



одиночества также была выявлена достоверная отрицательная связь ( $r=0,304$ ,  $p=-0,429$ ). Это свидетельствует о том, что чем выше стремление к реализации своих творческих возможностей, желание изменить окружающую действительность, тем менее одиноки будут ощущать себя человек.

Статистически значимая отрицательная связь была выявлена между уровнем субъективного ощущения одиночества и шкалой «Активные социальные контакты» ( $r=0,304$ ,  $p=-0,307$ ). Это показывает, что люди стремящиеся к установлению благоприятных отношений в различных сферах социального взаимодействия, расширению своих межличностных связей, реализации своей социальной роли, в меньшей чувствуют себя одинокими.

Между шкалой «Достижения» и уровнем субъективного ощущения одиночества была выявлена достоверная отрицательная связь ( $r=0,304$ ,  $p=-0,421$ ). Это говорит о том, что низкий уровень субъективного ощущения одиночества связан с активной постановкой и решением определенных жизненных задач как главных жизненных факторов; со стремлением к достижению конкретных и ощутимых результатов в различные периоды жизни.

Также значимая отрицательная связь была выявлена между уровнем субъективного одиночества и шкалой «Высокое материальное положение» ( $r=0,304$ ,  $p=-0,359$ ). Это свидетельствует о том, что чем больше обращение к факторам материального благополучия как к главному смыслу существования, уровню своего материального благосостояния, чем выше убеждения в том, что материальный достаток является главным условием жизненного благополучия, тем меньше уровень субъективного ощущения одиночества.

Была обнаружена достоверная отрицательная связь между шкалой «Общественная жизнь» и уровнем субъективного ощущения одиночества ( $r=0,304$ ,  $p=-0,353$ ), это говорит о том, что чем больше люди вовлекаются в общественно-политическую жизнь, и считают, что самое главное для человека – это его политические убеждения, тем меньше они чувствуют себя одинокими.

Результаты исследования особенностей жизненных ценностей в юношеском возрасте свидетельствуют о том, что чем более выражены у юношей и девушек такие жизненные ценности как развитие себя, достижения, креативность, активные социальные контакты, материальное благополучие, образование, общественная жизнь, тем менее одинокими они себя ощущают.

#### Литература:

1. Леонтьев Д.А. Психология смысла. – М.: Смысл, 2003.
2. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990.
3. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Пер. с англ.; общ. ред. И предисл. А.В. Толстых – М.: Прогресс, 1996.

### Канищева М.А., Шанаурина К.И. ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕННЫХ ПОЗИЦИЙ ОДИНОКИХ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК

*Белгородский государственный университет*

*This work is about vital position of young men and women with different level of*



*subjective sense of loneliness.*

*Эта работа о жизненных позициях юношей и девушек с различным уровнем субъективного ощущения одиночества.*

*Ключевые слова: жизненная позиция, юношеский возраст, одиночество.*

Юношеский возраст один из ответственных периодов формирования личности, который включает осознание смысла жизни и ее целей. Большинство ученых признается, что юношеский возраст является главным периодом формирования собственных убеждений и умения самостоятельно строить свой жизненный путь, выделять основные ценности жизни (Кон И.С., 1989). Проблема переживания одиночества особо остро встает именно в юношеском возрасте, когда юноши и девушки вступают в самостоятельную жизнь. Одиночество связано с основными жизненными событиями личности (отделение от родительской семьи, расширение контекста социальных отношений, планирование своего будущего, установление интимно-личностных отношений) и задачами развития личности в юношеском возрасте.

Предполагалось, что существуют различия в выборе жизненных позиций, у юношей и девушек с разным уровнем субъективного ощущения одиночества. С помощью методики Д.Рассела и М.Фюргенса мы определили уровень субъективного ощущения одиночества. Общая выборка (116 студентов) была разделена нами на две группы: у 29% респондентов был выявлен высокий уровень субъективного ощущения одиночества. Такие люди чувствуют себя психологически изолированными от остальных людей, неспособными к нормальному межличностному общению, к установлению с окружающими интимных межличностных отношений типа дружбы или любви. У 71% низкий уровень субъективного ощущения одиночества, они более оптимистичны, редко поддаются скуке, практически не испытывают ощущения собственной неполноценности.

Для выявления основных жизненных позиций нами был проведен «Опросник жизненной позиции» (ОЖП). В результате статистического анализа нами были выявлены достоверные различия по шкале «Я плохой – ты плохой» ( $t=2,428$ ,  $p=0,0187$ ). В результате проверки наличия связей между исследуемыми признаками была выявлена достоверная положительная связь между уровнем субъективного ощущения одиночества и жизненной позицией «Я плохой – ты хороший» ( $r=0,304$ ,  $p=0,3048$ ). Это свидетельствует о том, что юноши и девушки с высоким уровнем субъективного ощущения одиночества чаще, чем с низким уровнем субъективного ощущения одиночества в общении с другими про третьи лица говорят неодобрительно, не жалеют чёрных красок. Если же и одобряют кого-то, то преследуют некие корыстные цели. Чем больше такие люди общаются, тем больше находят в других людях недостатков. Стараются не отдавать больше, чем получают.

Таким образом, результаты исследования особенностей жизненных позиций у одиноких юношей и девушек показывают, что юноши и девушки, ощущающие себя одинокими, следуют такой жизненной позиции, исходя из которой, есть возможность получить как можно больше от окружающих, при этом, редко проявляя собственную добрую волю и не отдавая что-то взамен.



Литература:

1. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителя.- М.: Просвещение, 1989.
2. Леонтьев Д.А. Психология смысла. – М.: Смысл, 2003.
3. Сапогова Е.Е. Психология развития человека: Учебное пособие.- М.: Аспект Пресс, 2001.

**Ковалева О.Л., Рыжкова Ю.П., Павлюченко Т.П., Пышкина Т.Л.**  
**ЛИЧНОСТНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ СТАРШЕКЛАССНИЦ ПРИ**  
**РАЗЛИЧНЫХ УРОВНЯХ УЧЕБНОЙ НАГРУЗКИ**

*Белгородский государственный университет,*

*ГОШИ Шебекинская гимназия интернат,*

*МОУ СОШ №47*

*This paper concerns anxiety of senior secondary school girls. Comparative study of anxiety level among high school girls and secondary school girls showed a higher anxiety level of high school girls' in all academic activities.*

*Эта работа об уровне личностной тревожности старшеклассниц. Проведено сравнение уровня личностной тревожности воспитанниц гимназии и учениц школы. Выявлен более высокий уровень личностной тревожности гимназисток на всех этапах учебного процесса.*

*Ключевые слова: подростки, учебная нагрузка, школьная адаптация, личностная тревожность, здоровье.*

В последнее десятилетие значительно расширился спектр факторов риска, нарушающих здоровье старших школьников. Среди них наряду с социально-экономическим и экологическим неблагоприятием немаловажную роль играют инновационные системы обучения, обусловленные реформированием школьного образования. В образовательных учреждениях нового вида (лицей, гимназии, школы с углубленным изучением ряда предметов) наблюдается насыщение учебных программ и интенсификация учебного процесса, приводящие к увеличению суммарной нагрузки [1; 4].

Организм подростков находится в процессе активного развития, поэтому он в большей степени, чем взрослый организм подвержен влиянию факторов окружающей среды. Оценка уровня тревожности отражает способность школьников адаптироваться к новым условиям жизни, и, прежде всего, к основному виду деятельности, учебным нагрузкам. Л.М. Костина отмечает, что в последние годы увеличилось количество детей и подростков с высоким уровнем тревожности, отличающихся повышенным беспокойством, чувствительностью, напряженностью, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью [3].

Исследования были проведены в Шебекинской гимназии-интернат и МОУ СОШ № 47 г. Белгорода. Изучали уровень личностной тревожности по Ч. Спилбергеру и Ю. Ханину у 40 учениц 11-х классов. Исследования проводились в первом полугодии и после зимних каникул. Известно, что в структуре тревожности подростков наблюдаются гендерные отличия, поэтому в