



Житомирський державний університет імені І. Франка

САМОТНІСТЬ & ДЕПРЕСІЯ

Інформаційно-бібліографічний список

Дата відбору матеріалу: **14.01.2014**
Кількість відібраних джерел: **24**
Укладач: **О. О. Верниш**

На сьогоднішній день, за даними багатьох дослідників, найпоширенішими



проблемами з якими стикається людство є самотність та депресія. Шалені темпи розвитку породжують тривогу та невротизують людство. Перед людьми виникає безліч завдань, які потрібно виконати. Досягаючи поставленої мети, слідкуючи за змінами в суспільстві вони часто не помічають особистісних змін.

Звернемося до своєрідного маніфесту сучасного життя, проголошеного відомим американським письменником та актором Дж. Карліном. Парадоксом нашого життя є те, що ми маємо високі будівлі, але низьку терпимість, широкі магістралі, але вузькі погляди. Маємо великі будинки, але менші сім'ї, найкращі зручності, але менше часу. Говоримо занадто багато, але любимо рідко. Створюємо нові комп'ютери, що зберігають більше інформації, але спілкуємося дедалі менше. Маємо кращу освіту, але менше розуму, кращі знання, але гірше оцінюємо ситуацію, кращу медицину, але гірше здоров'я. Знаємо, як вижити, але не знаємо, як жити.

Проблема самотності та депресії є однією із серйозних проблем людства, коли взаємовідносини не складаються, не породжуючи ні дружби, ні любові, ні ворожнечі, залишаючи людей байдужими стосовно один одного. На жаль, сьогодні можна говорити про справжню епідемію депресії та самотності! За даними статистики, не менше 20-30 % населення у всьому світі відчули цей стан на собі.



Самотність – соціально-психологічне явище, емоційний стан людини, пов'язаний з відсутністю близьких, позитивних емоційних зв'язків з людьми та/або зі страхом їх втрати в результаті вимушеної або наявної психологічної причини соціальної ізоляції. У рамках цього поняття розрізняють два різних феномени – позитивна (самітність) і негативна (ізоляція) самотність, однак найчастіше поняття самотності має негативні конотації.

Одним із найбільш негативних наслідків самотності може стати явище депресії. Депресія – це хворобливий стан пригніченості, безвиході, коли людина відчуває себе



глибоко нещасною і цілковито нездатною відчувати задоволення, такою, що втратила мету та зміст життя. Існують різні форми та симптоми депресії, але всі вони знижують життєву енергію, підривають здоров'я, змінюють апетит і сон, знижують працездатність. Депресія впливає на людину, її особистість, погіршує її стосунки з близьким оточенням, аж до можливого їх розриву, а отже, погано відбивається на

розвитку суспільства загалом. Найбільша її підступність у тому, що вона вражає одночасно тіло, розум і душу.

Останнім часом проблемам самотності та депресії присвячуються дедалі нові роботи, що досліджують сутність цих явищ, причини її виникнення, характерні прояви й вплив на різні категорії людей в різні періоди життя.

В свою чергу, щоб отримати більш глибокі знання з даної тематики, пропоную переглянути бібліографічний список літератури, наявної в читальному залі №1 бібліотеки університету. Він стане корисним студентам, аспірантам, викладачам та широкому загалу.

Самотність

1. **Амельченко Ю.** Бібліотека проти самотності / Ю. Амельченко // Бібліотечна планета. – 2011. – N 4. – С. 21-22.
2. **Кисельова В.** Підліткова самотність: причини й наслідки / В. Кисельова // Шкільний світ. – 2012. – N 40. – С. 4-6.
3. **Кононова О. В.** Самотність як імпульс антропологічної трансформації / О. В. Кононова // Мультиверсум. – 2012. – N 5. – С. 181-191.
4. **Кофман Ж.-К.** Чорні самотності / Жан-Клод Кофман // Самотня жінка і чарівний принц / Жан-Клод Кофман ; [ред. Ірина Давидко ; пер. з фр. Зоя Борисюк]. – К. : Темпора, 2011. – С. 260-264.
5. **Красная Е. В.** Отражение проблем подростков в представлениях о счастье и одиночестве / Е. В. Красная, О. Б. Долгинова // Наш проблемный подросток: понять и договориться / под ред. проф. Л. А. Регуш. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена : Союз, 2001. – С. 9-32. – ISBN 5-8064-0354-8.
6. **Мовчан М. М.** Самотність як феномен буття особистості : монографія / М. М. Мовчан ; Укоопспілка, Полтав. ун-т споживчої кооп. України. – Полтава : РВВ ПУСКУ, 2009. – 264, [1] с. – ISBN 978-966-184-038-5.
7. **Орбан-Лембрик Л. Е.** Взаємозв'язок деформацій спілкування і асоціальних проявів особистості / Л. Е. Орбан-Лембрик // Психологія професійної комунікації : навч. посіб. / Л. Е. Орбан-Лембрик ; [рец.: М. Й. Боришевський, Н. В. Чепелєва, В. В. Третьяченко]. – Чернівці : Книги-XXI, 2010. – С. 165-186. – ISBN 978-966-2147-64-3.
8. **Пепло Л.** Одиночество и самооценка / Л. Пепло, М. Мицелии, Б. Морали // Самосознание и защитные механизмы личности : [хрестоматия] / [ред.-сост. Д. Я. Райгородский]. – Самара : БАХРАХ-М, 2000. – С. 261-281.

9. **Романовська Д.** Самотність дітей під час канікул : психолог. рек. / Діана Романовська, Олеся Ілащук, Ольга Заслонкіна // Психолог. – 2012. – N 21. – С. 16-18.
10. **Хамитов Н.** Одиночество как тоска / Н. Хамитов // Философия. Бытие. Человек. Мир : курс лекций / Н. Хамитов. – Киев : КНТ : Центр учеб. лит., 2006. – С. 226-228.
11. **Хамітов Н.** Людина у самотності та комунікації / Назіп Хамітов // Філософія: світ людини : курс лекцій / Віталій Табачковський [та ін.]. – К. : Либідь, 2003. – С. 243-262. – ISBN 966-06-0278-2.
12. **Швалб Ю. М.** Одиночество : соц.-психолог. проблемы / Ю. М. Швалб, О. В. Данчева. – К. : Україна, 1991. – 270 с. – ISBN 5-319-00556-3.

Депресія

1. [**Меланхолическая депрессия**] / под. ред. М. И. Рожкова // Воспитание трудного ребенка. Дети с девиантным поведением : учеб.-метод. пособие / под. ред. М. И. Рожкова. – М. : Владос, 2001. – С. 108-110. – (Коррекционная педагогика). – ISBN 5-691-00588-X.
2. **Астапов В. М.** Связь тревожности и депрессии / В. М. Астапов // Тревожность у детей / В. М. Астапов. – М. : PerSe, 2001. – С. 104-110. – ISBN 5-9292-0043-2.
3. **Браш Х.** Панические атаки и депрессия / Христина Браш, Инга-Мария Рихберг // Беспричинный страх / Христина Браш, Инга-Мария Рихберг. – М. : Сигма-Пресс ; Ростов н/Д : Феникс, 1998. – С. 29-31. – (Справочник здоровья). – ISBN 5-85949-176-X (рус.).
4. **Демьянов Ю. Г.** Инволюционная депрессия / Ю. Г. Демьянов // Диагностика психических нарушений : практикум / Ю. Г. Демьянов. – СПб. : МиМ : Респекс, 1999. – С. 159-160. – ISBN 5-8097-0023-3.
5. **Депрессия** / под. ред. Ю. И. Александрова // Психофизиология : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / под ред. Ю. И. Александрова. – 3-е изд., доп. и

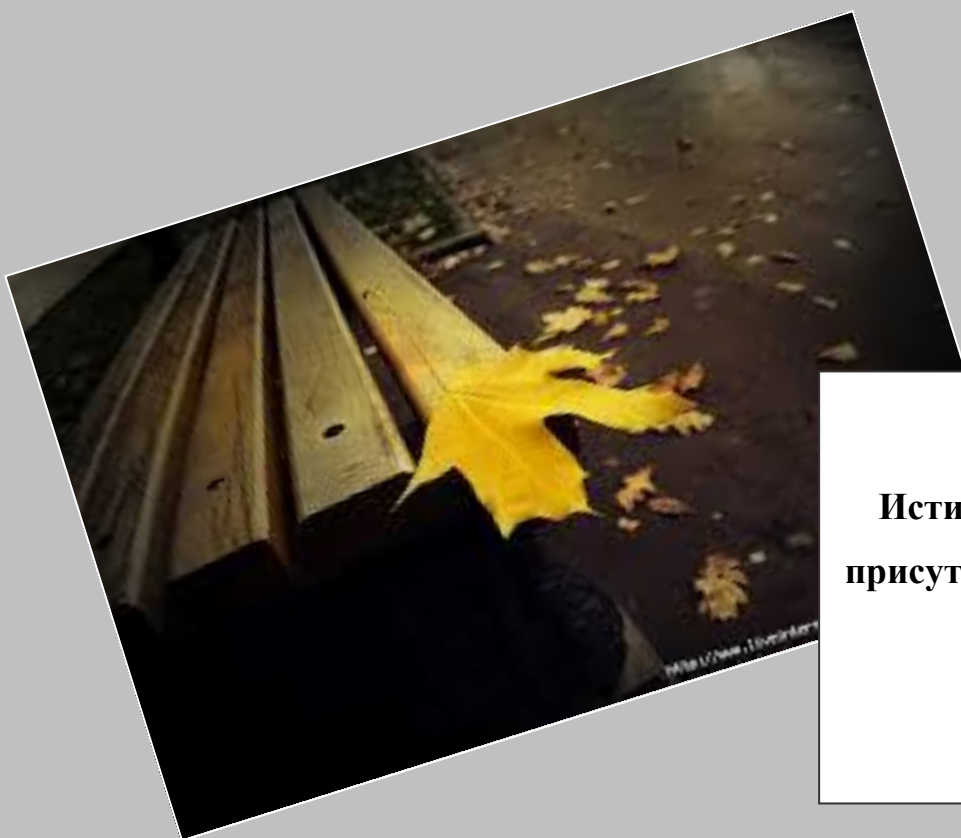
переработ. – М. ; СПб. ; Киев : Питер, 2007. – С. 410-417. – (Учебник для вузов). – ISBN 978-5-94723-732-0.

6. **Королева З.** Склонны ли вы к депрессии? / Злата Королева // «Да» или «нет»? : момент. граф. тесты / Злата Королева. – Екатеринбург : У-Фактория, 2004. – С. 270-271. – (Практика самопознания). – ISBN 5-94799-431-3.
7. **Кочубко О.** Депресія як об'єкт діяльності психолога / Оксана Кочубко // Психолог. – 2009. – № 41. – С. 9-11.
8. **Москалец В. П.** Суїцидальні тенденції депресії / В. П. Москалец, Ю. Р. Сидорик // Психологія суїциду : посіб. для студ. вищ. навч. закл. / за ред. В. П. Москальця. – К. : Академвидав, 2004. – С. 55-61. – (Альма-матер). – ISBN 966-8226-13-5.
9. **Равич Р.** Как справиться с детской и подростковой депрессией? / Рената Равич // Дайджест педагогічних ідей та технологій «Школа-парк». – 2002. – № 4. – С. 105-109.
10. **Тополянский В. Д.** Сексуальные расстройства при депрессивных состояниях у женщин / В. Д. Тополянский, М. В. Струковская // Психосоматические расстройства : руководство для врачей / В. Д. Тополянский, М. В. Струковская. – М. : Медицина, 1986. – 383, [1] с.
11. **Филимонова А. С.** Аффективно-когнитивный стиль репрезентации межличностной коммуникации при депрессивных расстройствах / А. С. Филимонова // Психологический журнал. – 2010. – № 2. – С. 66-76.
12. **Яким Р. С.** Депресія / Р. С. Яким // Безпека життєдіяльності людини : навч. посіб. / Р. С. Яким. – Л. : Бескид Біт, 2005. – С. 60. – ISBN 966-8450-12-4.



**Одинокий представляет собою
только тень человека, а кто не
любим, тот везде и среди всех
одинок.**

Жорж Санд



**Истинное одиночество – это
присутствие человека, который
тебя не понимает.**

Элберт Хаббард