

УДК 159.942.5

## СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ РОЗЛУЧЕНИМИ ОСОБАМИ ЗРІЛОГО ВІКУ

Сергієнко І.І., старший викладач кафедри соціальної психології  
і психології управління

*Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара*

У статті представлено та проаналізовано результати теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження статевої особливості переживання самотності розлученими особами першого та другого періоду зрілості.

У результаті емпіричного дослідження показано, що розлучені жінки першого періоду зрілості більш глибоко переживають самотність, ніж розлучені чоловіки; розлучені жінки другого періоду зрілості характеризуються вищими показниками неглибокого переживання можливої самотності, ніж розлучені чоловіки цього ж віку; розлучені жінки першого періоду зрілості мають вищі показники за емоційною та когнітивною самотністю, на відміну від розлучених чоловіків; розлучені чоловіки другого періоду зрілості більш глибоко переживають поведінкову самотність, ніж розлучені жінки цього віку; виявлено статистично значущі розбіжності за видами самотності між групами розлучених жінок і чоловіків першого періоду зрілості; для розлучених чоловіків другого періоду зрілості характерним є стан переживання позитивної самотності, тобто ресурсу усамітнення, на відміну від розлучених жінок цього віку.

Результати дослідження можуть бути застосовані у практичній діяльності працівників соціально-психологічних служб під час проведення психологічного консультування, психологічної профілактики в роботі з особами зрілого віку.

**Ключові слова:** *самотність, емоційна самотність, поведінкова самотність, когнітивна самотність, ресурс усамітнення.*

В статье представлены и проанализированы результаты теоретического обоснования и эмпирического исследования половых особенностей переживания одиночества разведенными лицами первого и второго периода зрелости.

В результате эмпирического исследования показано, что разведенные женщины первого периода зрелости более глубоко переживают одиночество, чем разведенные мужчины; разведенные женщины второго периода зрелости характеризуются высокими показателями неглубокого переживания возможного одиночества, чем разведенные мужчины этого же возраста; разведенные женщины первого периода зрелости имеют высокие показатели по эмоциональному и когнитивному одиночеству, в отличие от разведенных мужчин; разведенные мужчины второго периода зрелости более глубоко переживают поведенческое одиночество, чем разведенные женщины этого возраста; выявлены статистически значимые различия по видам одиночества между группами разведенных женщин и мужчин первого периода зрелости; для разведенных мужчин второго периода зрелости характерно состояние положительного одиночества, то есть ресурса уединения, в отличие от разведенных женщин этого возраста.

Результаты исследования могут быть применены в практической деятельности работников социально-психологических служб при проведении психологического консультирования, психологической профилактики в работе с лицами зрелого возраста.

**Ключевые слова:** *одиночество, эмоциональное одиночество, поведенческое одиночество, когнитивное одиночество, ресурс уединения.*

### Serhiienko I.I. LONELINESS EXPERIENCE SEXUAL CHARACTERISTICS OF MIDDLE-AGED DIVORCED PEOPLE

The article presents and analyzes the results of theoretical substantiation and empirical research of the sexual characteristics of the experience of loneliness by divorced persons of the first and second maturity periods.

As a result of empirical research, it is shown that divorced women of the first period of maturity experience loneliness more deeply than divorced men; divorced women of the second period of maturity are characterized by high indices of a shallow experience of possible loneliness than divorced men of the same age; divorced women of the first period of maturity have high rates of emotional and cognitive loneliness, unlike divorced men; divorced men of the second period of maturity are more deeply experiencing behavioral loneliness than divorced women of this age; revealed statistically significant differences in the types of loneliness between groups of divorced women and men of the first period of maturity; for divorced men of the second period of maturity is characterized by a state of positive solitude, that is, a resource of solitude, unlike divorced women of this age.

The results of the study can be applied in practical activities of employees of social and psychological services in the conduct of psychological counseling, psychological prevention in work with persons of mature age.

**Key words:** *loneliness, emotional loneliness, behavioral loneliness, cognitive loneliness, a resource of solitude.*



**Постановка проблеми.** У сучасному модерновому інформаційному просторі спостерігається зростання інтересу дослідників до проблеми переживання самотності, що викликано тенденцією до збільшення в умовах глобального розширення комунікативних горизонтів кількості самотніх осіб. Визначений напрям дослідження дає підставу стверджувати, що суб'єктивно переживають відчуття самотності особи, які мають сімейні взаємини, включені до трудового колективу, входять у референтні групи, і попри вище перелічене відчувають себе самотніми та глибоко переживають відчуття власної самотності. У зв'язку з цим така закономірність дає підставу очікувати, що можна визначити причини та попередити фактори, які впливають на виникнення цього переживання.

Попри те, що проблема самотності має досить тривалу історію висвітлення в дослідженнях багатьох наукових дисциплін, де сам термін дослідники називають одним із дуже популярних у соціально-політичній, філософській та вітчизняній і зарубіжній психологічній літературі кінця XIX століття; зокрема, в аспектах вивчення змісту та структури самотності, аналізу причин виникнення переживання самотності, дослідження рівнів, глибини та видів переживання самотності, розроблення психодіагностичного інструментарію для її вимірювання нагальність вивчення психологічних особливостей переживання самотності особами зрілого віку дедалі зростає.

Адже складна природа феномена самотності, який характеризується суб'єктивним відчуттям своєї самотності попри приналежність до різноманітних соціальних груп, спонукає дослідників до пошуку причин та умов виникнення цього переживання та визначення відповідних засобів подолання негативних його виявів.

Розгляд у контексті різних теоретичних підходів (філософсько-антропологічний, соціально-політичний, екзистенціалістський, психологічний, психосоматичний, психодинамічний, ситуативний, особистісний, феноменологічний, інтеракціоністський, рольовий, соціально-психологічний, інтимний, когнітивний, синтетичний, соціологічний) дає підставу висунути припущення про те, що дослідження проблеми самотності вимагає від науковців комплексного підходу щодо вивчення самотності, спираючись на існуючі моделі та підходи розуміння самотності.

Якщо донедавна самотність розглядали та досліджували як стан, притаманний лише об'єктивно самотнім особам, то наразі авторами отримано результати, які

вказують на наявність цього переживання в несамотніх осіб зрілого віку, їхнього суб'єктивного відчуття власної самотності, відчуженості та ізолюваності.

Вищезазначене змушує порушувати питання щодо необхідності вивчення причин та умов виникнення, глибини та особливостей переживання самотності зрілими розлученими особами.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Звертає на себе увагу численна кількість представлених авторами визначень змісту поняття самотності. При цьому більшість науковців розглядають самотність як складний і багатогранний стан людини, яка перебуває в умовах реальної або уявної ізоляції від зовнішнього світу (С. Корчагіна); як якість стану свідомості особистості, властивий переважно сучасним суспільствам динамічний комплексний феномен, який має психологічний, соціальний і культурний аспекти та виражається в переживанні людиною відчуженості від суспільства, що породжується викривленням міжособистісної комунікації та ціннісно-сисловою невизначеністю (М. Юрченко); як суб'єктивний психологічний стан, що відображає психофізичний стан людини, який ускладнює їй зав'язування нових і підтримання вже існуючих контактів і зв'язків та обумовлений психічними й соціально-економічними причинами (І. Ялом); як психічний стан, що активує емоційне переживання в процесі взаємодії між суб'єктами та життєвою ситуацією та є регулятором міри внутрішньої або зовнішньої активності суб'єкта (І. Артаманова); як суб'єктивне переживання, яке виявляється в добровільній або вимушеній неможливості людини задовольнити потребу у взаємодії, спілкуванні, інтимності та супроводжується широким спектром емоційних виявів (Н. Олейник) [6].

Дослідниками названо численну кількість типів, видів, станів самотності. З огляду на визначення самотності як ізолюваності від себе та інших людей названо міжособистісний, внутрішньоособистісний, екзистенційний типи самотності (І. Ялом). Досить різноманітно та глибоко в літературі представлені й інші типи самотності. До основних належать такі: 1) самотність як ізолюваність від самого себе, коли індивід відмовляється від своїх бажань, не знає їх, не усвідомлює або не довіряє собі, замість цього слідує за іншими, орієнтуючись на «правильно» або «потрібно»; 2) самотність як ізолюваність від інших людей, коли індивід уникає стосунків з іншими людьми з причини невміння будувати взаємини, страху опинитися в залежності, особистісних особливостей характеру або негативного дос-

віду попередніх відносин; 3) самотність як стиль життя, коли індивід усвідомлює, що ніхто й ніщо, окрім нього самого, не зможе дати йому все необхідне для життя.

Самотність є гострим і досить поширеним переживанням серед молоді, адже характерним для цього віку є вияв більш високої вразливості, порівняно зі зрілими або літніми особами. Водночас результати емпіричних досліджень Л. Варави показали, що особам зрілого віку притаманним є більш високий ступінь відчуття суб'єктивної самотності, що виражається в емоційному відчуженні, емоційній нестабільності, відносній зміні у структурі ціннісних орієнтацій, низьким рівнем включеності в соціальні контакти тощо [1]. Дослідники звертають увагу на те, що предиктором виникнення почуття самотності в зрілому віці може бути втрата партнера чи розірвання шлюбних відносин. Водночас нами не знайдено емпіричних досліджень статевих особливостей переживання самотності розлученими особами зрілого віку, що й зумовило наш науковий інтерес.

**Постановка завдання. Метою статті** стало емпіричне дослідження статевих особливостей переживання самотності розлученими особами зрілого віку. Ми припустили, що існують статеві відмінності за глибиною переживання самотності, за видами і типами самотності між розлученими особами першого та другого періоду зрілості в межах кожної статевої групи.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Спираючись на положення про те, що зрілий вік відповідно до сучасної вікової періодизації В. Квіна охоплює період 20–60 років і містить перший і другий періоди зрілості, до емпіричного дослідження загалом було залучено 120 осіб, серед яких 30 осіб – розлучені жінки віком 20–23 роки і 30 розлучених жінок віком 35–45 років і 60 осіб чоловічої статі (30 розлучених чоловіків віком 23–25 років і 30 розлучених чоловіків віком 35–55 років). Для досягнення мети дослідження було використано діагностичний опитувальник виявлення глибини переживання самотності (С. Корчагіна) [2], діагностичний опитувальник на виявлення виду самотності Є. Рогова, діагностичний опитувальник переживання самотності Є. Осіна, Д. Леонтєва («ДОПС») [5].

Дослідження дало змогу виявити статистично значущі відмінності за показниками глибини переживання самотності між групами розлучених жінок і розлучених чоловіків першого періоду зрілості (таблиця 1).

Як видно з таблиці 1, виявлено статистично значущі відмінності за показником глибокого переживання актуальної самотності між групами досліджуваних. Напевне,

глибоке переживання актуальної самотності у групі жінок першого періоду зрілості викликано відсутністю партнера та близьких емоційних та інтимних контактів. Порівняно з жінками, чоловіки першого періоду зрілості меншою мірою переживають стан актуальної самотності, тобто відсутність сім'ї відкриває для чоловіка можливість повноцінної професійної реалізації.

Водночас було виявлено відмінності за переживанням глибини самотності між групами розлучених жінок і розлучених чоловіків другого періоду зрілості (таблиця 2).

Як бачимо, існують статистично значущі відмінності за показником неглибокого переживання самотності. Для розлучених жінок другого періоду зрілості характерним є більш високі показники за неглибоким переживанням можливої самотності, порівняно з чоловіками цього ж віку. Це можна пояснити тим, що жінки цього віку, на відміну від чоловіків, усвідомлюючи свою самотність, розуміють, що не можуть повною мірою реалізувати себе в сімейній сфері, що відсутність чоловіка може свідчити про «неповноцінність жінки» в очах навколишніх, що, у свою чергу, робить жінку вразливою, пригніченою, роздратованою тощо. Жінки більш глибоко переживають як актуальну, так і можливу самотність. Напевне, серед іншого, це може бути пов'язано з прагненням відповідати нормативам «справжньої жінки», які панують у соціумі.

Дослідження дало змогу виявити статистично значущі відмінності за видом переживання самотності між групами розлучених жінок і розлучених чоловіків першого періоду зрілості (таблиця 3).

Отримані результати свідчать про наявність статистично значущого зв'язку за показниками «емоційна самотність» і «когнітивна самотність». Наприклад, жінки першого періоду зрілості більш гостро переживають самотність, на відміну від чоловіків цього віку, що пов'язано з відсутністю тісного зв'язку чи емоційної прив'язаності до чоловіка. Втрата такого емоційного зв'язку може викликати в жінки переживання негативних емоцій, пов'язаних із розлученням. Жінки перебувають у стані, який виникає в результаті усвідомлення ситуації власної депривації, тобто внутрішнього відчуття самотності та спустошеності, що пов'язані з різкою зміною пріоритетних установок у взаєминах із навколишніми, розбіжностями в інтересах, поглядах тощо.

Дослідження дало змогу виявити статистично значущі відмінності за видом переживання самотності між групами розлучених жінок і розлучених чоловіків другого періоду зрілості (Таблиця 4).



Таблиця 1

**Усереднені показники глибини переживання самотності між розлученими жінками та розлученими чоловіками за діагностичним опитувальником С. Корчагіної та значення t-критерію Ст'юдента**

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Ст'юдента
	розлучені жінки I періоду зрілості віком 20–35 років	розлучені чоловіки I періоду зрілості віком 21–35 років	
відсутність переживання самотності	23,56	24,45	1,09
неглибоке переживання можливої самотності	21,34	22,42	1,23
глибоке переживання актуальної самотності	45,65	34,56	<b>3,68*</b>
надмірно глибоке переживання самотності	29,47	30,34	1,22

Примітка. \* – статистично значущі розбіжності на рівні 0,05.

Таблиця 2

**Усереднені показники глибини переживання самотності між розлученими жінками та розлученими чоловіками за діагностичним опитувальником С. Корчагіної та значення t-критерію Ст'юдента**

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Ст'юдента
	розлучені жінки II періоду зрілості віком 35–55 років	розлучені чоловіки II періоду зрілості віком 35–60 років	
відсутність переживання самотності	19,12	20,12	1,8
неглибоке переживання можливої самотності	21,56	13,31	<b>3,65*</b>
глибоке переживання актуальної самотності	17,68	16,34	1,5
надмірно глибоке переживання самотності	18,76	17,65	1,7

Примітка. \* – статистично значущі розбіжності на рівні 0,05.

Таблиця 3

**Усереднені показники виду самотності переживання самотності між розлученими жінками та розлученими чоловіками за діагностичним опитувальником Є. Рогова та значення t-критерію Ст'юдента**

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Ст'юдента
	розлучені жінки I періоду зрілості віком 20–35 років	розлучені чоловіки I періоду зрілості віком 21–35 років	
ситуативна самотність	6,3	5,6	1,66
постійна самотність	8,4	5,1	1,77
емоційна самотність	7,9	3,7	<b>2,05*</b>
поведінкова самотність	4,6	5,4	1,88
когнітивна самотність	9,3	6,8	<b>2,07*</b>

Примітка. \* – статистично значущі розбіжності на рівні 0,05.

Таблиця 4

**Усереднені показники виду самотності переживання самотності між розлученими жінками та розлученими чоловіками опитувальником Є. Рогова та значення t-критерію Ст'юдента**

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Ст'юдента
	розлучені жінки II періоду зрілості віком 35–55 років	розлучені чоловіки II періоду зрілості віком 35–60 років	
ситуативна самотність	5,41	6,91	1,47
постійна самотність	16,17	17,33	1,03
емоційна самотність	12,83	13,5	1,11
поведінкова самотність	10,5	14,33	<b>3,25*</b>
когнітивна самотність	12,17	13,66	1,25

Примітка. \* – статистично значущі розбіжності на рівні 0,05.

Таблиця 5

**Усереднені показники ставлення до переживання самотності між розлученими жінками та розлученими чоловіками за методикою Є. Осіна, Д. Леонтьєва та значення t-критерію Ст'юдента**

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Ст'юдента
	розлучені жінки I періоду зрілості віком 20–35 років	розлучені чоловіки I періоду зрілості віком 21–35 років	
загальна самотність	13,01	6,76	<b>3,68*</b>
залежність від спілкування	12,81	6,29	2,31*
позитивна самотність	6,85	12,01	<b>2,46*</b>

Примітка. \* – статистично значущі розбіжності на рівні 0,05.

Таблиця 6

**Усереднені показники ставлення до переживання самотності між розлученими жінками та розлученими чоловіками за методикою Є. Осіна, Д. Леонтьєва та значення t-критерію Ст'юдента**

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Ст'юдента
	розлучені жінки II періоду зрілості віком 35–55 років	розлучені чоловіки II періоду зрілості віком 35–60 років	
загальна самотність	8,11	7,76	1,68
залежність від спілкування	4,88	4,99	1,01
позитивна самотність	7,85	13,08	<b>2,36*</b>

Примітка. \* – статистично значущі розбіжності на рівні 0,05.

Як видно з Таблиці 4, виявлено статистично значущі відмінності за показником «поведінкова самотність». Чоловіки другого періоду зрілості більш гостро переживають поведінкову самотність, на відміну від жінок цього віку. Оскільки цей вид самотності виявляється в наявності конфлікту, втраті значущих зв'язків із навколишніми, відсутності соціального спілкування, то можна припустити, що чоловіки активно переживають цю самотність, тобто навмисно шукають ізоляцію та прагнуть до уникнення.

Дослідження дало можливість виявити статистично значущі відмінності за показниками ставлення до переживання самотності між групами розлучених жінок і розлучених чоловіків першого періоду зрілості.

Як видно з Таблиці 5, виявлено статистично значущі розбіжності за «загальною самотністю», «залежністю від спілкування» та «позитивною самотністю». Жінки першого періоду зрілості більш гостро переживають самотність у зв'язку з відсутністю партнера, з яким було побудовано комунікативне поле для спілкування, на відміну від чоловіків. Водночас для чоловіків характерним є відчуття позитивної самотності, тобто можливість усамітнення можливо є ресурсом для повноцінного та гармонійного розвитку чоловіка першого періоду зрілості.

Дослідження виявило статистично значущі відмінності за показником позитивного переживання самотності між групами

розлучених жінок і чоловіків другого періоду зрілості (таблиця 6).

Як видно з Таблиці 6, існують статистично значущі відмінності за показником «позитивна самотність» між розлученими жінками та розлученими чоловіками другого періоду зрілості. Можна припустити, що для чоловіків цього віку розлучення дає змогу переоцінити власні орієнтири та впадобання, результатом яких є прагнення до усамітнення, тобто спосіб побуту наодинці виступає ресурсом для саморозвитку та самовдосконалення. Розлучені жінки другого періоду зрілості менше переживають позитивну самотність, оскільки для них нагальною є потреба у спілкуванні, розумінні від навколишніх. Це, на наш погляд, відповідає віковим характеристикам жінок, адже саме достатній рівень значущих соціальних контактів мінімізує негативні вияви, пов'язані з відчуттям самотності.

**Висновки з проведеного дослідження.** Проведене дослідження дає можливість сформулювати такі висновки:

1) розлучені жінки першого періоду зрілості більш глибоко переживають актуальну самотність, ніж розлучені чоловіки. Водночас розлучені жінки другого періоду зрілості характеризуються вищими показниками за неглибоким переживанням можливої самотності, ніж розлучені чоловіки цього ж віку;

2) розлучені жінки першого періоду зрілості мають вищі показники за емоційною



та когнітивною самотністю, на відміну від розлучених чоловіків; водночас розлучені чоловіки другого періоду зрілості більш глибоко переживають поведінкову самотність, ніж розлучені жінки цього віку;

3) виявлено статистично значущі розбіжності за «загальною самотністю», «залежністю від спілкування» та «позитивною самотністю» між групами розлучених жінок і чоловіків першого періоду зрілості, водночас між групами розлучених жінок і чоловіків другого періоду зрілості виявлено статистично значущі розбіжності лише за показником «позитивна самотність».

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів поставленої проблеми. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаються нами в з'ясуванні вікових і статевих відмінностей у переживанні самотності, визначенні глибини та причин виникнення цього стану між розлученими та одруженими особами.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Варава Л. Аналіз моделей почуття самотності як стану особистості. Актуальні проблеми психології:

зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. акад. С.Д. Максименка. К.: 2005. Т. 7. Вип. 5. Ч. 1. С. 59–64.

2. Корчагіна С. Психологія одиночства: учеб. пособие. М.: МПСИ, 2008. 288 с.

3. Кошелева Ю. Одиночество: традиции и ракурсы изучения. Психология зрелости и старения. 2001. № 4. С. 29–69.

4. Левченко Л. Историчні форми самотності в контексті людського буття. Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного університету імені Григорія Сковороди. Переяслав-Хмельницький, 2002. Вип. 3. С. 307–314.

5. Леонтьев Д., Осин Е., Салихова А. Переживания одиночества: негативные и позитивные аспекты. Психология общения: Тренинг человечности: тезисы международного. практ. конф., посвященной 70-летию со дня рождения Л.А. Петровской / Под ред. О.В. Соловьевой. М.: Смысл, 2007. С. 320–322.

6. Олейник Н. Особливості організації структури переживання самотності у досліджуваних з різним рівнем самотності. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2017. Вип. 1. Т. 1. С. 94–97.

7. Слободчиков И. Современные исследования переживания одиночества. Психологическая наука и образование. 2007. № 3. С. 27–34.

УДК 159. 922. 6

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ СТАНОВЛЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

Чіп Р.С., аспірант кафедри практичної психології  
Тернопільський національний педагогічний університет  
імені Володимира Гнатюка

Стаття присвячена дослідженню проблеми гендерної ідентичності як інтегрального особистісного утворення. Проаналізовано сутність поняття «психологічний супровід» становлення гендерної ідентичності старших підлітків в освітньому просторі. Визначено, що здійснення психологічного супроводу сприяє розвитку егалітарної взаємодії дівчат та хлопців старшого підліткового віку. Розглянуто гендерний тренінг як інноваційний метод соціалізації зростаючої особистості.

**Ключові слова:** гендерна ідентичність, психологічний супровід, гендерний тренінг, зростаюча особистість, старший підліток.

Статья посвящена исследованию проблемы гендерной идентичности как интегративного личностного образования. Проанализирована сущность понятия «психологическое сопровождение» в образовательном пространстве. Определено, что осуществление психологического сопровождения способствует развитию эгалитарного взаимодействия девочек и мальчиков старшего подросткового возраста. Рассмотрен гендерный тренинг как инновационный метод социализации подрастающей личности.

**Ключевые слова:** гендерная идентичность, психологическое сопровождение, гендерный тренинг, подрастающая личность, старший подросток.

### Chip R.S. FEATURES OF PSYCHOLOGICAL ACCOMPANIMENT INCIPIENCE OF THE GENDER IDENTITY OF SENIOR ADOLESCENTS

The article is dedicated to the study of the problem of gender identity as an integral personal formation. We analyzed the essence of the concept of «psychological accompanying» of the formation of the gender identity of senior teenagers in the educational space. It is determined that the implementation of psychological conduct contributes to the development of egalitarian interaction between girls and boys of senior adolescents. Gender training is considered as an innovative method of socializing of a growing personality.

**Key words:** gender identity, psychological conduct, gender training, growing person, senior teenager.