

## СУБ'ЄКТИВНЕ СТАВЛЕННЯ ЖІНОК ДО САМОТНОСТІ

### SUBJECTIVE ATTITUDE OF WOMEN TO LONELINESS

У статті представлені результати дослідження суб'єктивного ставлення жінок які належать до різних соціальних груп до почуття і явища самотності.

Виявлено, що релігійні жінки, жінки які перебувають у виправній колонії і жінки-інваліди частіше за інші групи жінок переживають самотність. За тривалістю самотності у релігійних жінок триває довго і може переходити в хронічну форму. У інших групах жінок самотність має ситуативний характер і переживається за тривалістю по-різному в залежності від життєвих обставин і особистісних характеристик особистості.

Дослідження об'єктивної міри самотності особистості жінки за трьома критеріями: комунікативним, емоційно-афіліативним та духовно-афіліативним показало, що жінки відчувають більшу самотність у взаємодії із соціальним оточенням, особливо в незнайомому, проявляючись у дефіциті встановлених контактів, взаємному обміні інформації і спілкуванні. Найменшу самотність відчувають у довірливих і інтимних стосунках з близькими людьми (сім'я, друзі, партнер).

Показано, що «суб'єктивне почуття самотності» переживається і сприймається жінками по-різному в залежності від особливостей особистості, комплексу її почуттів, оцінок та відношення до життєвих ситуацій і соціального оточення, тобто від соціальної групи до якої вона належить.

Диференціація почуттів і емоцій суб'єктивного відчуття самотності, дало можливість побачити привілей негативного окрасу над позитивним.

Виявлено, що позитивними сторонами (добровільно обрані) самотності жінки називають: спокій, захопленість, умиротворення, можливість переосмислення, вільний час, відпочинок, час для творчості або заняття улюбленою справою, самоаналіз, саморозвиток, самостійність, відсутність контролю. А негативними (вимушеними): непотрібність, безглуздість існування, замкнутість, страх, недовіра, бракує співбесідника чи друга, відсутність підтримки, нудьга, апатія, депресія, поганий настрій, туга за конкретною людиною, смуток, роздратування і образа, спустошеність, безнадійність, тривога, розпач, відчай. Більшою мірою вони пов'язують негативну сторону самотності із дефіцитом у міжособистісних стосунках, а позитивну з особистісним розвитком.

**Ключові слова:** самотність, суб'єктивне ставлення, об'єктивна міра самотності, добровільна самотність, вимушена самот-

ність, негативне ставлення, позитивне ставлення.

The article presents the results of a study of the subjective attitude of women belonging to different social groups to the feelings and phenomena of loneliness.

It was found that religious women, women in correctional facilities and women with disabilities are more likely than other groups of women to experience loneliness. In terms of duration, loneliness in religious women lasts a long time and can turn into a chronic form. In other groups of women, loneliness is situational in nature and is experienced in different ways depending on the life circumstances and personal characteristics of the individual.

A study of the objective degree of loneliness of a woman's personality on three criteria: communicative, emotionally affiliative and spiritually affiliative showed that women feel more lonely in interaction with the social environment, especially in the unfamiliar, manifested in lack of contacts, mutual exchange of information and communication. The least loneliness is felt in trusting and intimate relationships with close people (family, friends, partner).

It has been shown that "subjective feelings of loneliness" are experienced and perceived differently by women depending on the characteristics of the individual, the complex of his feelings, assessments and attitudes to life situations and social environment, ie the social group to which he belongs.

The differentiation of feelings and emotions of the subjective feeling of loneliness made it possible to see the privilege of negative decoration over positive.

It was found that the positive aspects (voluntarily chosen) of women's loneliness are: peace, enthusiasm, peace, opportunity to rethink, free time, rest, time for creativity or hobbies, introspection, self-development, independence, lack of control. And the negative (forced): uselessness, meaninglessness of existence, isolation, fear, distrust, lack of interlocutor or friend, lack of support, boredom, apathy, depression, bad mood, longing for a particular person, sadness, irritation and resentment, desolation, hopelessness, anxiety, anxiety, despair, despair. To a greater extent, they link the negative side of loneliness with the deficit in interpersonal relationships, and the positive side with personal development.

**Key words:** loneliness, subjective attitude, objective measure of loneliness, voluntary loneliness, forced loneliness, negative attitude, positive attitude.

УДК 159. 907

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.34.11>

Леонova І.М.

к.психол.н., докторант  
факультету психології  
Київський національний університет  
імені Тараса Шевченка

**Вступ.** Багатьма дослідниками проблема самотності визнається однією з найгостріших у сучасному соціальному житті, що зачіпає початкові основи буття. Являючись складним і багатогранним соціально-психологічним явищем, вона охоплює великий пласт людських питань. Будучи особистісним переживанням, воно з певними складностями піддається опису, зав-

дяки тому, що його прояви завжди носять суб'єктивний характер. А амбівалентність самотності криється в неоднозначному впливі його на людину.

Багато аспектів самотності знайшли своє відображення в працях дослідників Н. В. Туліної (соціально-політичний) [20], N. Savikko, P. Routasalo, R. S. Tilvis, T.E. Strandberg, K. H. Pitkдд [2] (соціально-економічний),

Ж.В. Пузанової [17], Г.М. Тихонова [21] (філософсько-соціальний), С.В. Куртіян [15] (як соціального явища), Ю.М. Швалба та О.В. Данчової [24] (соціально-психологічний). Проблеми виникнення самотності та її причини розглядалися вченими Р.А. Dykstra, Т. Fokkema [3], М. Pinquart, S.Sjrensен [4], Є.Н. Осін, Д.О. Леонтьев [16]; Т.Л. Крюкова [13] у контексті самотнього психологічного феномену, якому властива амбівалентність.

А ось науковці J.Т.Сасіорро і L.С. Hawkley [5] встановили, що переживання самотності не тільки породжує безліч проблем в соціальній сфері, а й загострює вікові і особистісні зміни, проявляючись у дезадаптації, та у погіршенні психічного стану здоров'я людини.

Відомі роботи, що стосуються чинників, які сприяють почуттю самотності у жінок, а саме: соціально-психологічні, економічні, особистісні, здоров'я, стосунки з оточуючим середовищем, професійно-матеріальні, незадоволеність образом – Я, тощо, то вони висвітлені у роботах: Ш.М. Берн [6], С.Л. Вербицька [7], Н.Л. Іванова [10], Е.Н. Заворотних [8], С.Г. Корчагіна [12], Є.В. Кулаєва [14], Т.Ю. Лапшина [11], Н.П. Романова [18], В.І. Сіляєва [19], А.Ф. Фаррахов [22], Н.В. Шітова [25], Douglas, Plugge & Fitzpatrick [1]. Відкритим залишається питання стосовно суб'єктивного ставлення жінок до самого почуття самотності.

**Мета дослідження** – виявлення суб'єктивного ставлення жінок з різних соціальних груп до почуття і явища самотності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дослідження «суб'єктивного ставлення жінок до самого почуття і явища самотності» складалося з трьох частин:

1) відношення до самотності (частота і тривалість переживання самотності); 2) об'єктивна міра самотності жінок; 3) суб'єктивне ставлення особистості жінки до самотності. Був використаний такий методичний інструментарій: анкети опитувальника Г.Р. Шагівалевої [23], анкети Н.Є. Заворотних [8] і анкети Д.О. Захарової [9].

Вибірку досліджуваних склали жінки, з різних соціальних груп: 1) жінки які проживають на тимчасово окупованій території; 2) релігійні жінки; 3) жінки, які перебувають у виправній колонії (ВК), 4) жінки-внутрішньо переміщені особи; 5) жінки-інваліди (глухонімі); 6. жінки-княнки. Загальна кількість досліджуваних склала 270 осіб по 45 у кожній групі. Вік досліджуваних від 25 до 55 років.

Першочергово у ході опитування жінок, були отримані дані за анкету Д.О Захарової щодо того, «як часто на їх думку люди відчувають себе самотніми і чи довго триває цей стан?». Результати аналізу представлені в таблиці 1.

З табл. 1 видно, що переважно більша частина жінок (73%) вважає, що людина часто у житті переживає почуття самотності. А ось за тривалістю цього почуття жінки розійшлися у думках, де у 15% жінок стан самотності триває – довго, у 20% – не довго. У 50% жінок це питання викликало розгубленість і складність визначення тривалості переживання, тому вони зупинились на відповіді «по-різному». А 15% жінок дали відповідь «не знаю» спираючись на те, що їм переживання самотності не властиво. Отже, самотність як життєва ситуація часто в той чи іншій формі переживається багатьма людьми, а ось за тривалістю має різні протікання.

Таблиця 1

**Уява жінок, щодо частоти і тривалості переживання самотності людьми**

	Загальна група жінок	Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території	Релігійні жінки	Жінки, які перебувають у виправній колонії	Жінки-внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території	Жінки-інваліди	Жінки-княнки
Чи часто люди почуваються самотніми?							
Так	72,5	40	100	100	50	80	65
Ні	14,2	10	-	-	30	20	25
Іноді	5	20	-	-	10	-	-
Не знаю	8,3	30	-	-	10	-	10
Чи довго триватиме цей стан?							
Ні	19,8	38,7	-	30	40	-	10
По-різному	49,7	28,3	40	30	30	90	80
Не знаю	15,8	20	-	30	30	5	10
Так	14,7	13	60	10	-	5	-

Аналіз отриманих даних за груповою приналежністю жінок (табл. 1), свідчить про те, що релігійні жінки, які перебувають у виправній колонії і жінки-інваліди, найбільше за інші групи жінок почуваються самотніми. Але якщо у жінок-інвалідів і жінок ув'язнених цей стан за тривалістю переживається по-різному, то у релігійних жінок воно триває довго і може переходити в хронічну форму. У інших групах жінок: киянок, внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території і які проживають на тимчасово окупованій території, самотність має ситуативний характер і переживається за тривалістю по-різному, в залежності від життєвих обставин і особистісних характеристик особистості.

Для виявлення об'єктивної міри самотності особистості за трьома критеріями: комунікативний, емоційно-афіліативний та духовно-афіліативний використовувалась анкета-опитувальник Г.Р. Шагівалевої (табл. 2).

Виходячи з отриманих результатів, можна відзначити, що в загальній групі жінок, найбільш часто зустрічається комунікативна самотність (66 осіб, 24,45%), найменше – емоційна і духовна самотність (психологічна близькість з іншими людьми). Тобто, жінки відчувають більшу самотність у взаємодії із соціальним оточенням, особливо в незнайомому, проявляючись у дефіциті встановлених контактів, взаємному обміні інформації і спілкуванні. Найменшу самотність відчувають у довірливих і інтимних стосунках з близькими людьми (сім'я, друзі, партнер).

Аналізуючи результати (табл. 2) жінок з різних соціальних груп, відзначимо, що найбільшу **комунікативну самотність** відчувають жінки-інваліди (глухонімі) (50%), меншу – жінки-внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території (30%) і жінки, які перебувають у виправній колонії (ВК) (26,7%). Зовсім не відчувають

комунікативну самотність – жінки, які проживають на тимчасово окупованій території. Найбільшу **емоційну самотність** відчувають жінки з виправної колонії (ВК) (46,7%) і зовсім відсутня емоційна самотність у жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, внутрішньо переміщених осіб і киянок. Переживання **духовної самотності** виявляється у групі жінок, які перебувають у виправній колонії ВК (40%) і у жінок-інвалідів (36,7%), а у жінок-киянок і жінок, які проживають на тимчасово окупованій території воно зовсім відсутнє.

Отже, можна говорити про те, що у порівнянні з іншими групами жінок, високу міру об'єктивної самотності, а саме за трьома видами: комунікативна, емоційна, духовна, відчувають жінки з виправної колонії (ВК), які відчувають дефіцит як у соціальних взаєминах, так і у близьких інтимних стосунках. Жінки-інваліди найбільш часто переживають комунікативну і духовну самотність, що обумовлено першочергово їх вадами слуху, яке ускладнює процес комунікацій з навколишнім середовищем. Жінки-внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території мають переживання саме комунікативної самотності, що зумовлено їх вимушеним внутрішнім переміщенням в нове соціальне середовище. У інших групах жінок, об'єктивна міра самотності виявляється на низькому рівні, або зовсім відсутня.

Далі розглянемо і проаналізуємо суб'єктивне ставлення особистості жінок до самотності за допомогою анкети-опитувальника Г.Р. Шагівалевої, отримані дані представлені у таблиці 3.

Аналізуючи **загальну групу жінок**, за першим питанням «Чи вважаєте себе самотньою?», було виявлено, що 60 (22,2%) жінок із 270 осіб, вважають себе самотніми. Це свідчить про те, що більша частина жінок не вважають себе самотніми. При зіставленні отриманих відповідей

Таблиця 2

**Показники об'єктивної міри самотності жінок**

	Комунікативна самотність		Емоційна самотність		Духовна самотність	
	ні	так	ні	так	ні	так
<b>Загальна група жінок</b>	<b>75,5%</b>	<b>24,45%</b>	<b>87,2%</b>	<b>12,8%</b>	<b>82,2%</b>	<b>17,8%</b>
Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території	100%	0%	100%	0%	100%	0%
Релігійні жінки	80%	20%	80%	20%	80%	20%
Жінки, які перебувають у виправній колонії	73,3%	26,7%	53,3%	46,7%	60%	40%
Жінки-внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території	70%	30%	100%	0%	90%	10%
Жінки-інваліди (глухонімі)	50%	50%	90%	10%	63,3%	36,7%
Жінки-киянки	80%	20%	100%	0%	100%	0%

Таблиця 3

**Суб'єктивне відношення жінок до самотності (добровільне-вимушене)**

	Чи вважаєте себе самотньою?		Чи прагнете Ви уникнути самотності?		Як часто у Вас виникає бажання залишитись однією?			
	так	ні	так	ні	Постійно	Хоча б раз на день	Кілька разів на тиждень	Взагалі не виникає такого бажання
<b>Загальна група жінок</b>	<b>22,2%</b>	<b>74,4%</b>	<b>66,1%</b>	<b>33,9%</b>	<b>6,1%</b>	<b>37,8%</b>	<b>30%</b>	<b>26,1%</b>
Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території	0%	100%	86,7%	13,3%	0%	26,7%	46,7%	26,6%
Релігійні жінки	20%	80%	80%	20%	0%	40%	20%	40%
Жінки, які перебувають у виправній колонії	36,7%	63,3%	70%	30%	31%	29%	13,3%	26,7%
Жінки-внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території	10%	90%	51%	49%	0%	70%	20%	10%
Жінки-інваліди (глухонімі)	46,7%	53,3%	70%	0%	6,7%	20%	40%	33,3%
Жінки-киянки	20%	80%	40%	60%	0%	40%	40%	20%

**Примітка:** загальна група жінок N=270; шість груп жінок по N=45

другого блоку із відповідями на питання першого блоку анкети-опитувальника, виявився практично збіг даних. Тобто, жінки, які вважали себе самотніми за об'єктивними параметрами мають наявність суб'єктивного відчуття самотності. І тільки деякі жінки, які вважали себе самотніми за об'єктивними параметрами не відчувають, або заперечують самотність на суб'єктивному рівні і навпаки.

Далі аналізуючи і порівнюючи отримані результати дослідження **жінок з різних соціальних груп**, за першим питанням «Чи вважаєте себе самотньою?», відзначимо, що найбільша кількість жінок, які суб'єктивно вважають себе самотніми виявились у групі жінок-інвалідів (21 осіб, 46,7%) і які перебувають у виправній колонії (ВК) (17 осіб, 36,7%). У групі релігійних жінок і жінок – киянок тільки по 9 осіб (20%) вважають себе самотніми. А ось у групі жінок-внутрішньо переміщених осіб тільки 5 осіб визначили себе самотніми. Щодо результатів групи жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, то вони запевняють, що на 100% відчуття самотності в них відсутнє. Отже, спостерігаючи значний збіг об'єктивного положення самотності та його суб'єктивного усвідомлення жінками, можна зазначити, що все ж таки невелика частина жінок не визначає свою самотність і це стосується в більшій мірі групи жінок-внутрішньо переміщених

осіб з тимчасово окупованої території. Що стосується групи жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, то варто зазначити, що незважаючи на повне співпадіння результатів першого блоку (об'єктивна міра самотності) і усвідомленого суб'єктивного почуття самотності, можна говорити про те, що цим жінками притаманна захисна поведінка заперечення, яка на неусвідомленому рівні оспорує будь-яке переживання в них самотності.

Аналіз питання «Чи прагнете Ви уникнути самотності?» дає нам можливість побачити наскільки добровільно обрано чи вимушено за певними обставинами самотність жінок. У **загальній групі жінок** 178 осіб (66,1%) прагнуть уникнути самотність. Це може говорити про те, що почуття самотності знайомо багатьом досліджуванним. Враховуючи, що кількість бажаних уникнути цей стан перебільшує кількість переживаючих об'єктивну і суб'єктивну самотність, можна на рівні тенденції стверджувати, що активне уникнення самотності зменшує ймовірність його появи.

Також були отримані дані, що 92 особи (33,9%) не прагнуть уникнути самотність. Але для того, щоб зробити правильний висновок, враховуємо отримані дані третього питання, що стосувався індивідуальної потреби у частоті міжособистісних контактів «Як часто у Вас виникає бажання залишитись однією?»: «постійно» дали

відповідь 17 осіб (6,1%); «хоча б раз на день» – 102 особи (37,8%); «кілька разів на тиждень» – 81 особа (30%) і «взагалі не виникає такого бажання» – 70 осіб (26,1%). Таким чином, можна говорити про те, що: 17 жінок, які дали відповідь, що постійно виникає бажання залишитись самій, втрапили надію на зміну свого становища, вважають себе самотніми і не роблять ніяких спеціальних зусиль, щоб зберегти своє місце у системі міжособистісних зв'язків. Можна говорити, що ці жінки обирають самотність добровільно, але ця добровільність вимушена певними обставинами або причинами. Жінки (183 особи), які дали відповідь, що «в них виникає бажання хоча б раз на день, або кілька разів на тиждень залишитись самій», вони здебільш схильні обирати самотність добровільно розцінюючи її, не тільки як негативний, а й як позитивний чинник і відносно легко переносять це відчуття і стан. А ось про жінок, які взагалі не мають такого бажання відчувати самотність, можна говорити на рівні тенденції, що вони усвідомлюють власний страх і тривогу перед самотністю, розцінюючи її як проблему, вимушеність і роблять все, щоб уникнути, відкинути і не допустити її у свою свідомість. Для таких жінок самотність розглядається як вимушеність.

Аналізуючи і порівнюючи отримані результати другого питання «Чи прагнете Ви уникнути самотності?» у жінок **з різних соціальних груп**, ми отримали наступні результати. Найбільш високий відсотковий показник бажання уникнути самотність відзначився у групі жінок, які проживають на тимчасово окупованій території 87,7% (39 осіб) і релігійних жінок 80% (36 осіб), а найнижчий у жінок-княнок 40% (18 осіб). У жінок-внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території відсотковий показник склав 51% (23 особи), у жінок-інвалідів і жінок, які перебувають у виправній колонії по 70% (31 особи). Це підтверджує ще раз, що активне бажання уникнути самотність зменшує ймовірність його появи, а також те, що самотність оцінюється жінками по-різному не тільки як негативний чинник, а й як позитивний.

Отримані результати за питанням, що стосувався індивідуальної потреби у частоті міжособистісних контактів «Як часто у Вас виникає бажання залишитись однією?» показав, що бажання постійно бути на самоті спостерігається у 14 (31%) жінок, які перебувають у виправній колонії і у 3 осіб (6,7%) жінок-інвалідів. Це дає підставу говорити про те, що ці жінки об'єктивно самотні, усвідомлюють свою самотність і не прагнуть змінити свою життєву

ситуацію. Важливо зазначити, що у сукупності це складає 17 осіб (6,1%) загальної групи жінок, які дали відповідь «постійно є бажання бути самій», що свідчить про несуперечливість отриманих даних, а також про те, що групова приналежність жінки дає певні відмінності у показниках переживання самотності.

Найвищий відсоток між групами жінок за відповідь «взагалі не виникає бажання залишитись на самоті» отримали релігійні жінки 40% (18 осіб) і жінки-інваліди 33,3% (15 осіб), що дозволяє враховуючи попередні отримані результати, говорити про те, що ці жінки достатньо самотні. Усвідомлюючи свій власний страх і тривогу щодо самотності, намагаються уникнути її будь-якими засобами.

Отримані дані за відповідями двох питань «залишитись на самоті хоча б раз на день або кілька разів на тиждень» показали, що найвищий відсоток спостерігається у групах жінок-внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території 40 осіб (90%), жінок-княнок 36 осіб (80%) і жінок, які проживають на тимчасово окупованій території 33 особи (73,4%), а найменший у жінок, які перебувають у виправній колонії (ВК) 19 осіб (43,3%). Отже, це дозволяє говорити про те, що саме ці групи жінок мають схильність до добровільно обраної самотності. Здебільш з них не вважають себе самотніми і сприймають її не тільки як негативний чинник, а й як позитивний.

Далі продиференціюємо почуття і емоції, які виникають в ситуації суб'єктивного відчуття самотності, а також розглянемо позитивні і негативні сторони самотності.

У таблиці 4, наведено почуття і емоції анкети-опитувальника Г.Р. Шагівалевої, серед яких жінки обирали для себе тільки ті, які відображали особливості їх власного переживання самотності. Також таблиця 3 доповнена почуттями і емоціями анкети Д.О. Захарової в якій жінки давали відповідь на питання: «Що відчуває самотня людина?». Частота їх виникнення наведена у відсотках, і представлена як у загальній групі жінок, так і у групах жінок окремо, враховуючи їх соціальну приналежність.

Змістовне наповнення табл.3 дає можливість першочергово виокремити те, що жінки загальної групи пов'язували із суб'єктивним переживанням самотності наступні почуття і емоції: : поганий настрій, туга за конкретною людиною, спокій, туга, смуток, роздратування і образа, спустошеність, безнадійність, тривога, розпач. Це свідчить про те, що суб'єктивні переживання жінок, які супроводжують самотність

Таблиця 4

**Частота почуттів і емоцій які виникають в ситуації суб'єктивного відчуття самотності у жінок (результати представлені у відсотках %)**

Почуття і емоції	Групи жінок						
	Загальна група жінок N=270	Жінки які проживають на тимчасово окупованій території N=45	Релігійні жінки N=45	Жінки які перебувають у виправній колонії N=45	Жінки-внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території N=45	Жінки-інваліди N=45	Жінки-киянки N=45
1. Розпач (відчай)	27,8	40	-	23,3	10	73,3	20
2. Депресія	23,3	40	-	20	20	40	20
3. Страх	5	-	-	-	10	-	20
4. Тривога	31,1	26,7	40	46,7	-	53,3	20
5. Поганий настрій	46,1	40	40	43,3	40	63,3	50
6. Туга, смуток	35,6	26,7	60	30	50	26,7	20
7. Туга за конкретною людиною	42,2	-	60	36,7	70	86,7	-
8. Незахищеність, вразливість	10	-	40	-	-	-	20
9. Жаль, співчуття до себе	7,2	26,7	40	-	-	16,7	-
10. Сором, незручність	16,1	-	-	16,7	-	80	-
11. Безпорадність, безсилля	24,4	-	40	16,7	-	70	20
12. Спустошеність, безнадійність	31,6	-	60	13,3	10	66,7	40
13. Відчуженість	22,2	23,3	40	-	20	20	30
14. Роздратування, образа	32,2	-	40	40	30	13,3	50
15. Гнів, агресія	10	-	-	36,7	-	23,3	-
16. Нудьга	23,4	26,7	-	36,7	30	26,7	20
20. Спокій	35	40	-	23,3	40	66,7	40
21. Задоволеність	7,8	-	-	23,3	-	23,3	-
24. Радість	6,1	-	-	-	-	36,7	-
25. Умиротворення	6,6	-	-	-	10	-	30
26. Активність, зосередженість	12,2	-	-	-	30	43,3	-
27. Захопленість, зайнятість	18,3	-	40	-	50	-	20
28. Не знаю	10	10	-	40	-	10	-

досить добре їм знайомі і мають більше негативно-вимушений окрас, ніж позитивний – добровільно обраний. Також варто зазначити, о 10% жінок важко диференціювати стан самотності і свої почуття.

Аналіз отриманих результатів жінок за груповою приналежністю (табл. 3) дозволяє нам говорити про те, що «Суб'єктивне почуття самотності» переживається і сприймається жінками по-різному в залежності від особливостей особистості, комплексу її почуттів, поступків, думок, мети, оцінок та відношення до життєвих ситуацій і соціального оточення, тобто соціальної групи до якої вона належить. Але варто, зазначити, що майже всі жіночі групи вказали на: «поганий настрій», «депресію», «тривога»,

«туга», «нудьга», «спокій», тобто ті емоції і почуття, які виявились загальними у суб'єктивному сприйманні переживання власної самотності. Також варто зазначити, що найбільший відсоток неусвідомленості і складності диференціації почуттів у самотності спостерігається у жінок ув'язнених, які перебувають у виправній колонії (40%) і в меншій мірі у жінок-інвалідів (10%) і жінок, які проживають на тимчасово окупованій території (10%).

Для більш глибокого аналізу суб'єктивного ставлення жінок до самотності, розглянемо отримані результати анкети Н.Є. Заворотних, які дозволяють побачити позитивні і негативні сторони, які відокремлюють жінки, результати аналізу наведені у таблиці 5.

**Позитивні і негативні сторони самотності, які відокремлюють жінки (результати наведені у відсотках %)**

Показники	Групи жінок						
	Загальна група жінок (N=270)	Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території (N=45)	Релігійні жінки (N=45)	Жінки, які перебувають у виправній колонії (N=45)	Жінки-внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованої території (N=45)	Жінки-інваліди (N=45)	Жінки-княнки (N=45)
Позитивні сторони самотності							
1.Самоаналіз , саморозвиток	26,1	-	60	-	50	-	46,7
2.Вільний час, відпочинок, займатися улюбленою справою, творчість	33,3	13,3	60	-	90	16,6	20
3.Спокій (умиротворення), можливість переосмислення	53,3	90	80	-	90	-	60
4. х нема	42,8	40	20	100	-	66,7	30
5.Самостійність, відсутність контролю	15	20	40	-	20	-	10
6.Молитися Богу	4,5	-	26,7	-	-	-	-
Негативні сторони самотності							
1.Низька самооцінка	5,5	-	23,3	-	-	10	-
2.Депресія	18,3	10	-	10	20	40	30
3.Злість, роздратованість, агресія	13,3	13,3	-	30	20	10	6,7
4.Образливість	8,3	-	-	10	10	20	10
5. Нема друзів, співбесідника	22,2	46,7	40	-	10	16,7	20
6.Нема підтримки	18,8	-	20	-	40	40	13,3
7.Туга, пригніченість	13,3	-	40	10	20	10	-
8. х нема	8,3	10	-	40	-	-	-
9.Відкидання	8,3	-	40	-	10	-	-
10Відчай, душевна порожнеча	7,8	10	16,7	10	10	-	-
11.Замкнутість, страх, недовіра	21,1	10	20	-	20	-	76,6
12.Нема коханої людини, сім'ї	18,3	20	20	-	30	-	40
13. Нудьга, апатія	18,8	53,3	-	-	40	-	20
14.Непотрібність, безглуздість існування, старість	23,4	36,7	73,4	-	20	-	10
15.Саморуйнування, суїцид	3,9	-	-	-	--	-	23,3

Дані табл. 4, дають можливість одразу побачити, що негативних сторін самотності визначено жінками більше за позитивні. Це вказує на те, що жінки все-таки більше співвідносять суб'єктивне переживання самотності з негативними переживаннями. У загальній групі жінок було визначено, що найбільш часто називають позитивні сторони самотності такі, як: спокій (умиротворення), можливість переосмислення (53,3%), вільний час, відпочинок, займатися улюбленою справою, творчість (33,3%). Але 42,8% (116 осіб із 270) зовсім не бачать позитивних сторін у самотності. Це дозволяє говорити, про те, що не всі жінки відчувають амбівалентні почуття до

«самотності». А аналіз отриманих показників окремо груп жінок, дозволив виявити, що саме жінки, які перебувають у виправній колонії (100%) і жінки-інваліди (66,7%) мають найвищий відсоток у своїй відповіді «позитивних сторін самотності нема». Всі останні групи жінок мають амбівалентні почуття до самотності. Треба зазначити, що виявлені позитивні сторони, які мають вищий відсоток у жінок із загальної групи не відрізняються за вищими відсотками у групах жінок, які відрізняються за соціальною приналежністю. Але у трьох групах жінок: киянок, релігійних і внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території загальними позитивними

сторонами самотності визнаються: самоаналіз, саморозвиток і самостійність, відсутність контролю. А ось релігійні жінки на відміну від всіх інших груп жінок, ще розглядають позитивну сторону самотності, як можливість «молитися Богу», що обумовлено їх груповою приналежністю. Таким чином, можна говорити про те, що позитивну сторону самотності жінки розглядають з позиції приділення часу для свого саморозвитку, творчості і відпочинку (емоційного і фізичного). Або зовсім не розглядають самотність як позитивний чинник, а тільки як негативний.

Серед негативних сторін самотності у загальній групі жінок, частіше за відсотками називаються такі, як: непотрібність і безглуздість існування (23,4%), нема друзів, співбесідника (22,2%), замкнутість, страх і недовіра (21,1%), нема підтримки (18,8%), нудьга, апатія (18,8%), нема сім'ї, коханої людини (18,3%). Аналізуючи відповіді, можна побачити, що негативні сторони самотності мають зв'язок із міжособистісними стосунками. Тобто це доводить, що інша людина (коханий, друг, родич, співбесідник тощо) і соціальне оточення грає важливу роль у житті людини (жінки) впливаючи на суб'єктивне відчуття власної самотності.

Аналіз відповідей щодо негативних сторін самотності окремо груп жінок, показав, що жінки, які проживають на тимчасово окупованій території частіше називали: нудьга, апатія (53,3%), нема друзів, співбесідника (46,7%), непотрібність і безглуздість існування (36,7%). Релігійні жінки найчастіше називали: відкидання (40%), туга і пригніченість (40%), нема друзів і співбесідника (40%). Жінки які перебувають у виправній колонії або не бачать негативних сторін у самотності (40%), або називають – злість, роздратованість і агресія (30%). Жінки-внутрішньо переміщені особи найчастіше називали – нема підтримки (40%), нудьга і апатія (40%). Жінки-інваліди виділяли – нема підтримки (40%), депресія (40%). Жінки-киянки бачать найбільші негативні сторони самотності у замкнутості, страху і недовірі (76,6%), відсутність сім'ї, коханої людини (40%), депресію (30%) і саморуйнування, суїцид (23,3%). Отже аналіз груп жінок, дозволяє побачити різницю суб'єктивного сприймання негативних сторін самотності в залежності від групової приналежності. Більшою мірою вони пов'язують негативну сторону самотності із дефіцитом міжособистісних стосунків (відсутність друзів, коханої людини, підтримки, сім'ї), або із станом (депресія, апатія, нудьга, страх, недовіра, замкнутість). Але слід відокремити, що певний від-

соток жінок ув'язнених з виправної колонії і жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, не бачать негативних сторін у самотності, також в цих же групах відмітилось, що вони і не бачать позитивних сторін самотності. Це свідчить про те, що саме в цих групах жінки перебуваючи у стані самотності не можуть диференціювати власні почуття.

**Висновки.** Аналіз **суб'єктивного ставлення жінок до самого почуття і явища самотності**, дозволив виявити, що самотність як життєва ситуація, часто в той чи іншій формі, переживається багатьма людьми, а ось за тривалістю має різні форми протікання. Найчастіше переживання самотності виявлено у групах релігійних жінок, жінок, які перебувають у виправній колонії і жінок-інвалідів. Але якщо у жінок-інвалідів і жінок ув'язнених цей стан за тривалістю переживається по-різному, то у релігійних жінок воно триває довго і може переходити в хронічну форму. У інших групах жінок: киянок, внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території і які проживають на тимчасово окупованій території, самотність має ситуативний характер і переживається за тривалістю по-різному в залежності від життєвих обставин і особистісних характеристик особистості.

У ході дослідження **об'єктивної міри самотності особистості жінки** за трьома критеріями: комунікативному, емоційно-афіліативному та духовно-афіліативний було виявлено, що жінки відчувають більшу самотність у взаємодії із соціальним оточенням, особливо в незнайомому, проявляючись у дефіциту встановлених контактів, взаємному обміні інформації і спілкуванні. Найменшу самотність відчувають у довірливих і інтимних стосунках з близькими людьми (сім'я, друзі, партнер).

Аналіз окремо груп жінок за їх соціальною приналежністю дозволив виявити, що: – жінки з виправної колонії мають високу міру об'єктивної самотності за трьома критеріями (комунікативна, емоційна, духовна), тобто відчувають дефіцит як у соціальних взаєминах, так і у близьких інтимних стосунках;

– жінки-інваліди найбільш часто переживають комунікативну і духовну самотність, що обумовлено першочергово їх вадами слуху, яке ускладнює процес комунікацій з навколишнім середовищем;

– жінки-внутрішньо переміщені особи тимчасово окупованої території мають переживання саме комунікативної самотності, що зумовлено їх вимушеним внутрішнім переміщенням в нове соціальне середовище;



– у інших групах жінок (киянок, релігійних і які проживають на тимчасово окупованій території), об'єктивна міра самотності виявляється на низькому рівні, або зовсім відсутня.

Дослідження **суб'єктивного ставлення особистості жінок до самотності**, а саме усвідомлення власної самотності (*добровільне чи вимушене*) показало, що:

– 74% жінок загальної групи не вважають себе самотніми і 66,1% з них прагнуть уникнути цей стан;

– за груповою приналежністю, найбільша кількість жінок, які суб'єктивно вважають себе самотніми виявились у групах жінок-інвалідів (46,7%) і жінок які перебувають у виправній колонії (36,7%). Невелика частина жінок-внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території не визначає свою самотність. Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території запевняють, що на 100% не відчувають самотність ні на суб'єктивному, ні на об'єктивному рівні, що дає можливість на рівні тенденції говорити про те, що жінки мають захисну поведінку – заперечення, яка на неусвідомленому рівні оспорує будь-яке переживання в них почуття самотності;

– 6,1% (17 осіб) жінок-інвалідів і жінок які перебувають у виправній колонії втратили надію на зміну свого становища, вважають себе самотніми і не роблять ніяких спеціальних зусиль, щоб зберегти своє місце у системі міжособистісних зв'язків;

– 67,8% (183 особи) жінок киянок, здебільш схильні обирати самотність добровільно, розцінюючи її не тільки як негативний, а й як позитивний чинник і відносно легко переносять це відчуття і стан. За груповою приналежністю більша частина відсотків належать киянкам, внутрішньо переміщених особам з тимчасово окупованої території і жінкам, які проживають на тимчасово окупованій території;

– 26,1 (70 осіб) жінок усвідомлюють власний страх і тривогу перед самотністю, розцінюючи її як проблему та вимушеність і роблять все, щоб уникнути, відкинути і не допустити її у свою свідомість. За груповою приналежністю більша частина відсотків належать до жінок – інвалідів і релігійних жінок;

– жінки, які вважали себе самотніми за об'єктивними параметрами мають наявність суб'єктивного відчуття самотності. І тільки деякі з них, які вважали себе самотніми за об'єктивними параметрами не відчувають, або заперечують самотність на суб'єктивному рівні і навпаки;

– на рівні тенденції було показано, що активне уникнення самотності зменшує ймовірність його появи.

Диференціація почуттів і емоцій суб'єктивного відчуття самотності, дало можливість побачити привілей негативного окрасу над позитивним. До негативних почуттів і емоцій, які жінки хочуть уникнути (вимушені), найчастіше відносять: поганий настрій, туга за конкретною людиною, смуток, роздратування і образа, спустошеність, безнадійність, тривога, розпач, відчай, депресія. До позитивних, які добровільно обрані: спокій, захопленість, зайнятість, активність, зосередженість, задоволеність, радість, впевненість.

За груповою приналежністю у жінок киянок, внутрішньо переміщених осіб з тимчасово окупованої території і жінок, які проживають на тимчасово окупованій території спостерігається, як позитивне (спокій), так і негативне (поганий настрій) ставлення до самотності. У релігійних жінок, ув'язнених і інвалідів ставлення до самотності пов'язане тільки з негативними переживаннями. Це свідчить про те, що «суб'єктивне почуття самотності» переживається і сприймається жінками по-різному в залежності від особливостей особистості, комплексу її почуттів, оцінок та відношення до життєвих ситуацій і соціального оточення, тобто від соціальної групи до якої вона належить.

Також було виявлено, що 10% жінкам, важко усвідомити стан самотності і диференціювати свої почуття до нього. За груповою приналежністю більша частина відсотків належать жінкам: з виправної колонії, інвалідам і які проживають на тимчасово окупованій території.

Показано, що найбільш **позитивними сторонами самотності** жінки називають: спокій, умиротворення, можливість переосмислення, вільний час, відпочинок, час для творчості або заняття улюбленою справою, самоаналіз, саморозвиток, самостійність, відсутність контролю. А **негативними**: непотрібність, безглуздість існування, замкнутість, страх, недовіра, бракує співбесідника чи друга, відсутність підтримки, нудьга, апатія, депресія. Більшою мірою вони пов'язують негативну сторону самотності із дефіцитом у міжособистісних стосунках, а позитивну з особистісним розвитком.

Було викрито, що 42,8% (116 осіб), а саме жінки-інваліди і ув'язнені, зовсім не бачать позитивних сторін у самотності. Це дає можливість стверджувати, що не всі жінки мають амбівалентні почуття до самотності.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Douglas N., Plugge E., Fitzpatrick R. The impact of imprisonment on health – What do women prisoners say? *Journal of Epidemiology and Community Health, BMJ Publishing Group*. 2009. Vol. 63 (9). pp. 749-n/a. ff10.1136/jech.2008.080713ff. fhal-00477873f
2. Savikko N., Routasalo P., Tilvis R. S. Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population. 2005. Vol. 41(3):223-33. doi: 10.1016/j.archger.2005.03.002.
3. Dykstra P.A., Fokkema T. Social and Emotional Loneliness Among Divorced and Married Men and Women: Comparing the Deficit and Cognitive Perspectives. *Basic and Applied Social Psychology*. 2007. Vol. 29. DOI:10.1080/01973530701330843
4. Pinquart M., Sörensen S. Risk factors for loneliness in adulthood and old age—a meta-analysis. In S. P. Shohov (Ed.), *Advances in psychology research*. Nova Science Publishers. 2003. Vol. 19. P. 111–143.
5. Cacioppo J.T., Hawkley L.C. Loneliness. *Handbook of individual differences in social behavior*. New York : Guilford, 2009. P. 227–240.
6. Берн Ш. М. Гендерная психология. СПб., Москва : Прай-ЕВРОЗНАК, ОЛМА-Пресс. 2001. 318 с.
7. Вербицкая С.Л. Социально-психологические факторы переживания одиночества : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. СПб., 2002. 19с.
8. Заворотных Е.Н. Социально-психологические особенности одиночества как субъективного переживания : дис. ... канд. психолог. наук : 19.00.05. Санкт-Петербург, 2009. 254 с.
9. Захарова Д.А. Педагогические условия предупреждения одиночества у детей-сирот в учреждениях государственного призрения : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Костромской гос. ун-т. им. Н.А. Некрасова. Кострома, 2014. 237 с.
10. Иванова Н.Л. Социальная идентичность в условиях трансформации общества. Проблемы идентичности: человек на пороге третьего тысячелетия. М. : изд-во институт Кеннана. 2003. С. 232–243.
11. Лапшина, Т.Ю. Психологические особенности переживания одиночества у лиц, находящихся в условиях групповой (тюремной) изоляции : дис. ... канд. психолог. наук : 19.00.06. Южный федеральный ун-т. Ростов-на-Дону, 2007. 181 с.
12. Корчагина С.Г. Психология одиночества : учеб. пособ. М. : Московский психолого-социальный ин-т, 2008. 228 с.
13. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : монография. Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. 380 с.
14. Кулаева Е.В. Самоопределение женщин с различными типами гендерной идентичности : дис. ... канд. психолог. наук : 19.00.05. Ярославль, 2009. 191 с.
15. Куртиян, С. В. Одиночество как социальное явление : автореф. дис. ... канд. соц. наук : 22.00.04. Институт молодежи Москва, 1995. 18с.
16. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2013. Т. 10. № 1. С. 55–81.
17. Пузанова, Ж.В. Антропология одиночества / Социальная антропология на пороге XXI века. Москва, 1998. 355 с.
18. Романова Н.П. Социальный статус одиноких женщин в современном российском обществе: теоретико-методологический анализ : дис. ... д-ра социолог. наук : 22.00.04. Улан-Удэ. Бурятский гос. ун-т, 2006. 322с.
19. Сіляєва В. І. Психологічне вивчення та корекція образу Я у самотніх жінок : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Таврійський національний ун-т ім. В.І. Вернадського. Сімферополь, 2004. 193с.
20. Тулина Н.В. Одиночество: социально-политический аспект. *Вест. МГУ. Сер. 12. Социально-политические исследования*, 1992, № 3.
21. Тихонов Г.М. Феномен одиночества: теоретические и эмпирические аспекты : док. ... філософ. наук : 19.00.11 / Геннадий Михайлович Тихонов. Ижевск., 2006. 359 с.
22. Фаррахов А.Ф. Социальные факторы, вызывающие чувство одиночества у молодых людей. *Вестник Чувашского гос. педаг. ун-та им. И. Я. Яковлева. Серия: Гуманитарные и педагогические науки*. 2013. № 3 (79). С. 168–173.
23. Шагивалеева Г.Р. Одиночество и особенности его переживания студентами : монография. Елабуга : Изд-во ОАО «Алмедиа», 2007. 157 с.
24. Швалб Ю.М., Данчева О.В. Одиночество: социально-психологические проблемы. Киев : Украина, 1991. 270 с.
25. Шитова Н.В. Социально-психологические особенности одиноких женщин : дис. ... кад. психол. наук : 19.00.05. Воронежский экономическо-правовой ин-т. Воронеж, 2009. 189 с.