

<https://doi.org/10.31891/PT-2023-4-9>

УДК 159.96

Лариса ПОДКОРИТОВА

Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0000-0002-2242-2576>

e-mail: podkorytova@khmnu.edu.ua

Олена ЗАСЛАВСЬКА

Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0009-0003-9706-8772>

e-mail: kachkovskalena1981@gmail.com

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СНОВИДІНЬ У ЖІНОК, ЯКІ ПЕРЕЖИВАЮТЬ САМОТНІСТЬ

У статті подано результати емпіричного дослідження особливостей сновидінь жінок, які переживають самотність. Для цього були діагностичний опитувальник «Самотність»; опитувальник «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка; анкета «Я і Самотність» (Л. Подкоритова, І. Макарук); методика «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» (Д. Рассел та М. Фергюсон); авторські розробки: анкета «Емоційні особливості у сновидіннях» (О. Заславська, Л. Подкоритова), методика «Емоційна тональність» (О. Заславська), які описані у статті. Було виокремлено дві групи жінок, за рівнем переживання самотності: група А) жінки, які неглибоко переживають самотність; група Б) жінки, які глибоко переживають самотність. Шляхом порівняльного аналізу у цих групах були виявлені відмінності в образах сновидінь у жінок, залежно від переживання ними самотності.

Ключові слова: самотність, переживання, сновидіння, емоції, дії, стосунки, образи.

Larysa PODKORYTOVA, Olena ZASLAVSKA

Khmelnyskyi National University

EMPIRICAL RESEARCH OF THE CHARACTERISTICS OF DREAMS OF WOMEN WHO FEEL LONELINESS

The article presents the results of an empirical study of the characteristics of the dreams of women experiencing loneliness. For this, two groups of methods were used: 1) to study loneliness: diagnostic questionnaire «Loneliness»; questionnaire «Self-assessment of mental states» by H. Eysenk; questionnaire «I and Loneliness» (L. Podkorytova, I. Makaruk); the method «Diagnosis of the level of subjective feeling of loneliness» (D. Russell and M. Ferguson); 2) for the study of dream images – author's developments: the questionnaire «Emotional features in dreams» (O. Zaslavska, L. Podkorytova), the «Emotional tonality» method (O. Zaslavska). A description of these author's developments is presented in the article.

The conducted empirical research made it possible to make two groups of women according to the level of loneliness: group A) women who feel loneliness superficially; group B) women who feel loneliness deeply.

By the comparative analysis in these groups it was founded the differences in the images of dreams of women, depending on their feeling of loneliness.

It was found that in the group of women who feel loneliness deeply, there are more subjects who experience anxiety, frustration, aggressiveness and rigidity than in the group of women who feel loneliness superficially.

It was determined that the following images are inherent in the dreams of women who feel loneliness deeply: the superiority of passive actions over active ones, the predominance of negative emotions (fear, despair, anger, sadness), and their dominance over positive ones; for natural phenomena, the leading images are night, darkness and cold. On the contrary, active actions, pleasant emotions and pleasant natural images (sun, warmth etc.) prevail among women who feel loneliness superficially. According to the relationship criterion, no significant differences were found in the studied groups of women.

Prospects for further research are seen in expanded samples and diagnostic tools, comparison of features of dreams in women of different ages, as well as in men experiencing loneliness and comparison of the obtained results by age and gender.

Key words: *loneliness, feeling, dreams, emotions, actions, relationships, images.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Почуття самотності є однією з серйозних проблем сучасного людства. Незважаючи на багатовікові дослідження дослідники так і не дійшли одностайної згоди щодо розуміння впливу самотності на людину. Досить складною постає і проблема діагностики самотності: відповідні методики – це, переважно, опитувальники, які визначають рівень самотності досліджуваних, але не виявляють супутні психічні і фізичні стани. У цьому контексті доцільним виглядає дослідження самотності за допомогою сновидінь, які, за К. Юнгом, є каналом зв'язку між свідомою та підсвідомою сторонами психіки і дають можливість зануритись у глибину психічного стану та розглянути його зсередини, щоб мати можливість краще зрозуміти емоційний стан людини, її відчуття, сприйняття самотності без фільтрів і перепон [7; 8; 9].

Аналіз досліджень та публікацій

Дослідження почуття самотності висвітлені у працях таких вчених: О. Олейнікова, О. Данчева, Д. Майерс, В. Сіляєва, Е. Еріксона, Р. Вейс, І. Кон, К. Боумен, О. Помазова, Е. Фромм, К. Роджерс, Г. Салліван, Е. Пепло, Ю. Швалб, С. Вербицька, Д. Рассел, М. Фегюсон, Л. Калашніков, Г. Костюк, Л. Пепло, Р. Попелюшко, І. Сергієнко, Н. Хамітов, В. Сіляєва, М. Мовчан – де самотність розглядається як чинник, що негативно впливає на людину. Дослідники О. Грановська, М. Мельник, Дж. Фландерс та ін. наполягають на необхідності розглядати самотність у її позитивному ракурсі – як можливість для саморозвитку, відкриття своїх творчих талантів тощо. При досить значній розробці проблеми, варто зауважити, що самотність вивчається переважно у підлітків (В. Гриценко, Т. Комар, І. Кошлянь, Г. Миронець, М. Мельник, О. Мойзріст, М. Павлюк, О. Помазова,

Л. Подкоритова, А. Руденок, Л. Терещенко та ін.). Досліджень самотності у дорослих, зокрема за гендерною ознакою, украй мало.

Вчення про сновидіння, окрім З. Фрейда і К. Г. Юнга, розвивали А. Адлер, Е. Берн, Е. Гартман, А. Маслоу, А. Мінделл, Ф. Перлз, К. Роджерс, Е. Фромм. Вони вважали, що у сновидіннях відображаються несвідомі процеси та проявляється інформація не лише про психічні, а і про фізичні стани, завдяки чому сновидіння можна використовувати для ранньої діагностики психічних і фізичних захворювань [5]. Серед сучасних дослідників сновидінь – П. Гарфілд, С. Дімітрова, А. Мінделл, А. Менегетті, Х. Льюйнер.

Зауважимо, що при значній дослідженості проблеми сновидінь і самотності наврізно, фактично відсутні наукові розвідки щодо вивчення особливостей сновидінь у людей, які переживають самотність, зокрема жінок.

Формулювання цілей статті

Мета статті – представити результати емпіричного дослідження особливостей сновидінь жінок, які переживають самотність.

Виклад основного матеріалу

Нами було проведене емпіричне дослідження особливостей самотності і сновидінь у жінок, яке передбачало такі етапи: 1) підбір методик дослідження; 2) формування дослідницької вибірки; 3) застосування двох груп методик дослідження: а) методики, спрямовані на дослідження самотності: діагностичний опитувальник «Самотність» [2]; опитувальник «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка [4]; анкета «Я і Самотність» (Л. Подкоритова, І. Макарук) [6]; методика діагностики суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассел і М. Фьюгюсон) [3]; б) методики, спрямовані на дослідження сновидінь: анкета «Емоційні особливості сновидінь» (О. Заславська, Л. Подкоритова); авторська методика «Емоційна тональність» (О. Заславська) [1]. Нижче подаємо опис наших авторських розробок.

Методика «Емоційна тональність» (О. Заславська) спрямована на виявлення та аналіз у змодельованій у сновидінні події: першопричини формування і прояв психічних станів, поведінкових моделей, особливостей побудови соціальних стосунків, взаємодії з довкіллям – для подальшої психологічної роботи. Через вільні асоціації здійснюється поглиблений аналіз індивідуальних і архетипових символів для виявлення чинників, що впливають на виникнення тих чи інших емоційних переживань у сновидінні.

Методика передбачає такі етапи:

1) описати своє сновидіння і придумати назву до нього;
 2) кольоровим маркером виділити у сновидінні усі пасивні та активні дії і, притримуючись чіткої послідовності, перенести їх у колонку «Дія». *Інтерпретація*: активні дії (йти, бігти, стояти, їхати та інше) відображають активну позицію людини, її бажання, планування та можливості здійснювати дії у своєму житті, долати труднощі, досягати намічених цілей; пасивні дії – сидіти, лежати, спати тощо – відображають пасивну позицію людини щодо своїх життєвих подій, небажання або неможливості бути активною, навіть якщо обставини, що склались, не зовсім її влаштовують;

3) напроти кожної дії у колонці «Емоції» максимально описати емоції, відчуття, передчуття, думки, які жінка переживала у сновидінні;

4) у колонці «Природні явища» навпроти кожного ланцюжка «дія-емоції» написати природні явища, які були присутні під час здійснення тих чи інших дій у сновидінні (холод, темрява, сонячно, ранок, дощ, сніг тощо);

5) у колонці «Сфера взаємин» прописати, де відбувались події у сновидінні. Інформація з цієї колонки спрямована на дослідження умінь жінки взаємодіяти з іншими людьми, її здатність будувати стосунки, комунікувати зі світом і проявляти себе. *Інтерпретація результатів*: якщо події відбувались у приміщенні (квартира/будинок) близьких і рідних людей або у власному, то розкриваються особливості родинно-дружніх взаємин; якщо події сновидіння відбувались у приміщенні, яке, за відчуттями, було схоже на місце роботи, то виявляються особливості побудови професійних взаємин; якщо події сновидіння розгортались у відкритому просторі (ліс, поле, вулиці міста чи села тощо), то проявлені особливості побудови загальних соціальних взаємин.

Для роботи за цією методикою використовується спеціальна таблиця (таблиця 1).

Таблиця 1

Таблиця для методики «Емоційна тональність»

<i>Дія</i>	<i>Емоція</i>	<i>Природні явища</i>	<i>Сфера взаємин</i>
1			
2			

Анкета «Емоційні особливості у сновидіннях» (О. Заславська, Л. Подкоритова). Розроблений нами опитувальник спрямований на дослідження особливостей емоційних проявів у сновидіннях у вигляді почуттів, природніх явищ, що доповнюють емоційне забарвлення

сновидіння, а також поведінкові моделі, схематичність дій і реакцій на них у сюжетах. Запитання ми склали відповідно проведеного нами теоретичного аналізу праць К. Юнга [7; 8; 9]. Опитувальник містить 16 запитань і спрямований на: знайомство із жінкою, виявлення її віку, сімейного статусу; ознайомлення із емоціями, які жінка переживає у своїх сновидіннях; виявлення особливостей моделей поведінки та сюжетних схем сновидінь.

У дослідженні взяли участь 56 жінок віком від 18 до 63 років із різним сімейним статусом: у шлюбі (41,10%), у стосунках (25%), немає стосунків (17,80%), розлучена (14,30%), вдова (1,80%). За віковими групами: 37,50% – жінки віком від 30-39 р.; 28,60% – жінки віком від 40-49 р.; 25% – жінки віком 18-29 р.; 7,10% – жінки віком 50-59 р.; 7,10% – жінка віком 63 р. Дослідження відбувалось за допомогою гугл-форм, анонімно і зі згоди досліджуваних.

Розглянемо отримані результати за кожною методикою.

Результати за *діагностичним опитувальником «Самотність»* [2] представлені на рисунку 1.



Рис. 1. Результати дослідження за опитувальником «Самотність», %

Як видно з рисунку 1, більшість досліджуваних жінок – 54,5% – неглибоко переживають самотність, і 45,5% глибоко переживають самотність. Досліджуваних із дуже глибокими переживаннями самотності не виявлено, відповідно не виявлено і жінок, що зовсім не переживають самотність.

Результати *методики «Діагностика суб'єктивного відчуття самотності»* [3] представлені на рисунку 2.

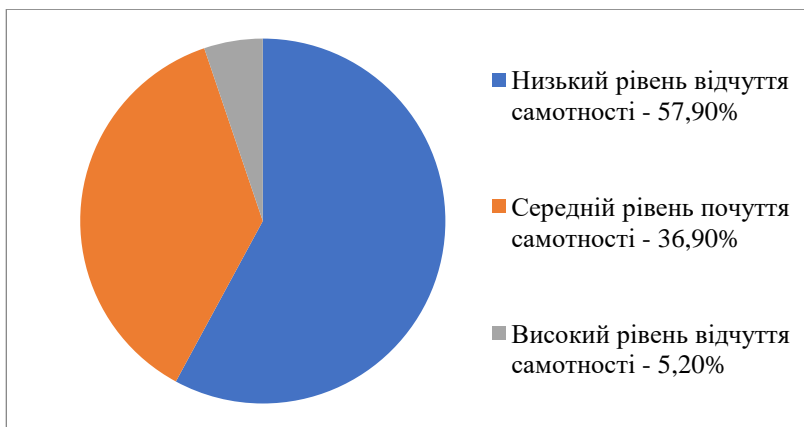


Рис. 2. Результати дослідження за методикою «Діагностика суб'єктивного відчуття самотності», %

Як видно з рисунку 2, більшість наших досліджуваних – 57,9% – мають низький рівень почуття самотності, 36,9% – середній рівень і 5,20% жінок мають високий рівень самотності.

Розглянемо *результати анкети «Я і Самотність»* [6] за її запитаннями:

1) відповіді на запитання «Що для Вас самотність»: внутрішня порожнеча – 40% жінок; відсутність важливих контактів – 37,5%; усвідомлення своєї особливості та унікальності – 10%; дослідження свого внутрішнього світу – 7,5% жінок; нормальний стан – 5%.

2) відповіді на запитання «З якими почуттями асоціюється самотність?»: у переважній більшості жінок, самотність асоціюється із сумом – 45,5%, бажанням бути потрібною – 36,4%, хвилюванням – 9,1% і страхом – 9,1%.

3) відповіді на запитання «Як Ви вважаєте, чи самотність – це нормальний стан для людини?»: більшість жінок – 65% – вважають, що сприйняття самотності залежить від обставин, для 30% самотність – це цілком нормальний стан, і лише 5% думають, що це зовсім ненормальний стан.

4) відповіді на запитання «Як часто Ви відчуваєте самотність?»: 35% жінок зрідка відчувають самотність, 24,5% – відчувають самотність досить часто, 18,4% – час від часу, 12,5% – важко сказати, та 9,6% почуття самотності ніколи не відчувають.

5) відповіді на запитання «Що ви робите, чим займаєтесь, коли відчуваєте самотність?»: 36,4% жінок, коли відчувають самотність,

дивляться фільми, 18,2% – телефонують друзям, слухають музику та роблять будь-що, аби не відчувати себе самотньо, 9,1% – медитують.

Як видно з результатів анкетування «Я і Самотність», більшість досліджених жінок досить часто переживають самотність і сприймають її переважно як негативне явище, що пов'язують із внутрішньою порожнечою, відсутністю важливих контактів, сумом, страхом, бажанням бути потрібною. Водночас є жінки, для яких самотність – позитивне явище.

Для виявлення особливостей сновидінь та емоційних проявів у досліджених жінок на підставі результатів методик «Самотність» і «Діагностика суб'єктивного відчуття самотності», а також анкети «Я і Самотність» досліджена вибірка була поділена на дві групи: група А – жінки, що неглибоко переживають самотність; група Б – жінки, що глибоко переживають самотність. Розглянемо результати аналізу за цими групами.

Результати опитувальника «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка [4] у досліджених групах А і Б представлені на рисунках 3 і 4.

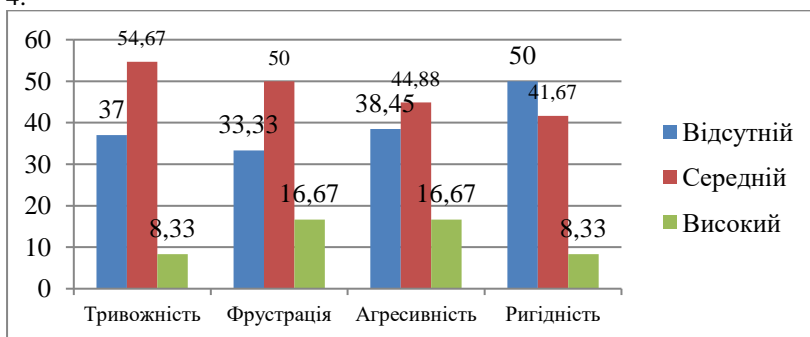


Рис. 3. Результати відповідей жінок групи А, які неглибоко переживають самотність, %

Як видно з рисунків 3 і 4, кількість досліджених з високим рівнем тривожності, фрустрації, агресивності і ригідності у групі Б – жінки, які глибоко переживають самотність, – більша, ніж у групі А – жінки, які неглибоко переживають самотність.

Результати анкети «Емоційні особливості у сновидіннях» та методики «Емоційна тональність». Зауважимо, що методика «Емоційна тональність» спрямована на поглиблений індивідуальний аналіз сновидіння, проте для нашого дослідження ми зробили деякі узагальнення за досліджуваними у методиці критеріями (дія, емоція, природне явище, стосунки).

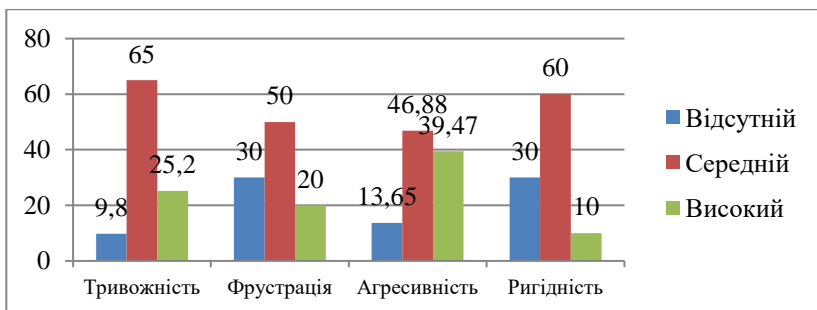


Рис. 4. Результати відповідей жінок групи Б, які глибоко переживають самотність, %

Усі дії у сновидіннях, відповідно до опису методики [1], були поділені на *активні* та *пасивні*. Кількісний аналіз «дій» у сновидіннях жінок із групи А, представлені на рисунках 5 та 6.

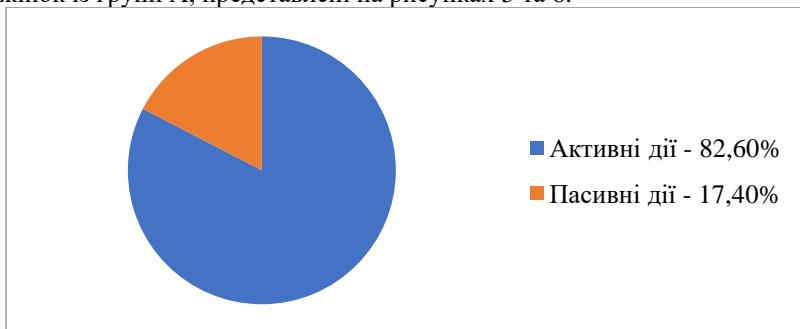


Рис. 5. Результати аналізу пасивних та активних дій у сновидіннях жінок групи А – жінок, що неглибоко переживають самотність, %

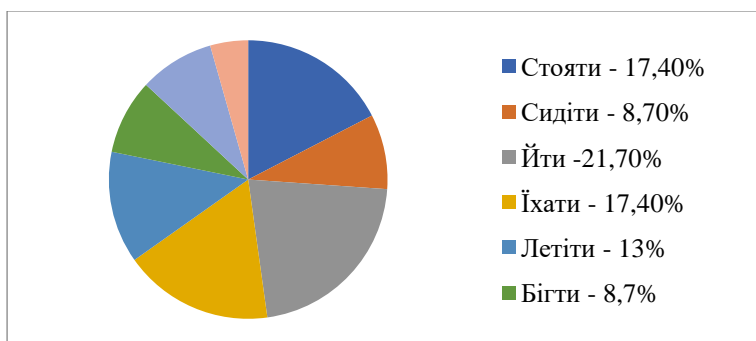


Рис. 6. Результати аналізу дій групи А – жінок, що неглибоко переживають самотність, у розрізі проявлених дій, %

Як видно із рис. 5 та рис. 6 у сновидіннях жінок, які неглибоко переживають самотність, 82,6% дій, характеризуються як активні і найбільше спостерігаються у такому вигляді: «йти» – 21,7%, «їхати» – 17,4%, «стояти» – 17,4%, і лише 17,4% дій характеризуються як пасивні і спостерігаються у сновидіннях у наступному вигляді: «сидіти» – 8,7%, «лежати» – 8,70%.

Кількісний аналіз «дій» у сновидіннях жінок із групи Б, що глибоко переживають самотність, представлені на рисунках 7 і 8.

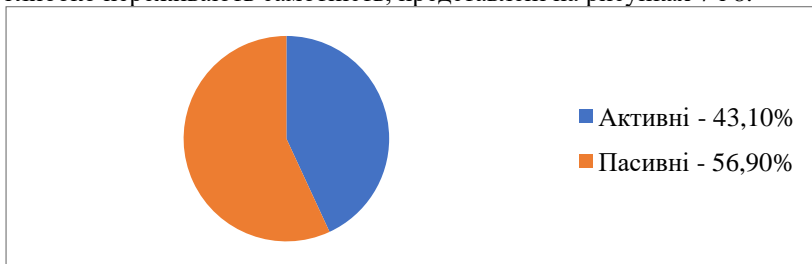


Рис. 7. Результати аналізу пасивних та активних у сновидіннях жінок групи Б – жінок, що глибоко переживають самотність, %

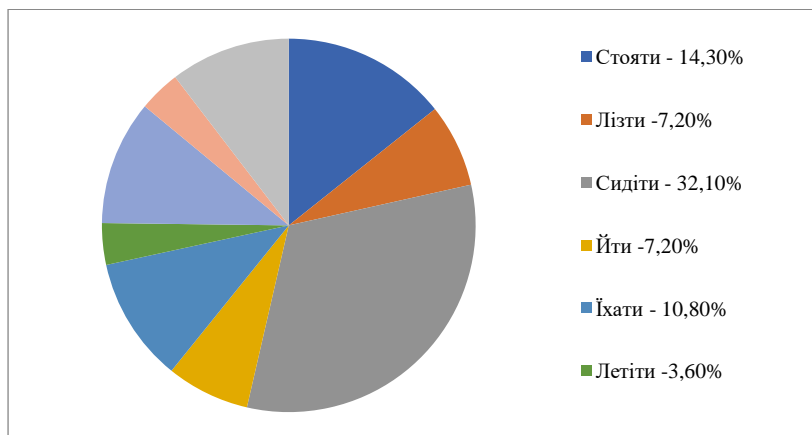


Рис. 8. Результати аналізу дій групи Б – жінок, що глибоко переживають самотність, у розрізі проявлених дій, %

Як видно із рисунків 7 і 8, у сновидіннях жінок, що глибоко переживають самотність, переважають пасивні дії – 56,9% і найбільше спостерігаються у вигляді: «сидіти» – 32,1%; «лежати» – 3,6%; «спати» – 10,4%; «їхати» – 10,8% (останню дію ми віднесли до «пасивних дій» через те, що у сновидіннях жінки не кермували автівкою, а були у пасивній позиції пасажирки). Активні дії – 43,1%, та проявлялись у такому вигляді:

«стояти» – 14,3%; «лізти/вилізати» – 7,2%; «йти» – 7,2%; «летіти» – 3,6%; «бігти/тікати» – 10,8%.

Наступний етап передбачав порівняння емоційних станів, що переживались жінками групи А та групи Б у сновидіннях (рис. 9 та рис. 10).

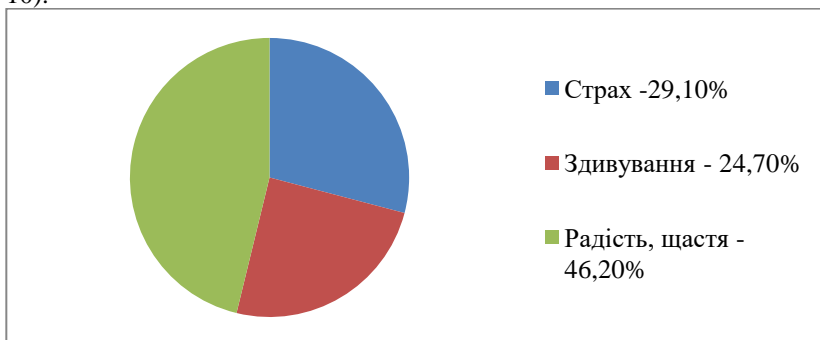


Рис. 9. Результати аналізу проявів емоційних станів у сновидіннях жінок із групи А, які неглибоко переживають самотність, %

Як бачимо з рисунку 9, жінки із групи А переживали у своїх сновидіннях такі: радість, щастя, задоволення – 46,2%; страх – 29,1%; здивування – 24,7%.

Розглянемо результати аналізу проявів емоцій у сновидіннях жінок із групи Б на рисунку 11.

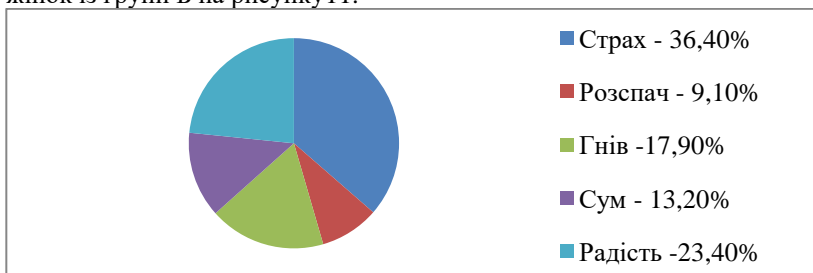


Рис. 11. Результати аналізу проявів емоційних станів у сновидіннях жінок із групи Б, які глибоко переживають самотність, %

Як бачимо з рисунку 11, жінки групи Б у своїх сновидіннях найчастіше переживали такі емоції: страх – 36,4%; розпач, занепокоєння – 9,1%; гнів, злість – 17,9%; сум – 13,2% та радість – 23,4%.

На рисунках 12 і 13 подані результати аналізу прояву природніх явищ, що найчастіше зустрічаються у сновидіннях жінок групи А та групи Б.

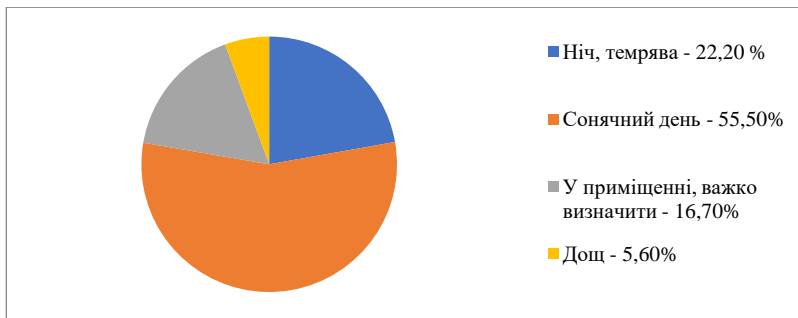


Рис. 12. Результати аналізу частоти проявів природніх явищ у сновидіннях жінок із групи А, які неглибоко переживають самотність, %

Як бачимо з рисунку 12, найчастіше у сновидіннях жінок, які неглибоко переживають самотність, зустрічається такі природні явища: сонячний день – 50,5%; ніч, темрява – 22,2%; дощ – 5,6%. У 16,7% досліджених події сновидінь відбувались у приміщеннях, і визначити природні явища було важко.

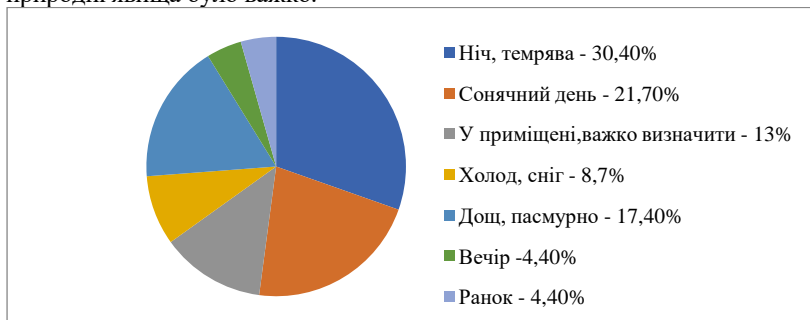


Рис. 13. Результати аналізу частоти проявів природніх явищ у сновидіннях жінок групи Б, які глибоко переживають самотність, %

Як бачимо на рисунку 13, у жінок групи Б найчастіше у сновидіннях зустрічаються такі природні явища: ніч, темрява – 30,4%; сонячний день – 21,7%; дощ, похмура погода – 17,4%; вечір – 4,4%, ранок – 4,4%; 13% у приміщенні.

На рисунках 14 і 15 представлені результати аналізу «Сфера взаємин».

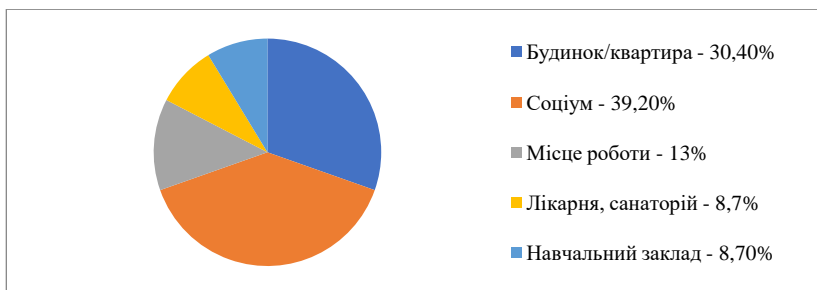


Рис. 14. Результати аналізу сфери взаємин у сновидіннях жінок групи А, %

Найчастіше події у сновидіннях жінок, які не переживають самотність, розгортаються у соціумі – 39,2%, у власному житлі чи житлі рідних і знайомих (30,4%), 13% – події розгортаються на місці своєї професійної діяльності. Цікаво, що у 8,7% досліджених у сновидіннях відбувався процес навчання або вони знаходились у навчальному закладі; при розмові із цими сновидицями виявилось, що у теперішній час вони проходять навчання, тренінгові програми, займаються особистим саморозвитком. 8,7% досліджених бачили сновидіння, події у яких відбувались у приміщеннях лікарень або санаторіїв.

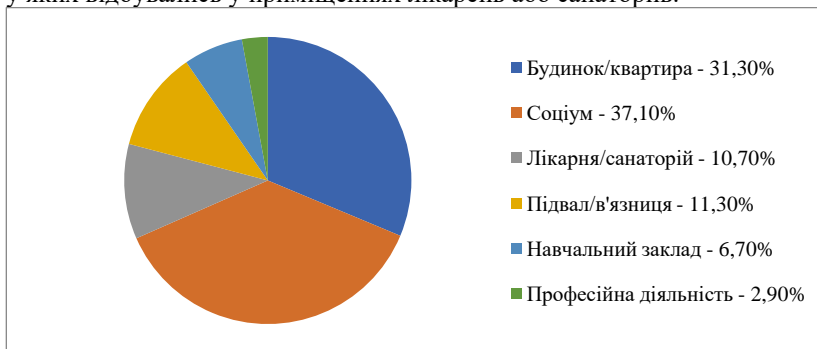


Рис. 15. Результати аналізу сфери взаємин у сновидіннях жінок із групи Б, %

Як бачимо на рисунку 15, події у сновидіннях жінок, які переживають самотність, найчастіше розгортаються у соціумі (37,1%), у власній квартирі/будинку чи своїх близьких та рідних (31,3%), події відбуваються у неприємних і закритих приміщеннях таких як в'язниця, підвал тощо (11,3%), у лікарнях чи санаторіях (10,7%), у навчальних закладах (6,7%), у місцях професійної діяльності жінок (2,9%).

Узагальнюючи результати нашого дослідження, можна виявити, що для сновидінь жінок, які глибоко переживають самотність притаманні такі образи: перевага пасивних дій над активними, переважання негативних емоцій (страх, розпач, гнів, сум), і їх домінування над позитивними, за природними явищами провідними образами є ніч, темрява, холод. У жінок, які неглибоко переживають самотність, навпаки, переважають активні дії, приємні емоції, приємні природні образи (сонце, тепло тощо). За критерієм стосунків, у досліджуваних групах істотних відмінностей не виявлено, окрім того, що події сновидінь деяких жінок, які глибоко переживають самотність, відбувались у неприємних і замкнених приміщеннях (в'язниця, підвал тощо), чого не спостерігалось у сновидіннях жінок, які неглибоко переживають самотність.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Проведене емпіричне дослідження дало можливість виокремити дві групи жінок за рівнем переживання самотності: А) жінки, які неглибоко переживають самотність та Б) жінки, які глибоко переживають самотність.

Шляхом порівняльного аналізу було виявлено, що для сновидінь жінок, які глибоко переживають самотність, притаманні такі образи: перевага пасивних дій над активними, переважання негативних емоцій (страх, розпач, гнів, сум), і їх домінування над позитивними; за природними явищами провідними образами є ніч, темрява, холод. У жінок, які неглибоко переживають самотність, навпаки, переважають активні дії, приємні емоції та приємні природні образи (сонце, тепло тощо). За критерієм стосунків, у досліджуваних групах жінок істотних відмінностей не виявлено, крім наявності неприємних замкнених приміщень в окремих сновидіннях жінок, які глибоко переживають самотність.

Перспективи подальших досліджень убачаються у розширенні вибірки і діагностичного інструментарію, порівняння особливостей сновидінь у жінок різного віку, а також у чоловіків, які переживають самотність, і порівняння отриманих результатів за віковою і гендерною ознаками.

Література

1. Заславська О., Подкоритова Л. Методика «Емоційна тональність» як засіб дослідження сновидінь у жінок, які переживають самотність. *Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього процесу* : матеріали XIII

Всеукраїнської науково-практичної конференції 30 листопада 2023 року. Хмельницький, 2023. С. 121-123.

2. Кудрич Ю. Соціально-психологічні чинники функціонування феномену самотності у молоді. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ. 2022, 52 с. URL: <http://surl.li/nywst> (25.10.2023).

3. Методика «Діагностика суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассел і М. Фергюсон URL: <http://surl.li/neoat> (дата звернення 25.10.2023р.)

4. Опитувальник «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенк URL: <http://surl.li/nywtg> (25.10.2023).

5. Перевазко Л. П. Сновидіння як психологічний феномен : саноцентричний підхід. *Габітус*. 2022. Вип. № 35. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2022/35-2022/6.pdf> (25.10.2023).

6. Подкоритова Л., Макарук І. Емпіричне дослідження особливостей переживання самотності підлітками. *Psychology Travelogs*. 2023. 3. С. 167-177. URL: <https://pt.khmnu.edu.ua/index.php/pt/article/view/113> (25.10.2023).

7. Юнг К. Г. та послідовники. Людина та її символи. Київ : Видавництво «Центр учбової літератури», 2022. 436 с.

8. Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме / пер. з нім. К. Котюк ; 3-тє вид. Львів : Видавництво «Астролябія», 2023. 608 с.

9. Юнг К. Г. Аналітична психологія. Київ : Видавництво «Центр учбової літератури», 2022. 250 с.

References

1. Zaslavska O., Podkorytova L. Metodyka «Emotsiina tonalnist» yak zasib doslidzhennia snovydin u zhink, yaki perezhyvaiut samotnist. Formuvannia osobystosti suchasnoho fakhivtsia yak subiekta samotvorennia v umovakh osvithnoho protsesu : materialy KhIII Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii 30 lystopada 2023 roku. Khmelnytskyi, 2023. S. 121-123.

2. Klasyfikatsiina robota Yu. Kudrych. Lviv 2022 r. str.51. Opytuvalnyk Samotnist. URL: <http://surl.li/nywst> (data zvernennia 25.10.2023)

3. Metodyka «Diahnostyka subiektyvnoho vidchuttia samotnosti» D. Rassel i M. Ferhison URL: <http://surl.li/neoat> (data zvernennia 25.10.2023)

4. Opytuvalnyk «Samoostinka psykhichnykh staniv» H. Aizenk URL: <http://surl.li/nywtg> (data zvernennia 25.10.2023).

5. Podkorytova L., Makaruk I. Empyrychne doslidzhennia osoblyvosti perezhyvannia samotnosti pidlitkamy. *Psychology Travelogs*. 2023. 3. S. 167-177. URL: <https://pt.khmnu.edu.ua/index.php/pt/article/view/113> (data zvernennia 25.10.2023).

6. Pereviazko L. P. Snovydinna yak psykhohichnyi fenomen: sanotsentrychnyi pidkhid, *Habitus*. 2022. Vyp. № 35. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2022/35-2022/6.pdf> (25.10.2023).

7. Iunh K. H. ta poslidovnyky. Liudyna ta yii symvoly. Kyiv : Vydavnytstvo «Tsentр uchbovoi literatury», 2022. 436 s.

8. Іунh К. Н. Архетипы і колектывне несвідоме / переклала з німetskoi Катерина Котиук ; науковий редактор українського видання Олех Feshovets. 3-тє вид. Львів : Видавnytstvo «Astroliabii», 2023. 608 с.
9. Іунh К. Н. Аналітична психологія. Київ : Видавnytstvo «Tsentr uchbovoi literatury», 2022. 250 с.