывод: Находясь в подростковом возрасте, у вас есть уникальная возможность заниматься саморазвитием, а именно развивать все необходимые качества взрослого человека, подготавливая себя к взрослой жизни.

Заключительная часть

3. Рефлексия

Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя

вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности.

Занятие №8. «Социальная зрелость»

Цель: формирование знаний о социальной зрелости.

Задачи:

- определение того, что такое социальная зрелость;
- формирование способов проявления социальной зрелости.

Вводная часть

Сегодня мы познакомимся с одним из направлений развития зрелости – социальной зрелостью.

Основная часть

1. Мини-лекция

Напомню, что Драгунова Т.В. одним из направлений развития зрелости в подростковом возрасте выделяет социальную зрелость. Она считает, что социальное зреление подростка выражается в овладении разными умениями, необходимыми для осуществления «взрослых» видов деятельности (столярничать, шить, водить автомобиль, фотографировать и др.). Для овладения этой стороной зрелости необходимо деловое сотрудничество подростка и взрослого. Такое сотрудничество должно основываться на доверии и уважении взрослого к подростку. Эффективно эта сторона зрелости развивается в тех случаях, когда участие в такой деятельности способствует повышению самооценки подростка, укреплению его уверенности в себе, способствует восприятию себя как компетентного человека.

Перечень вопросов для обсуждения:

- 1) Согласны ли вы с точкой зрения психолога Драгуновой Т.В. по поводу социального зреления?
- 2) Какие дополнительно способы социального зреления вы можете

предложить?

2. Упражнение №1. «Подумай и оцени»

Перед вами сейчас будет стоять задача оценить степень вашей социальной зрелости. Каждый из вас подумайте, какими полезными социальными видами деятельности вы владеете. Запишите их и оцените на основе этого степень своего социального взросления по 5-ти балльной шкале.

Затем мы обсудим, что у вас получилось.

3. Упражнение №2. «Закончи фразу»

По очереди каждый из вас должен будет закончить следующую фразу: «Я социально взрослый/не взрослый, потому что ...»

Заключительная часть

4. Рефлексия

Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности.

Занятие №9. «Интеллектуальная зрелость»

Цель: формирование знаний об интеллектуальной зрелости и способах ее проявления.

Задачи:

— определение того, что такое интеллектуальная зрелость;

— формирование способов проявления интеллектуальной зрелости.

Вводная часть

Сегодня мы познакомимся с одним из направлений развития зрелости – интеллектуальной зрелостью.

Основная часть

1. Мини-лекция

Напомню, что психолог Драгунова Т.В. одним из направлений

развития взрослости в подростковом возрасте выделяет интеллектуальную взрослость.

Интеллектуальная взрослость — стремление быть компетентным, знать и уметь многое по-настоящему, участвовать в жизни, выходящей за пределы школы, учебной программы, полноценно участвовать во взрослой жизни — важная и продуктивная сторона становления взрослости.

Перечень вопросов для обсуждения:

1) Согласны ли вы с точкой зрения психолога Драгуновой Т.В. по поводу интеллектуального взросления?

2) Какие дополнительно способы интеллектуального взросления вы можете предложить?

2. Упражнение №1. «Подумай и оцени»

Перед вами сейчас будет стоять задача оценить степень вашей интеллектуальной взрослости. Каждый из вас подумайте, насколько вы активно участвуете в жизни, выходящей за пределы школы. Запишите ваши дополнительные интересы (изучение иностранных языков, прохождение дополнительных обучающих курсов и т.д.) и оцените на основе этого степень своего интеллектуального взросления по 5-ти балльной шкале.

Затем мы обсудим, что у вас получилось.

3. Упражнение №2. «Закончи фразу»

По очереди каждому из вас необходимо будет закончить следующую фразу: «Я интеллектуально взрослый/не взрослый, потому что ...»

Заключительная часть

4. Рефлексия

Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого занятия, что вы узнали нового на нем, полезно ли оно было, что понравилось больше всего, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности.

Занятие №10. «Детство и взрослость»

Цель: разграничение детства от взрослости.

Задачи:

- нахождение сходств и различий между детством и взрослостью;
- обобщение знаний полученных в ходе предыдущих занятий.

Вводная часть

Сегодняшнее заключительное занятие мы посвятим обсуждению того, чего нам удалось достичь по итогу проведенных занятий.

Основная часть

1. Упражнение №1. «Детство-взрослость»

Сейчас всем вместе вам необходимо будет составить таблицу, где указать существенные характеристики детства и взрослости.

Детство	Взрослость
1. Непосредственность	1. Серьезность
2. ...	2.

Примерные существенные характеристики детства и взрослости:

Детство	Взрослость
1. Детская непосредственность	1. Серьезность
2. ...	2. Самостоятельность
3. Ограниченная ответственность	3. Полная ответственность
4. Материальная зависимость от взрослых	4. Материальная независимость
5. ...	5. ...

2. Упражнение №2. «Каким я был и какой я стал»

Выполнение этого задания предполагает анализ того, чего лично вам удалось достичь на наших занятиях. Вам необходимо будет написать мини-сочинение на тему: «Каким я был и какой я стал».

После написания мини-сочинения каждый из вас будет вставать, зачитывать свое сочинение и делиться своими впечатлениями.

3. Упражнение №4. «Мои стремления»

По очереди каждому из вас необходимо будет закончить следующую фразу: «Я не останавливаюсь на достигнутом, мне еще есть к чему стремиться, например ...»

Заключительная часть

4. Рефлексия

Ну и вот наши занятия подошли к концу. Ребята, сейчас каждый из вас должен определить, что лично для себя вы вынесли из этого итогового занятия, полезно ли оно было, что понравилось, что не понравилось, что было выполнять легко, а что вызвало трудности.

5. Напутственные слова от педагога-психолога подросткам.

Таким образом, изучив эмпирическим путем особенности переживания одиночества подростками с разным образом взрослости, можно сделать следующие выводы:

1. Большинство подростков имеют низкий уровень переживания одиночества. Это не говорит о том, что они никогда не испытывают чувство одиночества, скорее оно носит ситуативный характер или сознательно не принимается подростками. Так или иначе, состояние одиночества свойственно в период подросткового возраста и играет значимую роль в становлении личности.

2. Девочки в отличие от мальчиков более склонны к переживанию одиночества. Это может быть связано с проявляющейся у девочек повышенной чувствительностью.

3. Доминирующим типом переживания одиночества является тип «ресурс уединения», отражающий позитивные аспекты одиночества. Тем не менее, особо важную роль занимает также тип «зависимость от общения», определяющий неприятие одиночества и неспособность оставаться одному в связи со спецификой ведущей деятельности подросткового возраста (интимно-личностное общение) и

формирующимися на ее основе потребностями.

4. Рассматривая гендерные аспекты типов переживания одиночества, было определено, что девочки в отличие от мальчиков в наибольшей мере подвержены изоляции от общества, отчуждению, переживанию одиночества и использованию этого состояния в позитивном направлении. Выявленная весьма противоречивая особенность может свидетельствовать о наличии у девочек в отличие от мальчиков расширенных представлений об одиночестве, то есть девочки, вероятнее всего, знают и понимают двойственность состояния одиночества, заключающегося в позитивном и негативном аспектах.

5. Изучение типов образа взрослости показало, что наиболее выраженным среди подростков является тип «реальный план действий-формальная взрослость». Это говорит о том, что у подростков сформированы некие формальные стереотипы о взрослости, которые они пытаются реализовывать в реальной жизни в виде конкретных так называемых «взрослых» поступков.

6. Мальчики в отличие от девочек имеют наибольшую выраженность таких показателей типов образа взрослости как «реальный план действий-содержательная взрослость» и «виртуальный план действий-содержательность взрослость». То есть, мальчики имеют более содержательный образ взрослости, их представления о взрослости расширены и носят осознаваемый характер.

7. Подавляющее большинство подростков утверждают свою взрослость в самостоятельных действиях. Стремление подростков выразить имеющиеся у них представления о взрослости в самостоятельных действиях может быть обусловлено их пониманием того, что самостоятельность является одним из основных составляющих критериев взрослого человека.

8. Исследуя особенности переживания одиночества подростками с разным образом взрослости было выявлено, что для подростков при формальной взрослости характерно переживание позитивного одиночества и

одиночества как зависимости от общения.

9. Подросткам, проявляющим взрослость в домашних ситуациях, в большей степени свойственно позитивное одиночество, характеризующее использование этого состояния как потенциала для развития личности, в то время как подросткам, проявляющим взрослость в ситуациях подражания – одиночество как зависимость от общения, обусловленное потребностями во взаимодействии, принятии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучение разработанности в психологии проблемы переживания одиночества подростками с разным образом взрослости позволило определить, что феномен одиночества отличается сложностью и неоднозначностью в плане научного определения и осмысления. Формированию подросткового одиночества способствуют разнообразные факторы, условия, причины, связанные с происходящими внешними и внутренними изменениями подростков на протяжении всего возрастного периода. Переживание одиночества приводит к перестройке структуры личности подростка, характер изменений определяется отношением подростка к состоянию одиночества.

Рассматриваемый образ взрослости, в свою очередь, играет огромную роль при переживании различных чувств, эмоций и состояний. Одним из таких состояний, свойственных для подросткового возрастного периода, является одиночество. Поэтому, теоретический анализ литературы позволил выдвинуть предположение о наличии отличительных особенностей переживания одиночества подростками с разным образом взрослости.

Эмпирическое исследование уровней и типов переживания одиночества показало, что большинство подростков имеют низкую степень субъективного ощущения одиночества. Наиболее выраженными типами одиночества оказались «ресурс уединения» и «зависимость от общения», показывающие, с одной стороны, склонность использовать состояние одиночества в позитивном аспекте для развития собственной личности, а с другой стороны, проявление значимости возрастных потребностей, связанных с общением, в переживании одиночества.

При изучении типов образа взрослости и типов ситуаций взрослости была выявлена следующая тенденция: наибольшая выраженность типа «реальный план действий-формальная взрослость», что говорит о совершении подростками внешне взрослых поступков, а также частое

проявление взрослости подростками в ситуациях типа «самостоятельное действие».

Показатели переживания одиночества и образа взрослости были рассмотрены в гендерном аспекте. Выяснилось, что девочки в отличие от мальчиков более склонны к переживанию одиночества, а также могут переживать это состояние, как с негативной, так и с позитивной точек зрения. Что касается образа взрослости, то девочкам больше присуща формальная взрослость, тогда как образ взрослости мальчиков отличается содержательностью, то есть их представления о взрослости более расширены и носят осознаваемый характер.

Для проверки выдвинутой нами гипотезы были выявлены отличительные особенности переживания одиночества подростками с разным образом взрослости. Во-первых, для подростков при формальной взрослости характерно переживание позитивного одиночества и одиночества как зависимости от общения, тогда как для подростков с содержательной взрослостью – отсутствие доминирующего типа переживания одиночества. Во-вторых, подросткам, проявляющим взрослость в домашних ситуациях, в большей степени свойственно позитивное одиночество, в то время как подросткам, проявляющим взрослость в ситуациях подражания, присуще одиночество как зависимость от общения. Таким образом, выдвинутая нами гипотеза подтвердилась.

Дополнительно было проведено исследование на выявление наличия и характера связи между показателями переживания одиночества и показателями образа взрослости у подростков. В результате определено, что имеются прямые и обратные связи, позволяющие в целом сделать вывод о том, что чем содержательнее взрослость, тем одиночество будет более многолико и значимо для личности подростка.

Результаты работы позволяют утверждать, что изучение проблемы переживания одиночества подростками с разным образом взрослости не исчерпывается данным исследованием. Перспективным является выявление

особенностей переживания одиночества в различные возрастные периоды. Прогностический потенциал данной работы создает предпосылки для проведения исследований по эмпирическому изучению положения и роли подростков с разным образом взрослости в системе межличностных отношений, их успешности в учебной деятельности и личностной успешности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абоносимова, Е.В. Психологические особенности одиноких людей [Текст] / Е.В. Абоносимова // Вестник Тамбовского университета. Серия: гуманитарные науки. – 2001. – № 3. – С. 44.
2. Белорусов, А. Темы одиночества, старения и отношения к смерти в психологии и духовности (обзор литературы) [Текст] / А. Белорусов // Психология зрелости и старения, 2000. – № 2 (10). – С. 12-21.
3. Большой психологический словарь [Текст] / под ред. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. – М.: АСТ, 2008. – 868 с.
4. Герт, В.А. Коррекционные аспекты преодоления негативного влияния одиночества в подростковом возрасте [Текст] / В.А. Герт // Специальное образование. – Екатеринбург, 2011. – № 1. – С. 26-33.
5. Даудова, Д.М. Проблема одиночества в подростковом возрасте [Текст] / Д.М. Даудова, П.Г. Гасанова // Педагогическое образование и наука. – 2011. – № 8. – С. 50-55.
6. Димитрюк, А.А. Особенности переживания чувства одиночества личности [Текст] / А.А. Димитрюк // Научные труды SWORLD. – 2014. – № 1. – С. 5-8.
7. Долгинова, О.Б. Одиночество и отчужденность в подростковом и юношеском возрасте [Текст]: дисс. канд. псих. наук / О.Б. Долгинова. – СПб., 1996. – 156 с.
8. Драгунова, Т.В. Подросток [Текст] / Т.В. Драгунова. – М.: Знание, 1976. – 96 с.
9. Зайцева, О.В. Личностная рефлексия как одна из детерминант переживания одиночества в подростковом возрасте [Текст] / О.В. Зайцева, И.С. Губина / Экспериментальные исследования в психологии: сб. ст. по материалам науч.-практ. конф. – Ереван, 2016. – С. 141-145.
10. Зайцева, О.В. Влияние личностной рефлексии на переживание одиночества в подростковом возрасте [Текст] / О.В. Зайцева, А.Ю. Авдеев //

Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по материалам III междунар. науч.-практ. конф. — № 7 (52). — М.: «Интернаука», 2016. — С. 115-119.

11. Захарова, Д.А. Теоретические подходы к пониманию феномена одиночества как социально-педагогической проблеме у детей-сирот [Текст] / Д.А. Захарова // Мир науки, культуры, образования. — 2014. — № 1 (44). — с. 93-95.

12. Зорина, В.И. Опыт исследования идеального образа взрослого в подростковом возрасте с помощью семантических пространств [Текст] / В.И. Зорина // Вестник Пермского университета. — 2014. — № 1 (17). — С. 83-91.

13. Киселева, В. Подростковое одиночество [Текст] / В. Киселева // Школьный психолог. — 2002. — № 8. — С. 2.

14. Киселева, В. Подростковое одиночество: причины и последствия [Текст] / В. Киселева // Воспитание школьников. — 2003. — № 6. — С. 47-52.

15. Колесникова, Г.И. Феномен одиночества: понятие, классификация, экзистенциальный смысл [Текст] / Г.И. Колесникова // Фундаментальные исследования. — 2015. — № 2-9. — С. 2024-2027.

16. Кон, И.С. Многоликое одиночество [Текст] / И.С. Кон // Знание — сила. — 1986. — № 12. — С. 15-42.

17. Кон, И.С. Психология ранней юности [Текст] / И.С. Кон. — М.: Просвещение, 1989. — 252 с.

18. Коротеева, Е. М. Ситуационные, личностные детерминанты и типы одиночества подростков [Текст]: автореф. дис. ... канд. псих. наук / Е.М. Коротеева. — Краснодар, 2011. — 26 с.

19. Корчагина, С.Г. Психология одиночества [Текст] / С.Г. Корчагина. — М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. — 228 с.

20. Костарева, С. Подростковое одиночество [Текст] / С. Костарева // Школьный психолог. — 2003. — № 3. — С. 8-15.

21. Кудрявцев, В.Т. Культура одиночества и его продуктивное переживание: отзыв на дис. ... канд. псих. наук И.М. Слободчикова

«Теоретико-экспериментальное исследование феномена одиночества личности (на материале подросткового возраста)» [Текст] / В.Т. Кудрявцев / Сайт Владимира Кудрявцева. URL: <http://2fwww.tovievich.ru/book/duh/6490-vtkudryavcev-kultura-odinochestvo-i-ego-produktivnoe-perezhivanie-otzyv-na-doktorskuyu-dissertaciyu-imslobodchikova.html> (дата обращения: 10.10.2016).

22. Кузнецов, А. «Я одинока сама с собой» [Текст] / А. Кузнецов // Воспитание школьников. – 1997. – № 2. – С. 28-32.

23. Курышева, О.В. Возрастные схемы самости подростков [Текст] / О.В. Курышева // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2013. – № 3. – С. 37-43.

24. Курышева, О.В. Развитие образа взрослости и его влияние на поведение младших подростков в реальных ситуациях [Текст]: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.13 / О.В. Курышева. – М., 2000. – 139 с.

25. Лабиринты одиночества [Текст] / под ред. Н.Е. Покровского. – М.: Прогресс, 1989. – 624 с.

26. Лебедев, В.И. Одиночество [Текст] / В.И. Лебедев // Психические состояния / Сост. и общая редакция Л.В. Куликова. — СПб.: Издательство «Питер», 2000. – С. 399-401.

27. Лебедев, В.И. Психология и психопатия одиночества и групповой изоляции [Текст] / В.И. Лебедев. – М., 2002. – 407 с.

28. Леонтьев, Д.А. Внутренний мир личности [Текст] / Д.А. Леонтьев // Психология личности в трудах отечественных психологов. Хрестоматия. – СПб.: Питер, 2000. – С. 372-377.

29. Михайлова, А.И. Осмысление феномена одиночества как социального явления [Текст] / А.И. Михайлова // Ученые записки ЗабГУ. – 2013. – С. 90-95.

30. Наследов, А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных [Текст] / А.Д. Наследов. – СПб.: Речь, 2004. — 392 с.

31. Неумоева, Е.В. Одиночество как психический феномен и ресурс

развития личности в юношеском возрасте [Текст]: автореф. дисс. канд. псих. наук / Е.В. Неумоева. – Тюмень, 2005. – 233 с.

32. Неумоева-Колчеданцева, Е.В. Позитивный потенциал одиночества в юношеском возрасте [Текст] / Е.В. Неумоева-Колчеданцева // Вестник Пермского университета. – 2012. – № 2 (10). – С. 112-120.

33. Новгородцева, А.П. Переживание подростками «чувства взрослости» [Текст] / А.П. Новгородцева // Психологическая наука и образование. – 2006. – № 2. – С. 39-54.

34. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования [Текст] / Р.В. Овчарова. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 448 с.

35. Осин, Е.Н. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства [Текст] / Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев // Журнал Высшей школы экономики. – М., 2013. – Т. 10, № 1. – С. 55-81.

36. Поливанова, К.Н. Соотношение образа взрослости и особенностей домашнего поведения у детей предподросткового возраста [Текст] / К.Н. Поливанова, О.В. Курышева // Психологическая наука и образование. – 2004. – № 2. – С. 36-46.

37. Практическая психология образования [Текст] / Под ред. И.В. Дубровиной — СПб.: Питер, 2004. – 592 с.

38. Прихожан, А.М. Подросток в учебнике и в жизни: кризис тринадцати лет [Текст] / А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых // На пороге взросления: сб. материалов III Всерос. науч.-практ. конф. по психологии развития. – М.: МГППУ, 2011. – С. 14–22.

39. Рогова, Е. Е.. Одиночество в условиях современного общества [Текст]: автореф. дис. ... доктора философ. наук / Е.Е. Рогова. – Краснодар, 2012. – 48 с.

40. Романова, Н.П. Градация одиночества в контексте современных исследований [Текст] / Н.П. Романова // Вестник ЧитГУ. – 2010. – № 2 (59). – С. 153-160.

41. Сапогова, Е.Е. Психология развития человека [Текст] / Е.Е. Сапогова. — М.: Аспект Пресс, 2001. — 460 с.
42. Соколова, О.Н. Особенности переживания одиночества в подростковом возрасте [Текст] / О.Н. Соколова // Психология, социология и педагогика. — 2014. — № 4 (31). — С. 9.
43. Титкова, М.С. Психологическое содержание и смысловые аспекты рефлексии подростков [Текст] / М.С. Титкова // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. — 2007. — Т. 14, № 37. — С. 342-346.
44. Тихонов, Г.М. Антология одиночества: философский аспект [Текст] / Г.М. Тихонов // Простор. — 1996. — № 1. — С. 89-92.
45. Тихонов, Г.М. Феномен одиночества: опыт философско-социологического анализа [Текст]: автореф. дис. ... канд. филос. наук / Г.М. Тихонов. — Екатеринбург. — 1992. — 199 с.
46. Третьякова, О.А. Социально-психологическая обусловленность одиночества личности в подростковом возрасте [Текст] / О.А. Третьякова // Вестник ТГУ. — 2009. — № 1(69). — С. 144-148.
47. Трибулина, С.Г. Психология одиночества: генезис, виды, проявления [Текст]: дис. ... канд. псих. наук / С.Г. Трибулина. — М., 1999. — 195 с.
48. Тудупова, Т.Ц. Особенности проявления одиночества в подростковом возрасте [Текст] / Т.Ц. Тудупова, И.С. Худякова // Вестник Бурятского государственного университета. — 2009. — № 5. — С. 135-141.
49. Фиофанова, О.А. Воспитательные события как форма инициирования взросления подростков [Текст] / О.А. Фиофанова. — Ижевск, 2007. — 39 с.
50. Фиофанова, О.А. Педагогика взросления как новая область знания и воспитательной практики [Текст] / О.А. Фиофанова // Образование и наука. — 2008. — № 1 (49). — С. 23-33.
51. Фиофанова, О.А. Педагогическая поддержка как способ

посредничества в освоении взрослости подростком [Текст] / О.А. Фиофанова. – Ижевск: Знак, 2006. – 32 с.

52. Фиофанова, О.А. Психология взросления и воспитательные практики нового поколения [Текст] / О.А. Фиофанова. — М.: Флинта, МПСИ, 2012. — 70 с.

53. Хараш, А.У. Психология одиночества [Текст] / А.У. Хараш // Педология. – 2000. – № 4. – С. 7-16.

54. Чернобровкина, С.В. Личностное взросление современных студентов: специфика и факторы образа и самооценки взрослости [Текст] / С.В. Чернобровкина // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2015. – № 2. – С. 24-29.

55. Чернобровкина, С.В. Я-концепция и самооценка как факторы образа взрослости и самооценки взрослости у подростков-спортсменов и подростков, не занимающихся спортом [Текст] / С.В. Чернобровкина, Е.К. Суворова // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2015. – № 1. – С. 51-66.

56. Шагивалеева, Г.Р. Культурологическое и психологическое понимание феномена одиночества [Текст] / Г.Р. Шагивалеева // Концепт. – 2013. – Спецвыпуск № 01. – URL: <http://e-koncept.ru/2013/13511.htm> (дата обращения: 05.11.2016).

57. Шагивалеева, Г.Р. Одиночество и особенности его переживания студентами [Текст] / Г.Р. Шагилеева. – Елабуга, 2007. – 157 с.

58. Швал, Ю.М. Одиночество: социально-психологические проблемы [Текст] / Ю.М. Швал, О.В. Данчева. – Киев, 1991. – 270 с.

59. Швалб, Ю.М. Феномен одиночества: культурно-исторические формы [Текст] / Ю.М. Швалб, О.В. Данчева // Философская и социологическая мысль. – 1990. – № 8. – С. 89-94.

60. Шитова, Н.В. Социально-психологические особенности одиноких женщин [Текст]: дис. ... канд. псих. наук / Н.В. Шитова. – Воронеж, 2009. – 186 с.

61. Шмелев, Р.В. Феномен одиночества человека как социально-психологическое явление [Текст] / Р.В. Шмелев // Отечественный журнал социальной работы. – 2004. – № 3. – С. 18-21.

62. Эльконин, Б.Д. Психология развития [Текст] / Б.Д. Эльконин. – М.: Академия, 2001. – 144 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Диагностические методики в порядке их предъявления

1. «Методика субъективного ощущения одиночества»

(Д. Рассел и М. Фергюсон)

Описание: диагностический тест-опросник, направленный на определение уровня одиночества. Методика включает в себя 20 утверждений.

Инструкция: Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое и оцените с точки зрения частоты их проявления применительно к вашей жизни при помощи четырех вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда». Выбранный вариант отметьте знаком «+».

№	Утверждения	Часто	Иногда	Редко	Никогда
1	Я несчастлив, занимаясь столькими вещами в одиночку				
2	Мне не с кем поговорить				
3	Для меня невыносимо быть таким одиноким				
4	Мне не хватает общения				
5	Я чувствую, будто никто не понимает меня				
6	Я застаю себя в ожидании, что люди позвонят, напишут мне				
7	Нет никого, к кому бы я мог обратиться				
8	Я сейчас больше ни с кем не близок				
9	Те, кто меня окружает, не разделяют мои интересы и идеи				
10	Я чувствую себя покинутым				
11	Я не способен раскрепощаться и общаться с теми, кто меня окружает				
12	Я чувствую себя совершенно одиноким				
13	Мои социальные отношения и связи поверхностны				

14	Я умираю от тоски по компании				
15	В действительности никто как следует не знает меня				
16	Я чувствую себя изолированным от других				
17	Я несчастен, будучи таким отверженным				
18	Мне трудно заводить друзей				
19	Я чувствую себя исключенным и изолированным другими				
20	Люди вокруг меня, но не со мной				

Интерпретация.

Подсчитывается количество каждого из вариантов ответов.

Сумма ответов «часто» умножается на 3, «иногда» — на 2, «редко» — на 1 и «никогда» — на 0. Полученные результаты складываются. Максимально возможный показатель одиночества — 60 баллов.

Высокую степень одиночества показывают от 40 до 60 баллов, от 20 до 40 баллов — средний уровень одиночества, от 0 до 20 баллов — низкий уровень одиночества.

2. Сочинение на тему: «Когда, в каких ситуациях я ощущаю себя взрослым» (О.В. Курышева)

Описание: проективная методика, направленная на определение типа образа взрослости.

Инструкция: Вам предлагается написать сочинение на тему: «Когда, в каких ситуациях я ощущаю себя взрослым». В своем сочинении Вы должны максимально описать и раскрыть данную тему.

Интерпретация.

1. Виртуальный план действий-формальная взрослость.

Описания такого типа строятся по типу сюжета действия героя как целое, не расчлененное по форме и содержанию. Ситуация описывается как происходившая «однажды». Обязательно присутствует эмоция, переживание ребенка, описываемое обычно как чувство гордости, радости, счастья. В

сюжете герой совершает «достойный, хороший», социально одобряемый поступок, преодолевая возникающие на пути трудности, которые «чудесным образом» разрешаются. Часто ребенок указывает на присутствие взрослых (обычно родителей), с чьей помощью удалось достичь успеха. К данной группе относится, например, следующее сочинение:

«Однажды я поехала за город и там увидела птицу, которую подстрелили. Я подбежала к ней, схватила ее и отнесла домой. Дома я обработала ей рану и каким-то чудом вытащила пулю. Через неделю рана зажила, и птица улетела. Я очень гордилась этим. В тот момент я и почувствовала себя взрослой» (Олеся Л., 10 лет 8 месяцев).

2. Реальный план действий-формальная взрослость.

Если в сочинениях, отнесенных к первому типу, эмоция и содержание представлены как целое, то здесь происходит их «расплюсовка». Ребенок опробует ощущение взрослости, выделяя признаки «взрослого» поведения. Примером этого является противопоставление им «детского», раннего и «взрослого», «недетского» поведения:

«Когда я нахожусь дома одна, то я всегда ощущаю себя взрослым человеком... Но когда я в школе, я наоборот, чувствую себя маленькой. Когда я в гостях у своих знакомых, я чувствую себя взрослым человеком, потому что я их хорошо знаю. А когда я в гостях у знакомых моих родителей, то я ощущаю себя ненужной, маленькой» (Таня С., 11 лет 2 месяца).

Для выделения ситуаций «взрослого» поведения ребенок берет готовый, не модифицированный признак («играю с маленькими детьми, красиво одеваюсь, достойно себя веду» и т.д.)

Опробование ощущения взрослости происходит по нескольким направлениям:

- по типу действия (самостоятельное, неподнадзорное, ответственное): «... когда я принимаю собственное решение. Например, я решила купить шарф на свои деньги» (Катя В., 12 лет).

- по типу аудитории, которой предъявляется взрослость (взрослый, младший, сверстник): «... когда я разговариваю со взрослыми о чем-нибудь серьезном» (Алеша Я., 11 лет); «... когда остаюсь одна с младшим братом» (Маша М., 10 лет 7 месяцев).

- по статусу: «... когда меня выбрали вожатым в лагере. У тебя появляется ощущение гордости, и никто тебя не обижает» (Ира М., 10 лет 8 месяцев).

Таким образом, эмоция, обычно чувство гордости, здесь также присутствует, но ребенок начинает осознавать, какие действия ее вызывают. Ребенок, отвечая на вопрос «Что нужно, чтобы испытать взрослость?», начинает рассматривать такие понятия, как самостоятельность и ответственность: «... когда я хожу на рынок, потому что у меня возникает ответственность за деньги и за продукты» (Саша С., 11 лет 3 месяца). Важным моментом является оценивание взрослости другими (обычно взрослыми).

Выделенные ребенком признаки «взрослого» поведения становятся символами собственной взрослости.

3. Реальный план действий-содержательная взрослость.

Действия, описываемые ребенком в сочинениях такого типа, двунаправленные (направлены не только вовне, но и на самого ребенка), реально совершаемые. На первый план выходит результат сделанного. Описание действий постепенно «сворачивается». Переживания относятся к реально происходящему, эмоции постепенно отходят на второй план. Признак «взрослой» ситуации модифицирован, ее значение приобретает личностный смысл: «Я ощущаю себя взрослым, когда я отвечаю за такие поступки, за которые раньше не нес ответственности. Я замечаю, что потихоньку становлюсь взрослее» (Паша Г., 12 лет 4 месяца).

4. Виртуальный план действий-содержательная взрослость.

Описания такого типа обобщены, указаний на эмоцию нет, реальные действия не описываются. Однако, ребенок точно знает, что выполнив те

условия, о которых он пишет, почувствует свою взрослость»: «Когда я ставлю перед собой цель и добиваюсь ее, я всегда чувствую себя взрослой» (Наташа К., 12 лет 11 месяцев).

3. «Дифференциальный опросник переживания одиночества»

(Е.Н. Осин и Д.А. Леонтьев)

Описание: методика представляет собой опросник, основанный на экзистенциальных представлениях об отношении личности к одиночеству, согласно которой принятие одиночества как экзистенциального факта открывает человеку возможность ценить ситуации уединения и использовать их как ресурс для аутокоммуникации и личностного роста. Неприятие или страх одиночества, напротив, приводят к избеганию уединения, постоянному поиску социальных контактов, что становится избеганием встречи человека с самим собой и препятствием для личностного роста. Методика создана и валидизирована в 2013 году Е.Н. Осиним и Д.А. Леонтьевым.

Инструкция: Вам предлагается ряд утверждений. Пожалуйста, рассмотрите последовательно каждое и оцените, насколько Вы согласны с ним, выбрав один из четырех вариантов ответа: «Не согласен», «Скорее не согласен», «Скорее согласен», «Согласен».

Утверждения	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен
1. Я чувствую, что нахожусь в ладу с окружающими меня людьми.				
2. Я чувствую себя одиноким.				
3. Для меня не так уж важно, окружают ли меня другие люди.				
4. Я испытываю недостаток в дружеском общении.				
5. Когда рядом со мной никого нет, я испытываю скуку.				
6. Я люблю оставаться				

наедине с самим собой.				
7. Нет людей, с которыми я был бы по-настоящему близок.				
8. Я ощущаю себя частью группы друзей.				
9. Я не люблю оставаться один.				
10. Нет никого, к кому бы я мог обратиться.				
11. Одиноким людям нужны помощь.				
12. Мне трудно найти людей, с которыми можно было бы поделиться моими мыслями.				
13. У меня мало общего с теми, кто меня окружает.				
14. Я люблю помечтать в одиночестве.				
15. Мне всегда не хватает общения.				
16. В одиночестве приходят интересные идеи.				
17. Если человек одинок, значит, у него проблемы в общении.				
18. Мне трудно быть вдали от людей.				
19. Бывают чувства, ощутить которые можно лишь наедине с собой.				
20. Есть люди, которые по-настоящему понимают меня.				
21. Есть люди, с которыми я могу поговорить.				
22. Чтобы понять какие-то важные вещи, человеку необходимо остаться одному.				
23. Когда я остаюсь один, я не испытываю неприятных чувств.				
24. Я чувствую себя				

покинутым.				
25. В одиночестве голова работает лучше.				
26. Семья необходима человеку, потому что помогает спастись от одиночества.				
27. Люди вокруг меня, но не со мной.				
28. В одиночестве человек познает самого себя.				
29. Мои социальные связи не глубоки.				
30. Я плохо выношу отсутствие компании.				
31. В одиночестве я чувствую себя самым собой.				
32. Худшее, что можно сделать с человеком – это оставить его одного.				
33. Лишение общения вынести не легче, чем лишение воды и пищи.				
34. Мне кажется, что меня никто не понимает.				
35. Когда я один, мне в голову приходят только тоскливые мысли.				
36. Мне хорошо дома, когда я один.				
37. Когда я остаюсь один, я испытываю дискомфорт.				
38. Даже наедине с собой можно не чувствовать одиночества.				
39. Без общения с людьми человек теряет самого себя.				
40. В одиночестве каждый видит в себе то, что он есть на самом деле.				

Полная версия опросника содержит 40 утверждений, сгруппированных в 8 субшкал и 3 шкалы.

Субшкала 1 «Изоляция» содержит утверждения, говорящие об отсутствии людей, с которыми возможен близкий контакт.

Субшкала 2 «Переживание одиночества» включает в себя сформулированные в общем виде утверждения, конструирующие образ Я респондента как одинокого человека.

Субшкала 3 «Отчуждение» подчёркивает отсутствие значимых связей с окружающими людьми.

Субшкала 4 «Дисфория одиночества» измеряет негативные чувства, связанные с пребыванием в одиночестве.

Субшкала 5 «Одиночество как проблема» отражает негативную оценку одиночества как феномена.

Субшкала 6 «Потребность в компании» измеряет переживаемую потребность в общении.

Субшкала 7 «Радость уединения» измеряет принятие человеком одиночества и уединения.

Субшкала 8 «Ресурс уединения» содержит утверждения, отражающие продуктивные аспекты уединения.

1. Сумма субшкал 1-3 даёт балл по шкале «Общее одиночество», отражающей степень актуального ощущения одиночества, нехватки близкого общения с другими людьми. Высокие баллы по шкале ОО связаны с актуальной выраженностью переживания изоляции, нехватки эмоциональной близости или контактов с людьми и осознанием респондентом себя как одинокого, изолированного человека. Низкие баллы по шкале ОО свидетельствуют о том, что респондент не испытывает болезненного переживания одиночества, связанного с нехваткой близости или общения, и не считает себя одиноким человеком.

2. Сумма субшкал 4-6 даёт балл по шкале «Зависимость от общения», отражающей неприятие одиночества, неспособность оставаться одному. Высокие баллы по этой шкале свидетельствуют о негативном представлении респондента об одиночестве и его склонности искать общение

любой ценой с целью избежать ситуаций уединения, которые связаны с неприятными или болезненными переживаниями. Низкие баллы по этой шкале, напротив, отражают спокойное, толерантное отношение к переживанию одиночества, ситуациям уединения и одиноким людям.

3. Сумма субшкал 7-8 даёт балл по шкале «Позитивное одиночество», измеряющей способность человека находить ресурс в уединении, творчески использовать его для самопознания и саморазвития. Высокие баллы по этой шкале свидетельствуют о том, что респондент испытывает положительные эмоции в ситуациях уединения, умеет ценить их и стремится осознанно уделять время наедине с самим собой в собственной жизни. Низкие баллы по этой шкале отражают неспособность респондента находить ресурс в ситуациях уединения и отсутствие положительных эмоций в связи с уединением. По данным пилотажных исследований, показатель позитивного одиночества коррелирует с творческой активностью.

Ключ

Вариант ответа	В прямых значениях	В обратных значениях
Не согласен	1 балл	4 балла
Скорее не согласен	2 балла	3 балла
Скорее согласен	3 балла	2 балла
Согласен	4 балла	1 балл

Шкала	В прямых значениях	В обратных значениях
Изоляция	7, 10, 12	20, 21
Самоощущение	2, 4, 15, 24, 34	
Отчуждение	13, 27, 29	1, 8
Дисфория	5, 35, 37	23, 38
Проблемное одиночество	11, 17, 26, 32, 39	
Потребность в компании	9, 18, 30, 33	3
Радость уединения	6, 14, 31, 36	
Ресурс уединения	16, 19, 22, 25, 28, 40	

Общее переживание одиночества	2, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 24, 27, 29, 34	1, 8, 20, 21
Зависимость от общения	5, 9, 11, 17, 18, 26, 30, 32, 33, 35, 37, 39	3, 23, 38
Позитивное одиночество	6, 14, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 36, 40	

4. Методика «Мой образ взрослости» (О.В. Курышева)

Описание: диагностический тест-опросник, направленный на определение типов ситуаций проявления взрослости. Методика включает в себя 100 ситуаций.

Инструкция: из приведенных ситуаций отметь знаком «+» те, в которых ты ощущаешь себя взрослым. Отмеченные ситуации оцени по трехбалльной системе:

3 – ощущение взрослости очень сильное

2 – ощущение взрослости среднее

1 – ощущение взрослости слабое

Я ощущаю себя взрослым, когда ...

1. уступаю место в транспорте
2. разговариваю со взрослыми о чем-нибудь серьезном
3. сам распоряжаюсь деньгами
4. получаю «пять» в школе
5. меня хвалят родители
6. общаюсь с детьми младше меня
7. отвечаю на телефонный звонок, и меня путают с родителями
8. гуляю по улице с другом (подругой)
9. остаюсь один дома
10. посещаю общественные места
11. помогаю слабым (детям, старикам, животным)
12. взрослые спрашивают мое мнение, совет
13. могу постоять за себя

14. сдаю экзамены в школе
15. родители говорят мне «Какой ты уже взрослый!»
16. объясняю младшим детям, что хорошо, а что плохо
17. разговариваю со старшими ребятами как их взрослый друг
18. обсуждаю с приятелем свои дела
19. помогаю родителям по дому
20. иду в театр
21. совершил хороший поступок
22. ссорюсь со взрослыми
23. сам еду или иду далеко от дома
24. перехожу в следующий класс
25. делаю что-то лучше других
26. учу младших ребят что-нибудь делать
27. покупаю одежду на размер больше
28. играю с друзьями
29. делаю домашние дела
30. иду в цирк
31. поступаю так, как надо
32. обсуждаю со взрослыми фильмы, книги, дела
33. сам принимаю решение
34. могу отлично ответить на уроке и удивить сверстников
35. взрослые оставляют меня за старшего
36. даю советы младшим ребятам
37. в споре с родителями оказываюсь правым
38. друзья прислушиваются к моим советам
39. ко мне на день рождения приходят мои друзья
40. занимаюсь в кружке, музыкальной школе
41. помогаю старикам перейти через дорогу
42. спорю со взрослыми
43. в ситуации, когда возникает опасность, и нужно принять решение

44. правильно выполняю задание на уроке
45. делаю что-то лучше взрослых
46. играю с младшими ребятами
47. одеваюсь, как взрослый
48. вместе с друзьями сам еду или иду куда-нибудь (на футбол, пикник и т.д.)
49. родители разрешают то, чего не разрешали раньше
50. еду один в другой город, лагерь и т.д.
51. культурно веду себя в общественных местах
52. взрослые учат меня что-то делать
53. хожу сам в магазин, на рынок и т.д.
54. в класс приходит новый ученик
55. делаю что-то лучше, чем мои друзья
56. мне доверяют остаться с младшим ребенком
57. играю, как будто я мама или папа
58. общаюсь со старшим другом (подругой)
59. делаю что-то вместе с родителями
60. смотрю фильмы для взрослых
61. помогаю животным
62. работаю наравне со взрослыми
63. делаю что-то сам без помощи взрослых
64. заменяю учителя на уроке
65. делаю что-то лучше, чем младшие ребята
66. помогаю младшим ребятам что-то делать
67. гуляю с друзьями допоздна
68. меня выбирают капитаном команды, старостой и т.д.
69. занимаюсь дома своими делами (читаю, учу уроки и т.д.)
70. наступает Новый год
71. защищаю маленького ребенка
72. прихожу в гости к знакомым или друзьям родителей

73. мне доверяют важное и ответственное дело
74. отвечаю на уроке
75. сделаю что-то лучше, чем раньше
76. в школе общаюсь с младшими детьми
77. делаю домашние дела, подражая родителям
78. вместе играю со старшими ребятами
79. делаю то, что не могут сделать родители
80. занимаюсь спортом
81. помогаю родителям, потому что они болеют, устали и т.д.
82. разговариваю с незнакомым взрослым человеком
83. выполняю тяжелую физическую работу наравне со взрослыми
84. дополняю ответы учеников
85. я что-то знаю, а другие нет
86. несу ответственность за младших детей
87. читаю книги и журналы, которые читают родители
88. ссорюсь с друзьями
89. ко мне в гости приходят друзья
90. «болею» за футбольную команду
91. совершил хороший поступок
92. делаю что-то по просьбе учителя
93. отстаиваю свою точку зрения
94. общаюсь с одноклассниками
95. сделаю дело, и оно понравится родителям
96. общаюсь с другом, который младше меня
97. подражаю родительским привычкам
98. делаю что-то вместе с друзьями
99. ложусь спать позже, чем обычно
100. испытываю чувство гордости за свой город, страну

Интерпретация: в анкете представлено десять типов ситуаций, каждый из которых описывается десятью вопросами (например, ситуации

«Соблюдение общепринятых норм» соответствуют вопросы 1, 11, 21, 31 и т.д.; ситуации «Общение со взрослыми – вопросы 2, 12, 22, 32 и т.д.)

Типы ситуаций:

1. Соблюдение общепринятых норм
2. Общение со взрослыми
3. Самостоятельное действие
4. Школьная жизнь
5. Оценивание взрослости
6. Общение с младшими детьми
7. Подражание
8. Общение со сверстниками
9. Домашние ситуации
10. Другое

Приложение 2

Сводные таблицы полученных данных

Таблица 1.

Уровень и тип переживания одиночества у подростков (в баллах)

№ п/п	УО	Тип одиночества										
		И	ПО	О	ДО	ОП	ПвК	РУ	РесУ	ОО	ЗО	ПО
1	6	6	5	8	10	14	13	8	15	19	37	23
2	12	9	8	10	10	15	11	12	21	27	36	33
3	3	8	5	8	10	11	10	11	19	21	31	30
4	6	5	6	7	10	16	14	12	19	18	40	31
5	21	7	12	10	9	12	12	15	24	29	33	39
6	45	16	13	14	8	7	8	15	24	43	23	39
7	2	6	5	5	10	13	9	9	16	16	32	25
8	15	9	10	10	9	11	9	15	22	29	29	37
9	5	8	7	8	10	14	15	10	14	23	39	24
10	3	7	6	9	8	17	15	14	23	22	40	37
11	6	6	5	7	10	9	8	14	19	18	27	33
12	8	5	6	8	10	13	12	11	18	19	35	29
13	4	7	5	10	5	9	9	16	24	22	23	40
14	3	5	5	5	6	15	13	9	19	15	34	28
15	7	6	5	8	11	16	11	12	18	19	38	30
16	0	5	5	5	6	12	14	10	17	15	32	27
17	8	13	9	8	9	11	15	11	19	30	35	30
18	6	5	6	5	10	20	16	12	31	16	46	43
19	4	6	7	7	7	11	13	11	16	20	31	27
20	12	12	7	8	6	9	7	12	24	27	22	36
21	2	6	8	7	8	12	12	11	19	21	32	30
22	3	5	5	7	6	15	12	10	13	17	33	23
23	6	8	7	7	5	12	8	14	24	22	25	38
24	33	9	13	11	8	11	8	16	24	33	27	40
25	6	7	5	7	10	13	16	13	20	19	39	33
26	12	6	6	9	5	9	5	16	21	21	19	37
27	27	9	9	9	11	11	11	11	21	27	33	32
28	7	5	5	9	12	11	14	6	14	19	37	20
29	12	6	7	9	7	10	11	14	22	22	28	36
30	10	7	9	9	10	16	14	8	18	25	40	26
31	6	5	8	8	10	15	10	10	17	21	35	27
32	46	15	17	19	8	7	10	16	22	51	25	38
33	15	5	6	9	19	15	18	7	15	20	52	22
34	34	6	14	13	11	18	15	13	18	33	44	31
35	29	7	12	14	15	15	14	13	22	33	44	35

36	38	9	14	18	6	13	9	15	24	41	28	39
37	3	5	5	6	9	14	12	5	12	16	35	17
38	10	7	5	9	9	12	10	11	17	21	31	28
39	15	5	6	6	8	13	14	14	24	17	35	38
40	23	5	11	9	11	8	20	16	24	25	39	40
41	9	7	7	9	9	15	12	13	19	23	36	32
42	23	8	9	14	9	16	12	15	20	31	37	35
43	48	8	16	16	7	17	10	15	24	40	34	39
44	8	5	5	5	9	10	14	7	19	15	33	26
45	27	9	11	14	11	13	11	15	21	34	35	36
46	0	7	9	8	14	16	16	10	20	24	46	30
47	5	5	5	10	14	18	14	9	13	20	46	22
48	17	5	8	5	8	7	11	16	24	18	26	40
49	24	6	13	12	11	11	12	16	22	31	34	38
50	6	6	6	6	12	17	19	7	18	18	48	25
51	16	6	6	9	7	12	11	16	21	21	30	37
52	14	8	5	10	5	19	11	13	21	23	35	34
53	27	6	8	10	15	19	13	9	16	24	47	25
54	8	8	6	10	8	5	14	9	11	24	27	20
55	50	14	19	19	14	15	18	10	22	52	47	32
56	15	5	5	9	10	14	11	11	18	19	35	29
57	3	5	5	6	11	14	14	5	12	16	39	17
58	10	10	7	10	11	16	16	10	18	27	43	28
59	14	11	10	13	13	10	10	9	19	34	33	28
60	30	8	10	9	12	17	13	14	24	27	42	38
61	14	11	8	6	11	20	14	9	21	25	45	30
62	11	7	5	9	8	13	15	13	18	21	36	31
63	14	10	8	9	13	17	17	8	17	27	47	25
64	7	6	5	5	10	17	14	14	23	16	41	37
65	15	8	7	8	11	16	15	13	19	23	42	32
66	13	5	5	7	6	10	11	15	22	17	27	37
67	16	6	8	9	9	18	16	9	15	23	43	24
68	10	5	6	11	11	15	15	8	16	22	41	24
69	19	9	7	13	8	13	9	15	23	29	30	38
70	26	12	13	13	14	14	15	12	18	38	43	30
71	13	6	9	9	9	8	9	16	19	24	26	35
72	5	5	5	5	14	17	18	6	13	15	49	19
73	0	5	5	8	8	8	15	4	9	18	31	13
74	26	12	11	11	8	11	6	15	16	34	25	31
75	9	6	6	10	8	15	13	11	22	22	36	33
76	39	18	15	16	12	14	12	11	19	49	38	30
77	17	11	11	8	19	17	17	10	16	30	53	26
78	4	6	6	6	10	14	12	10	17	18	36	27

79	56	8	20	18	10	15	12	12	24	46	37	36
80	15	8	7	13	8	15	11	13	19	28	34	32
81	4	5	5	5	12	20	17	7	14	15	49	21
82	33	11	11	16	10	17	12	13	20	38	39	33
83	0	5	5	8	5	19	14	8	17	18	38	25
84	8	6	5	7	12	12	10	9	18	18	34	27
85	20	10	6	9	11	16	13	9	17	25	40	26
86	13	9	5	9	12	15	15	10	16	23	42	26
87	13	6	5	8	7	15	11	12	20	19	33	32
88	16	11	5	11	7	14	9	11	13	27	30	24
89	24	5	7	9	9	15	13	15	20	21	37	35
90	14	6	8	9	8	11	11	16	24	23	30	40
91	1	5	5	8	8	15	12	9	18	18	35	27
92	3	5	5	5	6	7	5	12	21	15	18	33
93	4	5	5	7	12	16	15	12	19	17	43	31
94	4	5	6	7	6	11	12	11	22	18	29	33
95	7	5	5	6	16	17	19	4	6	16	52	10
96	5	5	5	5	8	18	18	11	23	15	44	34
97	13	6	6	11	7	13	13	14	24	23	33	38
98	10	5	5	7	10	16	15	11	17	17	41	28
99	3	5	5	5	8	14	10	10	18	15	32	28
100	0	8	6	6	7	5	5	16	24	20	17	40
101	7	5	6	6	6	14	10	12	19	17	30	31
102	33	11	12	16	8	14	8	14	23	39	30	37
103	5	5	5	6	10	13	7	11	14	16	30	25
104	27	9	16	16	9	20	13	13	21	41	42	34
105	8	5	5	5	13	18	12	8	15	15	43	23
106	36	11	8	19	7	6	6	16	24	38	19	40
107	27	11	13	15	9	14	9	13	23	39	32	36
108	8	5	5	7	15	18	12	7	16	17	45	23
109	15	9	7	8	9	16	13	9	18	24	38	27
110	7	6	7	6	11	15	15	12	17	19	41	29
111	21	16	8	6	8	12	16	9	13	30	36	22
112	14	7	7	5	19	16	18	9	15	19	53	24
113	23	7	5	8	8	14	14	10	15	20	36	25
114	13	8	10	9	11	15	14	10	15	27	40	25
115	18	12	9	10	9	6	5	13	17	31	20	30
116	9	7	8	10	13	16	16	6	15	25	45	21
117	8	5	6	5	12	17	14	10	11	16	43	21
118	12	5	7	5	12	19	17	12	16	17	48	28
119	18	8	5	10	10	12	13	14	20	23	35	34
120	19	8	7	7	10	12	11	13	20	22	33	33
121	1	5	5	5	7	17	15	9	20	15	39	29

122	0	5	5	5	8	5	9	11	15	15	22	26
123	4	5	5	5	9	16	11	9	22	15	36	31
124	26	9	9	14	11	13	14	12	18	32	38	30
125	11	6	6	9	13	12	14	6	14	21	39	20

Усл. обозначения: УО – уровень одиночества; И – изоляция, ПО – переживание одиночества, О – отчуждение, ДО – дисфория одиночества, ОП – одиночество как проблема, ПвК – потребность в компании, РУ – радость уединения, РесУ – ресурс уединения, ОО – общее одиночество, ЗО – зависимость от общения, ПозО – позитивное одиночество.

Таблица 2.

Тип образа взрослости и тип ситуаций проявления взрослости у подростков
(в баллах)

№ п/п	Тип образа взрослости*	Тип ситуаций проявления взрослости									
		СОН	ОсВ	СД	ШЖ	ОВ	ОсД	Подр	ОС	ДС	Др
1	2	4	1	2	0	0	5	0	0	0	0
2	2	15	7	14	4	2	11	0	0	3	5
3	2	4	0	6	0	0	11	0	0	0	0
4	2	6	4	15	0	0	3	0	2	1	2
5	4	6	12	18	2	8	3	8	3	6	4
6	2	2	4	14	1	6	0	2	1	2	4
7	2	0	1	0	0	0	5	0	0	0	0
8	2	3	4	6	2	4	0	1	0	0	1
9	2	3	0	3	0	2	2	0	0	4	1
10	2	6	5	11	0	2	5	0	0	5	4
11	3	7	9	17	3	11	12	3	9	8	6
12	4	4	8	17	3	5	4	6	3	5	7
13	2	3	6	8	0	1	1	0	0	5	0
14	4	17	7	11	6	6	7	2	3	1	5
15	2	12	12	16	6	12	15	18	11	11	14
16	3	4	4	8	3	0	0	0	2	0	3
17	2	17	5	8	6	5	0	3	0	4	3
18	1	0	4	13	3	2	6	7	2	4	8
19	2	10	7	16	3	0	9	0	0	3	1
20	3	19	13	15	7	9	16	6	7	4	3
21	2	15	10	12	2	3	12	2	3	8	3
22	2	11	0	12	4	2	14	0	0	0	2
23	3	18	9	18	8	4	16	3	8	10	8
24	3	12	9	24	6	13	5	10	4	12	8
25	2	0	7	9	0	4	10	3	0	4	4
26	3	16	14	17	6	8	10	5	7	15	9
27	4	12	14	23	15	11	12	14	15	14	15

28	2	7	4	4	0	3	12	3	0	2	2
29	2	7	1	8	1	0	9	1	2	0	1
30	1	10	1	6	1	5	5	7	0	4	4
31	2	10	8	12	1	9	10	11	8	10	2
32	2	0	12	15	7	3	2	13	5	7	9
33	2	20	5	19	2	6	11	1	4	8	2
34	2	7	2	12	1	3	9	0	2	3	3
35	1	1	0	2	0	1	1	1	0	1	0
36	1	2	2	4	0	3	1	1	0	1	0
37	2	8	8	11	0	4	6	0	8	5	9
38	4	2	7	3	0	3	0	0	0	0	0
39	2	5	8	12	1	4	4	5	14	16	6
40	2	11	12	23	2	11	25	18	8	12	6
41	2	8	5	2	2	0	3	0	0	0	1
42	2	1	3	8	0	3	9	0	0	0	1
43	2	5	5	14	1	15	14	1	0	3	1
44	4	3	4	7	0	0	1	3	0	0	0
45	2	15	4	8	2	4	11	1	0	5	1
46	2	1	6	13	3	0	5	2	2	3	3
47	2	6	11	7	2	7	6	14	4	9	8
48	3	23	25	30	21	21	22	24	21	18	18
49	3	21	18	26	20	21	21	21	20	22	25
50	3	0	3	8	4	0	0	0	0	3	4
51	2	6	15	14	4	9	15	10	5	9	3
52	2	0	0	4	2	0	0	0	0	0	0
53	2	9	3	10	3	0	2	0	8	0	0
54	2	22	22	24	24	20	20	20	20	19	21
55	2	5	6	8	0	2	0	1	2	2	1
56	2	14	3	13	2	3	11	2	2	7	0
57	2	10	7	14	0	2	11	7	5	4	8
58	1	18	8	15	9	11	10	9	7	10	16
59	1	0	0	0	0	0	0	6	0	2	0
60	3	8	14	17	5	5	11	15	0	6	9
61	2	9	5	10	6	0	2	0	0	4	8
62	2	5	2	7	0	1	2	1	1	1	4
63	3	1	5	12	1	4	2	4	1	10	3
64	2	5	3	8	2	3	6	7	4	2	2
65	2	20	8	12	0	10	12	8	4	18	8
66	2	3	6	20	0	2	6	9	0	7	5
67	2	10	17	24	10	13	8	19	16	14	16
68	2	15	11	20	6	12	11	10	5	11	10
69	2	4	0	9	0	0	11	1	4	5	2
70	2	14	7	13	6	12	7	5	0	8	3

71	2	7	2	4	0	0	4	0	0	0	1
72	3	7	11	15	2	4	6	5	12	0	6
73	2	13	7	3	0	2	5	0	2	2	10
74	2	5	7	14	5	9	12	2	6	9	2
75	3	18	3	11	3	5	2	0	0	7	9
76	2	1	10	11	3	0	10	3	7	0	3
77	2	8	9	14	1	6	7	1	4	3	3
78	2	20	8	13	0	4	6	2	1	12	5
79	2	22	17	18	20	24	26	21	18	17	21
80	4	20	12	27	5	8	9	7	2	8	0
81	2	6	9	8	5	6	16	5	6	10	11
82	2	2	1	6	2	6	13	3	7	4	0
83	2	23	15	22	1	19	24	15	11	17	15
84	3	0	4	9	0	2	10	0	0	0	0
85	2	6	4	2	0	5	3	4	2	5	5
86	2	18	5	19	4	9	3	3	3	13	8
87	3	12	15	19	1	11	7	6	5	7	9
88	2	7	0	4	0	4	10	0	0	0	0
89	3	8	6	15	2	0	3	0	0	2	3
90	2	12	4	12	3	6	4	6	4	13	6
91	2	5	3	14	5	5	5	0	0	2	2
92	3	3	7	6	0	3	5	2	3	1	2
93	2	11	6	7	2	8	12	2	4	11	4
94	1	4	12	13	4	5	6	0	3	4	5
95	2	17	8	25	0	11	14	8	2	6	7
96	2	0	3	8	8	0	24	4	3	0	5
97	2	18	2	17	2	3	14	0	2	4	3
98	2	6	6	21	0	0	15	0	0	0	3
99	2	25	11	16	7	14	12	7	6	6	14
100	1	2	2	14	2	2	2	4	6	8	4
101	2	16	10	13	4	6	28	3	8	9	4
102	2	6	9	16	4	2	15	0	2	1	3
103	2	15	5	16	3	7	10	6	12	3	5
104	2	22	18	26	15	23	24	15	17	6	14
105	2	27	0	12	0	6	18	3	3	9	12
106	2	1	7	3	2	2	4	3	0	0	0
107	2	1	5	15	3	5	0	5	1	2	3
108	2	15	5	18	4	2	6	2	1	4	3
109	2	8	2	5	3	2	2	2	0	2	2
110	2	5	6	10	4	2	6	9	8	7	5
111	2	6	2	11	0	2	13	2	6	1	4
112	2	4	7	13	1	0	12	10	9	2	12
113	2	2	4	6	1	3	7	13	10	1	10

114	2	21	8	12	0	0	7	0	1	8	3
115	2	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1
116	2	5	13	17	3	11	17	6	8	6	8
117	2	24	16	19	14	22	11	12	15	12	17
118	2	11	6	13	0	2	2	4	5	1	7
119	1	10	2	8	1	1	7	0	2	5	7
120	2	7	6	15	3	8	7	8	3	5	3
121	4	12	11	16	6	9	15	5	6	5	9
122	4	7	2	15	2	3	7	2	2	2	15
123	2	15	10	14	2	2	10	4	8	1	4
124	2	20	11	15	3	14	7	7	2	6	6
125	2	7	1	11	3	2	5	1	2	2	1

Усл. обозначения: *1 – «Виртуальный план действий-формальная взрослость»; *2 – «Реальный план действий-формальная взрослость»; *3 – «Реальный план действий-содержательная взрослость»; *4 – «Виртуальный план действий-содержательная взрослость»; СОН – соблюдение общепринятых норм, ОсВ – общение со взрослыми, СД – самостоятельное действие, ШЖ – школьная жизнь, ОВ – оценивание взрослости, ОсД – общение с младшими детьми, Подр – подражание, ОС – общение со сверстниками, ДС – домашние ситуации, Др – другое.

Приложение 3

Результаты статистической обработки данных

1. Статистические различия между мальчиками и девочками в уровне и типе переживания одиночества

Статистика критерий

	УО	И	ПО	О	ДО	ОП	ПвК	РУ	РесУ	ОО	ЗО	ПозО
Статистика U Манна-Уитни	1212,000	1430,500	1127,000	1179,000	1645,000	1847,500	1814,000	1150,000	1174,000	1160,500	1829,500	1113,000
Статистика W Уилкоксона	2590,000	2808,500	2505,000	2557,000	4346,000	3225,500	4515,000	2528,000	2552,000	2538,500	4530,500	2491,000
Z	-3,439	-2,398	-3,964	-3,630	-1,277	-,254	-,423	-3,766	-3,642	-3,701	-,343	-3,937
Асимпт. знч. (дву хсторонняя)	,001	,017	,000	,000	,202	,799	,672	,000	,000	,000	,731	,000

а. Группирующая переменная: Пол

Усл. обозначения: УО – уровень одиночества, И – изоляция, ПО – переживание одиночества, О – отчуждение, ДО – дисфория одиночества, ОП – одиночество как проблема, ПвК – потребность в компании, РУ – радость уединения, РесУ – ресурс уединения, ОО – общее одиночество, ЗО – зависимость от общения, ПозО – позитивное одиночество.

2. Статистические различия между мальчиками и девочками в типе образа взрослости и типе ситуаций взрослости

Статистика критерий

	ТВ	СОН	ОсВ	СД	ШЖ	ОВ	ОсД	Подр	ОС	ДС	Др
Статистика U Манна-Уитни	1509,000	1687,500	1762,000	1757,000	1751,500	1750,000	1766,500	1799,000	1697,500	1797,000	1650,500
Статистика W Уилкоксона	4210,000	4388,500	4463,000	3135,000	3129,500	4451,000	3144,500	4500,000	4398,500	4498,000	4351,500
Z	-2,468	-1,056	-,683	-,708	-,746	-,747	-,660	-,501	-1,022	-,508	-1,246
Асимпт. знч. (дву хсторонняя)	,014	,291	,495	,479	,456	,455	,509	,616	,307	,611	,213

а. Группирующая переменная: Пол

Усл. обозначения: ТВ – тип образа взрослости, СОН – соблюдение общепринятых норм, ОсВ – общение со взрослыми, СД – самостоятельное действие, ШЖ – школьная жизнь, ОВ – оценивание взрослости, ОсД – общение с младшими детьми, Подр – подражание, ОС – общение со сверстниками, ДС – домашние ситуации, Др – другое.

3. Статистические различия между показателями переживания одиночества и типами образа взрослости

Статистика критерия^{а,б}

	УО	И	ПО	О	ДО	ОП	ПвК	РУ	РесУ	ОО	ЗО	ПозО
Хи-квадрат	,916	3,171	2,707	4,327	3,410	4,954	3,583	2,643	10,857	4,502	6,230	7,574
ст. св.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Асимпт. знч.	,821	,366	,439	,228	,333	,175	,310	,450	,013	,212	,101	,056

а. Критерий Краскела-Уоллеса

б. Группирующая переменная: ТВ

Усл. обозначения: УО – уровень одиночества, И – изоляция, ПО – переживание одиночества, О – отчуждение, ДО – дисфория одиночества, ОП – одиночество как проблема, ПвК – потребность в компании, РУ – радость уединения, РесУ – ресурс уединения, ОО – общее одиночество, ЗО – зависимость от общения, ПозО – позитивное одиночество, ТВ – тип взрослости.

4. Статистические различия между показателями переживания одиночества и типами ситуаций взрослости

Статистика критерия^{а,б}

	УО	И	ПО	О	ДО	ОП	ПвК	РУ	РесУ	ОО	ЗО	ПозО
Хи-квадрат	1,074	1,095	,724	,529	4,088	7,650	9,070	4,926	,626	,044	9,247	2,507
ст. св.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Асимпт. знч.	,584	,579	,696	,768	,130	,022	,011	,085	,731	,978	,010	,286

а. Критерий Краскела-Уоллеса

б. Группирующая переменная: ТСВ

Усл. обозначения: УО – уровень одиночества, И – изоляция, ПО – переживание одиночества, О – отчуждение, ДО – дисфория одиночества, ОП – одиночество как проблема, ПвК – потребность в компании, РУ – радость уединения, РесУ – ресурс уединения, ОО – общее одиночество, ЗО – зависимость от общения, ПозО – позитивное одиночество, ТСВ – тип ситуаций взрослости.

ТВ	Кoeffициент корреляции	-,061	-,154	-,132	-,186*	-,142	-,136	-,131	,015	,044	-,187*	-,177*	,020	1,000	,132	,318**	,278**	,208*	,175	,046	,086	,106	,058	,132
	Знач. (2-сторонн.)	,496	,086	,141	,038	,114	,130	,145	,872	,624	,036	,048	,822	.	,144	,000	,002	,020	,051	,608	,338	,240	,520	,142
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
СОН	Кoeffициент корреляции	-,054	-,198*	-,020	-,074	,033	,110	,080	-,116	-,155	-,088	,088	-,156	,132	1,000	,450**	,536**	,391**	,548**	,484**	,288**	,386**	,559*	,478**
	Знач. (2-сторонн.)	,548	,027	,822	,410	,716	,221	,378	,196	,084	,329	,332	,081	,144	.	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
ОсВ	Кoeffициент корреляции	,030	-,113	,131	-,030	-,013	,006	,055	,049	,074	-,015	,009	,066	,318**	,450**	1,000	,669**	,511**	,628**	,431**	,602**	,600**	,586*	,597**
	Знач. (2-сторонн.)	,741	,208	,145	,742	,886	,946	,546	,588	,414	,865	,924	,467	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
СД	Кoeffициент корреляции	,082	-,180*	,103	-,034	-,012	,051	,029	,102	,087	-,040	,023	,098	,278**	,536**	,669**	1,000	,539**	,584**	,485**	,510**	,522**	,579*	,569**
	Знач. (2-сторонн.)	,363	,045	,254	,706	,898	,570	,744	,258	,333	,660	,800	,279	,002	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
ШЖ	Кoeffициент корреляции	,074	,034	,195*	,037	-,082	,067	-,035	,084	,173	,081	-,022	,137	,208*	,391**	,511**	,539**	1,000	,480**	,317**	,428**	,439**	,423*	,455**
	Знач. (2-сторонн.)	,410	,704	,029	,686	,361	,461	,699	,349	,054	,371	,807	,128	,020	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
ОВ	Кoeffициент корреляции	,153	-,020	,129	,126	,002	,049	-,020	,072	,021	,101	-,002	,042	,175	,548**	,628**	,584**	,480**	1,000	,468**	,652**	,533**	,709*	,540**
	Знач. (2-сторонн.)	,087	,822	,152	,160	,981	,591	,824	,425	,812	,263	,982	,645	,051	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
ОсД	Кoeffициент корреляции	-,036	-,204*	-,074	-,104	-,007	,119	,040	-,022	-,071	-,126	,061	-,056	,046	,484**	,431**	,485**	,317**	,468**	1,000	,363**	,505**	,393*	,381**
	Знач. (2-сторонн.)	,691	,023	,410	,249	,938	,187	,660	,808	,434	,162	,499	,532	,608	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
Подр	Кoeffициент корреляции	,156	-,050	,135	-,045	,137	,035	,098	,044	,066	,006	,098	,060	,086	,288**	,602**	,510**	,428**	,652**	,363**	1,000	,641**	,608*	,607**
	Знач. (2-сторонн.)	,082	,577	,134	,615	,128	,697	,279	,630	,461	,944	,277	,510	,338	,001	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
ОС	Кoeffициент корреляции	,002	-,196*	,010	-,186*	,045	,067	,077	-,042	-,076	-,151	,068	-,064	,106	,386**	,600**	,522**	,439**	,533**	,505**	,641**	1,000	,535*	,627**
	Знач. (2-сторонн.)	,979	,028	,913	,038	,621	,456	,392	,645	,398	,093	,451	,480	,240	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
ДС	Кoeffициент корреляции	,047	-,066	,123	,036	,079	,027	,088	,110	,072	,042	,070	,094	,058	,559**	,586**	,579**	,423**	,709**	,393**	,608**	,535**	1,000	,615**
	Знач. (2-сторонн.)	,603	,467	,171	,689	,379	,767	,331	,223	,424	,639	,435	,296	,520	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125
Др	Кoeffициент корреляции	-,111	-,227*	-,083	-,254**	,062	,150	,264**	-,116	-,077	-,221*	,180*	-,093	,132	,478**	,597**	,569**	,455**	,540**	,381**	,607**	,627**	,615*	1,000
	Знач. (2-сторонн.)	,217	,011	,359	,004	,489	,095	,003	,196	,393	,013	,044	,305	,142	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.
	N	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125	125

** Корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя).

* Корреляция значима на уровне 0.05 (2-сторонняя).

Усл. обозначения: УО – уровень одиночества, И – изоляция, ПО – переживание одиночества, О – отчуждение, ДО – дисфория одиночества, ОП – одиночество как проблема, ПвК – потребность в компании, РУ – радость уединения, РесУ – ресурс уединения, ОО – общее одиночество, ЗО – зависимость от общения, ПозО – позитивное одиночество, ТВ – тип образа взрослости, СОН – соблюдение общепринятых норм, ОсВ – общение со взрослыми, СД – самостоятельное действие, ШЖ – школьная жизнь, ОВ – оценивание взрослости, ОсД – общение с младшими детьми, Подр – подражание, ОС – общение со сверстниками, ДС – домашние ситуации, Др – другое.