

Міністерство освіти і науки України  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи  
Кафедра загальної та практичної психології

Дипломна робота  
(бакалавра)

з теми: **«ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ЗАПОБІГАННЯ  
САМОТНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ»**

Виконав: здобувач вищої освіти  
групи Ps1-B19  
спеціальності 053 Психологія  
**Шевчук Артур Валерійович**

Керівник:  
**Гоцуляк Наталія Євгенівна**, кандидат  
психологічних наук, доцент, доцент  
кафедри загальної та практичної психології

Рецензент:  
**Славіна Наталія Сергіївна**,  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної  
психології

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА ЗАПОБІГАННЯ САМОТНОСТІ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....</b>	<b>8</b>
1.1. Поняття самотності як соціально-психологічного феномену.....	8
1.2. Основні причини виникнення та особливості переживання самотності в юнацькому віці.....	15
1.3. Фактори, що впливають на формування самотності у юнацькому віці...20	20
1.3. Емоційний інтелект як чинник запобігання самотності в юнацькому віці.....	25
Висновки до першого розділу.....	30
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА ЗАПОБІГАННЯ САМОТНОСТІ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....</b>	<b>32</b>
2.1. Організаційно-процесуальний аспект емпіричного дослідження емоційного інтелекту як чинника запобігання самотності у юнацькому віці.....	32
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів дослідження.....	35
2.3. Програма корекційного блоку щодо почуття деструктивного впливу самотності.....	48
Висновки до другого розділу.....	55
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>58</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....</b>	<b>62</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>70</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** На сучасному етапі розвитку суспільства об'єктами наукового інтересу фахівців різних сфер гуманітарного напрямку все частіше стає «Я-концепція» особистості, спрямованість людини на пошук гармонії у різних сферах свого життя. Науковці почали розглядати самотність як особистісне явище лише на початку нашого століття, виокремили рівень значення впливу суспільства на людину. Також важлива роль виділялася тому, як сама особистість визначає своє місце в суспільстві залежно від самоствавлення.

Актуальність обраної теми дослідження також обумовлена тим, що сучасні політичні, економічні зміни у нинішньому світі висувають до людини низку необхідних вимог щодо перебудови свідомості, руйнування сталих стосунків, пошуку свого місця у цьому суспільстві. Отже, одним із проявів неузгодженості міжособистісних стосунків людини з оточуючими та собою стає самотність. Самотність як особистісна проблема людини не нова, проте саме наш час породив проблему самотності, виокремив її як важливий феномен, який розглядається дослідниками та практиками під психологічним та соціальним кутом. Також було виявлено взаємозв'язок між частотою використання людьми соціальних мереж та відчуттям самотності, адже чим більше часу ми приділяємо «френдам» online, тим менше часу ми offline, у справжній дружбі.

Зарубіжними психологами розроблено низку теоретичних моделей самотності: екзистенціалісти А. Камю, Ж. Сартр, М. Хайдеггер, К. Ясперс, наприклад, джерелом самотності вважають людську природу, де людина вибирає самотність, коли не знаходить гармонії у колі спілкування свого оточення. Вітчизняна психологія довгий час не виокремлювала самотність як самостійну проблему. Якщо брати до уваги сучасні роботи, що присвячені феномену самотності (В. Бедана, Л. Варави, Т. Гольман, М. Кандиби, С. Корчагіної), там розглядається сутність самотності, причини її виникнення,

особливості прояву та впливу на людину в залежності від віку та статі. Також дослідники розглядають мотивацію самотності та фази, які вона проходить (Ю. Кошелева, В. Лашук, В. Серма, Г. Тріандіс), особливості переживання самотності та адаптації до певного стилю життя (Н. Покровський, Л. П'янкова, І. Слободчиков).

Низка вчених відмічає високий рівень переживання самотності саме у юнацькому віці, зазначаючи такі причини виникнення, як: відокремлення від батьків, більш самостійне життя, розширення кола соціальних зв'язків, професійний розвиток, встановлення інтимних відносин. Дослідження вітчизняних та зарубіжних вчених висвітлюють взаємозв'язок самотності з такими проявами особистості та поведінки, як: депресивні симптоми, підвищена тривожність (К.А. Андерсон, В.Н. Куніцина, Л.М. Хоровіц), сором'язливість, невпевненість та страх негативної оцінки оточуючих (К.І. Кутрона, Т.Ю. Довбій, В.Г. Лашук), песимізм та апатичність (А.Т. Бек, В.Г. Лашук), інтровертованість та замкнутість, емоційний самоконтроль (В.Г. Лашук, К. Андерсон, В. Джонс, К.І. Кутрона, Г.В. Серма), роздратованість, конфліктність та агресивність (Е.І. Головаха, Дж. Качіопо, Л. Хоуклі), важке налагодження контактів, сконцентрованість на собі (А. Андерсон, В.Н. Куніцина, С.І. Сіляєва, Л.М. Хоровіц), розуміння емоцій, виражених через міміку, жести та рухи (Дж. Качіопо, Л. Хоуклі), відкритість почуттів та емоцій (Л. Ленг).

Більша частина зазначених особистісних характеристик певною мірою відносяться до сфери емоційного інтелекту, який проявляється в здатності сприймати, усвідомлювати, використовувати та раціонально управляти емоціями та почуттями. Проте окремих досліджень взаємозв'язку між рівнем розвитку емоційного інтелекту та специфікою переживання самотності не знайдено, в тому числі у осіб юнацького віку, у яких вона набуває особливого значення. Виявлення даної закономірності дозволяє віднайти шляхи запобігання або зниженню самотності у юнацькому віці, завдяки розвитку емоційного інтелекту. Таким чином, недостатня розробленість

проблеми впливу емоційного інтелекту на почуття самотності потребує теоретичного та практичного обґрунтування, що зумовило вибір теми дослідження: «Емоційний інтелект як чинник запобігання самотності у осіб юнацького віку».

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та експериментально виявити особливості переживання самотності в осіб юнацького віку та її взаємозв'язок з емоційним інтелектом як чинником запобігання даного стану.

Реалізація поставленої мети зумовлює необхідність виконання таких **завдань дослідження**:

1. За результатами теоретичного аналізу визначити сутність самотності та специфіку її механізму у юнацькому віці.

2. Дібрати комплекс психодіагностичних методик для визначення взаємозв'язку рівня розвитку емоційного інтелекту та особливостей переживання самотності у осіб юнацького віку.

3. Експериментально виявити особливості переживання самотності в осіб юнацького віку та її взаємозв'язок з емоційним інтелектом як чинником запобігання даного стану.

4. Розробити програму корекційного блоку щодо почуття деструктивного впливу самотності та апробувати її ефективність.

**Об'єкт дослідження** – самотність як психоемоційний стан у юнацькому віці.

**Предмет дослідження** – емоційний інтелект як чинник запобігання самотності у осіб юнацького віку.

Відповідно мети і завдань дослідження обрано й використано комплекс методів: теоретичні – аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження; емпіричні – експеримент (констатувальний, формувальний етапи), спостереження, бесіди, тестування; комплекс методик для дослідження рівня суб'єктивного переживання почуття самотності, ставлення до самотності та особливостей її прояву, рівня розвитку компонентів емоційного інтелекту у осіб юнацького

віку: методика діагностики «рівня суб'єктивного переживання почуття самотності» (Д. Рассела, М. Фергюсона); диференційний опитувальник переживання самотності (Є.Н. Осіна, Д.О. Леонтєва); опитувальник для виявлення виду самотності (С.Г. Корчагіної); методика діагностики «емоційного інтелекту» (Н. Холла); опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» Д.В. Люсіна; методи статистичної обробки даних: виявлення ступеня узгодженості змін за допомогою критерію Спірмена; непараметричний критерій Вілкоксона для залежних груп, що дає можливість оцінити різницю досліджуваних показників до та після експериментального впливу. Розрахунки були проведені за допомогою пакету статистичних програм SPSS Statistics 17.0, Microsoft Office Excel 2010. (програма SPSS 22).

**Наукова новизна** отриманих результатів полягає в тому, що:

- поглиблено уявлення про особливості самотності у юнацькому віці;
- розкрито особливості взаємозв'язку рівня розвитку емоційного інтелекту та переживання стану самотності у осіб юнацького віку;
- розроблено корекційний блок щодо почуття деструктивного впливу самотності.

**Апробація результатів дослідження.** Основні теоретичні та практичні положення роботи було представлено на XV Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин», 21 квітня 2023 року.

**Практичне значення отриманих результатів.** Матеріали дослідження можуть бути використані при викладанні таких навчальних курсів як: «Психологія особистості», «Психологія праці», «Педагогічна психологія», «Соціальна психологія» та «Вікова психологія», а також спецкурсів та спецсеминарів. Результати дослідження можуть бути застосовані викладачами ЗВО, соціальними працівниками, практичними психологами в роботі із студентською молоддю для розкриття особистісного потенціалу, розвитку навичок ефективної поведінки та комунікації, а також в процесі психодіагностичної, корекційно-розвивальної, консультативної,

просвітницької, освітньої діяльності та розробки різних тренінгових програм. Апробація отриманих результатів. Основні ідеї та результати дослідження були представлені на засіданні випускової для спеціалізації «Практична психологія» кафедри – педагогіки та психології професійної освіти.

**Структура роботи.** Дипломна робота «Емоційний інтелект як чинник запобігання самотності у осіб юнацького віку» складається зі вступу, 2 розділів, висновків, списку використаних джерел (68 найменувань) та 5 додатків. Основний зміст роботи викладено на 69 сторінках. Робота містить 10 таблиць, 5 рисунків.

## ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз обраної проблеми показав, що самотність, як правило, розуміється як негативне переживання власної незалученості в глибокі стосунки з іншими людьми, брак близькості і розглядається людиною як негативний феномен. Однак, перебуваючи на самоті, людина не обов'язково переживає самотність. Самотність може проявляти себе і як емоційно позитивний, і як негативний досвід, може виступати цінним ресурсом рефлексії, творчої діяльності і важливою умовою для розвитку аутокомунікації, дозволяючи людині переробити і інтегрувати накопичений досвід вражень.

Розглянуто та проаналізовано основні підходи до феномену самотності як соціально-психологічного феномену. Згідно з цими підходами самотність досліджується як:

- соціальна взаємодія, яка виступає чинником виникнення певного емоційного стану людини;
- психічний або емоційний стан людини;
- функціональний підхід.

За джерелами виникнення самотності може бути:

- самотність як стан, що виникає у відповідь на депривацію особистісних потреб;
- самотність як результат когнітивного дисонансу;
- самотність як результат особливостей особистості.

Організація та проведення констатувального експерименту обумовлюють висновки другого розділу даного дослідження. З метою визначення оптимального діагностичного інструментарію для дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту з особливостями переживання самотності у осіб юнацького віку, нами було обрано наступні напрямки дослідження:

- визначення основних аспектів переживання почуття самотності у юнацькому віці;



- виявлення особливостей розвитку емоційного інтелекту у осіб юнацького віку;

- встановлення взаємозв'язку між рівнем розвитку емоційного інтелекту та переживанням почуття самотності у осіб юнацького віку.

2. Для реалізації мети та завдань дослідження ми застосували такий методологічний інструментарій: «Методика діагностики рівня суб'єктивного переживання почуття самотності» (Д. Рассел, М. Фергюсон); «Диференційний опитувальник переживання самотності» (Є.Н. Осіна, Д.О. Леонтьєв); «Опитувальник для виявлення виду самотності» (С.Г. Корчагіна); «Методика діагностики емоційного інтелекту» (Н. Холла); опитувальник на визначення рівня емоційного інтелекту «ЕмІн» (Д.В. Люсін).

3. Емпірично встановлено, для 36% респондентів характерний високий рівень загального переживання самотності, для 34% середній рівень та 30% низький. Надмірна залежність від оточуючих людей не дає можливість особистості знайти позитивні аспекти перебування на одинці з собою. Високий рівень свідчить про недостатню кількість близьких контактів, страх близьких контактів та глибоке почуттям самотності.

Низький рівень переживання самотності продемонстрували респонденти, які не сприймають близько відсутність емоційних значимих контактів та не вважають себе самотніми. За шкалою «Залежність від спілкування» високий результат мають 34% респондентів, вони мають гостру нестачу спілкування, відчують фізичну самотність, ізолюваність, мають негативне ставлення до того, щоб бути на самоті, середній рівень за даною шкалою виявлено у 38% що говорить про їх залежність від спілкування від ситуації, конкретних обставин та настрою, низький рівень респондентів (32%) свідчить про достатні соціальні зв'язки, задоволенням тією кількістю спілкування, що є, здатністю побути на самоті без негативних переживань.

Результати за шкалою «Позитивна самотність» показують здатність респондентів радіти усамітненню, брати з нього ресурс для саморозвитку, відсутність страху бути на одинці, іноді добровільною самоізоляцією. Так, за

даною шкалою респондентів 27% мають високий результат, що свідчить про їх позитивне ставлення до самотності, у 38% виявлено середній рівень і 35% не вбачають у часі на одинці із собою щось хороше, а навпаки.

Значення показників інтегративного емоційного інтелекту студентів свідчать, що частка досліджуваних з середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту складає 47%, низьким – 28%, високим – 25%. Щодо окремих складових емоційного інтелекту, схожі показники можемо побачити за шкалами «емоційна обізнаність» та «управління своїми емоціями»; нижчі результати виявилися за шкалами «емпатія» (28% мають низький результат, 48% – середній) та «самотивація» (лише 22% мають високий результат); дещо вищим є показник за шкалою «розпізнавання емоцій інших» (високий рівень виявлений у 28% респондентів).

Таким чином, для певної більшості осіб юнацького віку дещо важко врівноважити емоційний стан, відкидати негативні переживання, зосередитися на діях; складно розпізнавати власні емоції та емоції інших, ясно виражати почуття та усвідомлювати потреби, що стоять за ними; важко розрізнити де фальшивий вияв почуттів, а де справжні емоції; їм не вистачає навичок використання емоції для ефективного вирішення завдань та не достатньо розвинена здатність управляти емоційними станами оточуючих.

Кореляційні матриці відображають показники зв'язку різних шкал вищезазначених методик дослідження. Аналіз даних виявлених зв'язків між показниками рівня переживання самотності та рівнем розвитку емоційного інтелекту представлено в таблиці.

Отримані в ході дослідження дані підтверджують те, що емоційний інтелект є вагомим чинником запобігання самотності в осіб юнацького віку. Зв'язок емоційного інтелекту та самотності обумовлений тим, що високі показники емоційного інтелекту дозволяють людині розпізнавати і регулювати як позитивні так і негативні почуття та емоції.

4. Базуючись на результатах емпіричного дослідження, ми розробили корекційний блок для учасників дослідження з глибоким рівнем відчуття

деструктивного впливу самотності. Апрбація нашої програми засвідчила її ефективність. Адаже за всіма показниками щодо глибини почуття рівня самотності ми діагностували позитивні зрушення.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів поставленої проблеми. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаються нами у з'ясуванні статевих і вікових відмінностей переживання самотності з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей людини.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Айвазян Л. Ю. Взаємозв'язок переживання самотності та психологічної безпеки особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія : Психологія. 2012. Вип. 2(1). С. 3–11. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu\\_2012\\_2\(1\)](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu_2012_2(1)).
2. Аршава І.Ф. Позитивність образу Я і психологічне благополуччя особистості : *монографія*. Дніпро : Вид-во «Інновація», 2011. 134 с.
3. Аршава І.Ф. Суб'єктивне благополуччя і його індивідуально-психологічні та особистісні кореляти. *Вісник Дніпропетровського університету*. Сер. : Педагогіка і психологія. 2012. Т. 20. С. 3–9.
4. Апанасюк В. Теоретичний аналіз жіночої самотності : електронний ресурс [https://naub.oa.edu.ua/2013/teoretychnyh-analizfenomenu\\_zhinochojisamotnosti/](https://naub.oa.edu.ua/2013/teoretychnyh-analizfenomenu_zhinochojisamotnosti/)
5. Базилевич В.Д., Гражевська Н.І., Гайдай Т.В., Леоненко П. М., Нестеренко А. П. Історія психологічних учень : навч. посіб. Київ : Знання, 2004. 1300 с.
6. Барінова Н.В., Пагава О.В. Взаємозв'язок проблем самотності та спілкування. *Вісник Харківського Національного Університету ім. В.Н. Каразіна: Серія: Психологія*. Харків, 2010. № 902. С. 13–18.
7. Бедан В.Б. Індивідуально-типологічні особливості схильності особистості до переживання самотності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Державний заклад «Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського». Одеса, 2018. 21 с.
8. Бедан В.Б. Схильність до переживання самотності: компонентний склад показників. *Проблема сучасної психології особистості: зб. матеріалів наук.-практ. конф. молодих вчених та студентів (м. Одеса, 17–18 травня 2018 р.) ПНПУ імені К.Д. Ушинського*. Одеса : ВМВ, 2018. С. 204–209.

9. Бондаревська І.О. Аналіз змісту поняття успіху серед молодих чоловіків та жінок. *Актуальні проблеми психології* : зб. наукових праць Інституту психології, 2012. С. 45–56.
10. Бех І.Д. Психологічні джерела виховної майстерності: навч. посіб. Київ : Академвидав, 2009. 410 с.
11. Бугайцова А.С. Самотність як бар'єр та ресурс самодостатності. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Психологія.* 2016. Вип. 1. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn\\_2016\\_1\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2016_1_3)
12. Варава Л.А. Особливості переживання особистістю почуття самотності у стані соціальної депривації: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня к. психол. наук: спец. 19.00.01. Київ, 2009. 21 с.
13. Варава Л.А. Аналіз моделей почуття самотності як стану особистості. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. акад. Максименка С.Д. Київ : 2005. Т.7, вип. 5, ч. 1. С. 59–64.
14. Варава Л.А. Самотність в структурі стилю життя особистості. *Проблеми сучасної педагогічної освіти.* Сер. : Педагогіка і психологія. Зб. статей : Вип. 9. Ч. 2. Ялта : 2006. С. 202–212.
15. Варій М.Й. Загальна психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 968 с
16. Вірна Ж.П. Організація життя позитивної особистості: конструктивна прогностика та професійна успішність. *Наука і освіта.* Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. Одеса, 2014. № 9. С. 65–71.
17. Гоулман Д. Емоційний інтелект. / пер. з англ. С.Л. Гумецької. Харків : Віват, 2019. 512 с.
18. Гриценко В.А. Вплив соціально-психологічних особливостей підліткового віку на формування самотності старших підлітків. Режим

доступу:

[http://www.rusnauka.com/1\\_NIO\\_2012/Philosophia/3\\_98602.doc.htm](http://www.rusnauka.com/1_NIO_2012/Philosophia/3_98602.doc.htm)

19. Губа Н.О. Теоретичний аналіз соціально-психологічних факторів виникнення самотності. *Проблеми сучасної психології*, 2012. С. 53–57.
20. Гудзь Т.О. Розвиток емоційного інтелекту як умова профілактики самотності у зрілому віці. *Усамітнення та самотність в житті особистості* : зб. тез за матеріалами круглого столу (24 квітня 2020 р.). Київ : ДП Інформаційно-аналітичне агентство, 2020. С. 21–24.
21. Данильченко Т.В. Особливості внутрішньої організації суб'єктивного соціального благополуччя. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія : Психологічні науки. Вип. 2. Т.2. Херсон, 2016. С. 118–125.
22. Дворецька Г.В. Соціологія : навч. посіб. Київ : КНЕУ, 2002. 472 с.
23. Державна служба статистики України : електронний ресурс. <http://www.ukrstat.gov.ua>.
24. Довбій Т.Ю. Проблема диференціації споріднених до феномену самотності понять у сучасній психологічній науці. *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. №4 (23). С. 45–52.
25. Єлейко М.Я. Емоційно-оцінний підхід до дослідження соціального самопочуття. *Соціологія : теорія, методи, маркетинг*. 2011. №3. С. 138–162.
26. Єлейко М.Я. Соціальне самопочуття населення у суспільстві періоду трансформацій : методологія та методи дослідження : автореф. дис. канд. соціол. наук : 22.00.00. НАН України, Ін-т соціол. Київ, 2013. 16 с.
27. Еттінген Г. Перегляд позитивного мислення на основі нової науки про мотивацію. Книжка про бажання і про те, як їх здійснювати. Київ : Наш формат, 2015. 184 с.
28. Железнякова Ю.В. Теоретичний аналіз наукових підходів до визначення поняття «самотність». *Вісник Харківського національного*

- педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія. 2013. Вип. 45(2). С. 65–72.*
29. Колісник Л.О. Особливості переживання самотності у старшому юнацькому віці. Вісник ОНУ ім. І.І. Мечникова. Психологія. 2014. № 1. С. 102–109.
30. Кандиба М. О. Психологічні аспекти відношення жінок до самотності та її вплив на особистість. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. пр. Кам'янець Подільського нац. ун-ту ім. І. Огієнка, Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / за ред. : С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2012. Вип. 16. С. 431–439.
31. Каргіна Н.В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Наука і освіта. 2015. №3. С. 48–55.*
32. Карпенко Є.В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості. дис.... докт. психол. наук: 19.00.07 / ДВНЗ «Прикарпатський нац. ун-т ім. В. Стефаника». Івано-Франківськ, 2020. 497 с.
33. Колісник Л.О. Емоційно-психологічна ізоляція у сучасному суспільстві. *Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства*: зб. матеріалів Всеукраїнської наукової конференції викладачів, аспірантів, співробітників та студентів факультету іноземної філології та соціальних комунікацій. Суми, 2012. С. 108–111.
34. Колісник Л.О. Розвиток емоційного інтелекту як чинника запобігання самотності у юнацькому віці: автореф. канд. психол. наук : 19.00.07. Київ : Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, 2016. 20 с.
35. Кологривова Е.І. Функції особистісних прагнень в переживанні молодою людиною суб'єктивного благополуччя : автореф. дис. канд. псих. наук : 19.00.05. Київ, 2008. 23 с.

36. Коломієць Л.І., Григоруk Є.В. Психологічний зміст і чинники самотності особистості. *Психологічний часопис* : зб. наук. пр. Київ. 2017. № 3 (7). С. 59–69.
37. Кривоконь Н.І. Соціально-психологічна підтримка як чинник подолання скрутних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 29. С. 319–328.
38. Кулешова О.В., Міхеєва Л.В. Самотність як психічний феномен: особливості прояву та причини виникнення. *Усамітнення та самотність в житті особистості* : зб. тез за матеріалами круглого столу (24 квітня 2020 р.). Київ : ДП Інформаційно-аналітичне агентство, 2020. С. 33–38.
39. Лашук В.Г. Психологічні особливості переживання самотності в юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ : ІП ім. Г. С. Костюка АПН України, 2010. 20 с.
40. Левченко Л. Ю. Історичні форми самотності в контексті людського буття. *Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного університету імені Григорія Сковороди*. Переяслав-Хмельницький, 2002. Вип. 3. С. 307–314.
41. Лисенко Л.М., Костіна К.В. Психологічні особливості емоційного інтелекту студентів. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. Психологія. 2013. Вип. 46(2). С. 160–170.
42. Магдисюк Л.І., Притка І. Психологічні особливості прояву самотності у юнацькому віці : зб. наукових праць РДГУ. 2020. № 14. С. 136–143.
43. Макаренко П.В. Психологічні особливості переживання працівниками ОВС стану самотності. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. Вип. 3. С. 263–267.
44. Матійків І.М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник. Київ : Педагогічна думка, 2012. 340 с.



45. Носенко Є.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
46. Олійник Н.О. Внутрішня організація переживання самотності. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, III (34), Issue: 69, 2015. P.83–86.
47. Олійник Н.О. Факторна модель переживання самотності. *Психологічні перспективи*. Випуск 27. Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 2016. С. 125–136.
48. Олійник Н.О. Переживання самотності як чинник самоактуалізації особистості: дис... канд. психол. наук : 19.00.01. Херсонський педагогічний університет. Херсон, 2016. 216 с.
49. Осадча Н.О. Самотність як інтегративна якість базової культури особистості. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2 (71) 2016. С. 136–145.
50. Помазова О.В. Самотність як психологічний феномен. *Наукові записки*. Серія «Психологія і педагогіка» 2013. Вип. 23. С. 207–214.
51. Попелюшко Р. П. Самотність – як проблема соціалізації особистості в суспільстві. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2013. № 2. С. 212–216.  
[http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpkhist\\_2013\\_2\\_43](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpkhist_2013_2_43)
52. Рибалка В.В. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці : навч. посіб. Одеса: Букаєв Вадим Вікторович, 2009. 575 с.
53. Садлер У., Джонсон Т. Від самотності – до аномії : наукова праця.  
<http://psyberlink.flogiston.ru/internet/bits/loneano1.htm>
54. Саннікова О.П. Схильність особистості до психологічного подолання суб'єктивно складних ситуацій. *Наука і освіта*. Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. Одеса, 2014. № 9. С. 42–49.
55. Сіляєва В.І. Жіноча самотність як психологічна проблема. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. №4. С. 33–35.

56. Тимченко О.В. Проблема самоідентифікації в контексті життєвого шляху людини. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2007. № 2. С. 161–169.
57. Хухлаєва О.В. Психологія розвитку: молодість, зрілість, старість: навч. посіб. Київ : Академія, 2002. 208 с.
58. Ayvaci, H. Ş., & Bebek, G. (2016). Determination of students' opinions about the application of general physics-II course with distance education software. In 10th International Computer and Instructional Technologies Symposium (pp. 1–6). Recep Tayyip Erdogan University Rize, Turkey.
59. Barış, M. F., & Çankaya, P. (2016). Opinions of academic staff about distance education Akademik personelin uzaktan eğitim hakkındaki görüşleri. *Journal of Human Sciences*, 13(1), 399–413.
60. Erfidan, A. (2019). Perspectives of lecturers and undergraduate students on university distance education courses: The case of Balıkesir University. Unpublished master's thesis] Balıkesir University, Institute of Science.
61. Lazenby, M., Chambers, S., Chyun, D., Davidson, P., Dithole, K., Norman, I., & Tlou, S. (2020). Clinical nursing and midwifery education in the pandemic age. *International Nursing Review*, 67(3), 323–325.
62. Leigh, J., Vasilica, C., Dron, R., Gawthorpe, D., Burns, E., Kennedy & Croughan, C. (2020). Redefining undergraduate nurse teaching during the coronavirus pandemic: use of digital technologies. *British Journal of Nursing*, 29(10), 566–569.
63. Kidd, W., & Murray, J. (2020). The Covid-19 pandemic and its effects on teacher education in England: how teacher educators moved practicum learning online. *European Journal of Teacher Education*, 43(4), 542–558.
64. Bailey, D. R., & Lee, A. R. (2020). Learning from experience in the midst of covid-19: Benefits, challenges, and strategies in online teaching. *Computer-Assisted Language Learning Electronic Journal*, 21(2), 178–198.

65. Fritea, I., & Fritea, R. (2013). Can motivational regulation counteract the effects of boredom on academic achievement?. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 78, 135–139.
66. Karlen, Y., Suter, F., Hirt, C., & Merki, K. M. (2019). The role of implicit theories in students' grit, achievement goals, intrinsic and extrinsic motivation, and achievement in the context of a long-term challenging task. *Learning and Individual Differences*, 74, 757.
67. Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.
68. Lee, J., & Turner, J. E. (2018). Extensive knowledge integration strategies in pre-service teachers: The role of perceived instrumentality, motivation, and self-regulation. *Educational Studies*, 44(5), 505–520.