

САМОСТАВЛЕННЯ САМОТНІХ ЖІНОК

Бондаренко Я. І., Кубриченко Т. В. САМОСТАВЛЕННЯ САМОТНІХ ЖІНОК. У статті описано специфіку самоствавлення самотніх жінок, встановлено характер зв'язків між показниками самотності і самоствавлення самотніх жінок, виявлено відмінності у показниках самоствавлення самотніх та заміжніх жінок. Показано, що більшість самотніх жінок з високим рівнем суб'єктивної самотності характеризуються більш високими показниками самозвинувачення та закритості, ніж одружені жінки. Відзначено, що низка показників самоствавлення (глобальне самоствавлення, самоповага, аутосимпатія, самоінтерес, самовпевненість, ставлення інших, самоприйняття, самокерівництво, самозвинувачення, саморозуміння, відображене самоствавлення, самоцінність, самоприйняття та самоприв'язаність) є значно нижчими у самотніх жінок порівняно із заміжніми. Також у самотніх жінок виявлено більш високий рівень внутрішньої конфліктності. Незаміжні жінки з глибоким переживанням актуальної самотності характеризуються низьким інтересом до власних думок та почуттів, невпевненістю у своїй цікавості для інших, а також неготовністю спілкуватися з собою «на рівних». Результати дослідження можуть бути застосовані практичними психологами у роботі з емоційними станами жінок, які відчувають себе самотніми і мають негативні показники самоствавлення.

Ключові слова: жіноча самотність, самооцінка, самоствавлення, самотність, Я-концепція особистості, Я-образ.

Бондаренко Я. И., Кубриченко Т. В. САМООТНОШЕНИЕ ОДИНОКИХ ЖЕНЩИН.

В статье описана специфика самоотношения одиноких женщин, установлен характер связей между показателями одиночества и самоотношения одиноких женщин. Показано, что большинство одиноких женщин с высоким уровнем субъективного одиночества характеризуется более высокими показателями самообвинения и закрытости, чем замужние женщины. Отмечается, что ряд показателей самоотношения (глобальное самоотношение, самоуважение, аутосимпатия, самоинтерес, самоуверенность, отношение других, самовосприятие, саморуководство, самообвинение, самопонимание, отраженное самоотношение, самооценочность, самовосприятие и самопривязанность) являются значительно более низкими у одиноких женщин в сравнении с замужними. Также у одиноких женщин выявлен более высокий уровень внутренней конфликтности. Незамужние женщины с глубоким переживанием актуального одиночества характеризуются низким интересом к собственным мыслям и чувствам, неуверенностью в своей интересности для других, а также неготовностью общаться с собой "на равных". Результаты исследования могут быть использованы практическими психологами в работе с эмоциональными состояниями женщин, чувствующих себя одинокими и имеющих отрицательные показатели самоотношения.

Ключевые слова: женское одиночество, самооценка, самоотношение, одиночество, Я-концепция личности, Я-образ.

Постановка проблеми. Складність і багатогранність феномену жіночої самотності, тенденція певного зростання в суспільстві кількості самотніх жінок, які болісніше, ніж чоловіки, переносять відсутність близьких контактів, відчуваються незахищеними й непривабливими, особистісні і поведінкові зміни, обумовлені переживанням самотності, зв'язок ставлення жінок до себе з

формуванням адаптованої особистості та важливість подальшого наукового осмислення жіночої самотності як психологічного феномену роблять нагальним дослідження психологічних особливостей самоствавлення самотніх жінок.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми. Проблема самотності, яка наразі, на думку авторів, переходить до розряду актуальних, представлена у контексті низки теоретичних підходів (соціологічний, феноменологічний, екзистенціальний, психодинамічний, когнітивний, інтеракціоністський), що по-різному визначають витoki, чинники самотності, її види і наслідки.

Окрім того, коментуючи сутність психологічного феномену самотності, дослідники пропонують говорити про нього у категоріях відчуття, процесу, ставлення, стану [2]. Зазначається, що самотність як відчуття обумовлюється переживанням людиною своєї неподібності до інших людей, через що виникає певний бар'єр у спілкуванні, відчуття неприйняття себе іншими людьми. Водночас самотність як процес визнається поступовим руйнуванням здатності особистості сприймати та реалізовувати суспільні норм, принципи, цінності в конкретних життєвих ситуаціях. Самотність як ставлення є неможливістю сприйняття світу як самоцінності. А стан самотності вважається переживанням людиною втрати внутрішньої цілісності і зовнішньої гармонії зі світом, що виражається в порушенні балансу між бажаною і досягнутою якістю соціальних контактів [2].

Автори визначають поняття самотності як відчуження особистості від її істинних внутрішніх почуттів (К. Роджерс) [16]; як емоційний стан людини, пов'язаний з відсутністю близьких контактів (Дж. Уайтхорн), зі страхом їх втрати в результаті вимушеної або наявної психологічної причини соціальної ізоляції [12]; як почуття, що обумовлюється переживанням людиною своєї несхожості на інших, внаслідок чого виникає певний психологічний бар'єр у спілкуванні [10]; як відчуття непорозуміння і неприйняття самого себе та іншими людьми [6], як соціально-психологічне явище, що виникає в результаті соціальної ізоляції [12]; як властивість особистості, яка має зазвичай ситуаційний характер.

Досить широко й різноманітно у літературі представлені типи самотності, при цьому до основних відносять такі: 1) самотність як ізолюваність від самого себе (індивід відмовляється від своїх бажань, не знає їх, не усвідомлює, або не довіряє собі й замість цього слідує за іншими людьми); 2) самотність як ізолюваність від інших людей (індивід уникає стосунків з іншими людьми через невміння будувати взаємини, страх опинитися в залежності, особистісні особливості характеру або негативний досвід попередніх стосунків); 3) самотність як стиль життя, коли індивід усвідомлює, що ніхто і ніщо, окрім нього самого, не зможуть дати йому усе необхідне для життя [6]. З огляду на визначення самотності як ставлення, при якому індивід, аналізуючи свої стосунки з іншими людьми, не асоціює себе з навколишнім соціальним простором, названо інші типи самотності: хронічна (індивід упродовж тривалого періоду життя (протягом двох і більше років) не може встановити задовільні взаємини зі значимими для нього людьми, виявляє схильність до

депресій), ситуативна (як результат якихось психотравмуючих подій у житті людини, при цьому після певного часу дистресу ситуативно-самотній індивід змиряється зі своєю втратою й частково або повністю переборює виникле почуття самотності) і перехідна самотність (короточасні приступи почуття самотності, які повністю й безслідно проходять [20]. Також названо позитивний внутрішній, негативний внутрішній, позитивний зовнішній і негативний зовнішній типи самотності [3]. Описано «безнадійно самотніх», «періодично і тимчасово самотніх», «пасивно-стійко самотніх» людей [6]. Окрім того, виокремлено види дифузної, відчужуючої та дисоційованої самотності [6]. Якщо при переживанні дифузної самотності, як показано, індивід ідентифікує себе з іншими людьми, соціальними групами, ідеями, проте є підозрілим у міжособистісних стосунках, то за відчужуючої самотності він відособлюється від інших людей, суспільних норм, цінностей, від світу в цілому, втрачає значущі контакти, приватність у спілкуванні, здатність до єднання; натомість при дисоційованій самотності, яка вважається найбільш складним станом, явно виражені процеси ідентифікації і відчуження, які різко змінюють один одного навіть по відношенню до одних і тих самих людей, спостерігається гостре, чітке, усвідомлюване відчуття самотності [6].

Не залишилися поза увагою авторів також причини самотності. До них відносять психологічні характеристики особистості (неадекватна самооцінка, тривожність, сором'язливість, агресивність, напруженість, почуття неповноцінності, пригніченість), взаємне відчуження у батьківсько-дитячих стосунках, відсутність мети у житті [15]; розчарування у минулих стосунках, страх довіритись людям, втрата сенсу життя, смерть близької людини, розчарування, відчай, розлуку, втрату моральних цінностей у житті, невдачі у професійній діяльності, нездатність до міжособистісних стосунків, тяжіння до замкненості у спілкуванні, негативне самонавіювання [11]. При цьому найбільш поширеними соціальними причинами самотності називають розлучення або розрив особистих стосунків, що призводять до емоційно-психологічної ізоляції від людей.

Вивчення дослідниками особливостей жіночої самотності як соціально-психологічного феномену дозволило їм висловлювати занепокоєння з приводу її більш важкого перенесення жінками, її більшої очевидності для них порівняно із чоловіками [19]. Адже якщо останні, переживаючи самотність, відчують нудьгу, співчуття до себе та нетерпимість до відсутності близьких контактів, то самотні жінки можуть характеризуватися депресивністю, відчуттям незахищеності й власної непривабливості. Через більшу мотивованість на створення сім'ї, прагнення реалізувати себе як жінку, матір відчуття жіночої самотності стає тяжким та затяжним [20].

З одного боку, переживання самотності жінками може спричиняти низку особистісних та поведінкових змін: соціальну тривожність (невпевненість у собі, сором'язливість, постійне очікування насмішок); розчарованість (у собі, інших людях, в своєму житті); недовіру до людей, боязнь емоційної близькості; постійний страх бути знехтуваною; сексуальну тривожність (усвідомлення своєї зовнішньої непривабливості); агресивні реакції на себе [2], а з

іншого боку – детермінуватися як суб'єктивними, так і об'єктивними причинами [7]. До останніх належать ситуативні (демографічні причини, розрив сімейно-шлюбних відносин) та соціально-психологічні чинники (завищені вимоги до потенційного партнера; зміна системи цінностей у жінок і втрата значущості шлюбних відносин, орієнтація на навчально-професійну та ділову сторони життя). До суб'єктивних причин жіночої самотності відносять фрустрацію потреби в контактах, любові, визнанні, безпеці, вузьке коло спілкування, невизначеність ситуації взаємин жінки з чоловіком, а також – неадекватно занижену самооцінку, низький рівень комунікативної компетентності; сором'язливість, високу соціальну тривожність.

Вивчення вікових особливостей переживання самотності жінками дозволив авторам засвідчити, що попри гостру форму прояву самотності в підлітковому віці (Р. Вейс, І. Кон, С. Малишева, Г. Саліван та інші) [2], у зрілості під впливом гендерних стереотипів почуття жіночої самотності виражається у більшій мірі, оскільки з віком традиційно жінки більшою мірою визначають себе в рамках сімейного циклу, ніж виходячи зі свого становища в професійному циклі [8]. З огляду на те, що, як показано, ідея майбутнього народження та материнства навіюється дівчині з раннього віку, самотність, відповідно, й розглядається як неповноцінність жінки у соціумі [20]. Проте наявність сім'ї не виключає можливість переживання жінкою самотності, адже, як зазначають дослідники, дорослі діти віддаляються від батьків, іноді лише фізично, але частіше з емоційної потреби бути самими собою й мати час і можливість займатися власними проблемами і взаєминами.

У контексті дослідження психологічних особливостей самоствавлення самотніх жінок важливо також відзначити розмаїття визначень не лише категорії самоствавлення й строкатість понятійного апарату, що позначає ставлення людини до себе, а й наявність різних позицій щодо його змісту і структури. Зазвичай йдеться про трикомпонентну будову самоствавлення, що включає в себе когнітивний, емоційний і конативний компоненти [13]. Вказується також на поліфункціональність системи самоствавлення й називається низка функцій: «дзеркала», самовираження і самореалізації, функція саморегуляції й самоконтролю, психологічного захисту, інтракомунікації [13].

Гендерні відмінності у самоствавленні спричиняються, на думку авторів, асиметрією гендерної соціалізації [4] та вперше виявляються у підлітковому віці [5]. На початку дорослості жінки демонструють, як показано, меншу самокритичність, більшу задоволеність собою, своєю діяльністю, зацікавленість у власному Я.

В період з 20 до 40 років у жінок спостерігається вже чітка, диференційована система самоствавлення, стурбованість ставленням до себе як до майбутньої матері, до зміни соціальних ролей. Якщо цього не відбувається, формується негативне ставлення до себе, почуття неповноцінності.

За висновками авторів, самоствавлення у жінок формується згідно зі специфічними жіночими моделями Я-образу. Показники самоствавлення у жінок в період ранньої зрілості пов'язані зі ставленням до життя в цілому і задоволеностю ним. При цьому найбільше значення для задоволеності життям має рівень

аутосимпатії, рівень самовпевненості і саморозуміння (Т. Терра). Автори вказують на залежність жінок старшого покоління від дітей та від спілкування з ними (Е.Еріксон), зв'язок ставлення жінки до себе з усвідомленням себе в ролі матері та дружини, яка змогла збудувати родину, що підтримує її. Відповідно, відсутність сім'ї може спричинити у жінок почуття самотності, яке здатне впливати на особистість, знижуючи її самооцінку й змінюючи самоствавлення.

В літературі також надані результати дослідження самоствавлення у окремих категорій жінок, а саме вивчено самоствавлення жінок з постабортним синдромом (П.Колеман, Д.Ріардон, Д.Фергюсон), самоствавлення жінок похилого віку (Е. Корепанова, А. Любякін), особливості самоствавлення овдовілих жінок (Н.Цветкова, В.Шейнова). Водночас, нами не було виявлено досліджень, спрямованих на вивчення психологічних особливостей самоствавлення самотніх жінок зрілого віку, що й обумовило наш науковий інтерес.

Метою статті стало емпіричне дослідження особливостей самоствавлення самотніх жінок. Спираючись на положення про те, що людині, яка переживає високий рівень суб'єктивної самотності, властиві такі психологічні характеристики, як неадекватна самооцінка, низький рівень аутосимпатії, низький самоінтерес [1] та висновки про низку особистісних і поведінкових змін, спричинених самотністю жінок, ми висунули припущення про існування відмінностей у показниках самоствавлення самотніх та несамотніх жінок.

Виклад основного матеріалу дослідження. До емпіричного дослідження загалом було залучено 60 жінок віком 47-55 років, з яких 30 жінок самотні та 30 – несамотні (заміжні). У вибірці було представлено працюючих жінок з різним соціальним статусом, різними професіями. Зауважимо також, що несамотні (заміжні) жінки живуть окремо від батьків, мають чоловіка і одну дитину, а самотні – не мають ані чоловіка, ані дитини й проживають окремо від батьків. Відповідно до поширеної сучасної вікової періодизації В.Квіна, вік 47-57 років належить до стадії зрілого віку. Вирішальним на цій стадії стає ставлення людини до продуктів своєї праці і до своїх нащадків. Цей період характеризується бажанням жінки закріпити свої ролі безпосередньо у власній родині, реалізувати себе як жінку, як матір, передати власний досвід майбутньому поколінню. Бажання зробити свій внесок в життя майбутніх поколінь є природним, в цьому віці воно реалізується, перш за все, у стосунках з дітьми, Е. Еріксон підкреслює залежність старшого покоління в сім'ї від молодшого [2]. Якщо це прагнення не реалізується, жінка почувається самотньою, через що може змінюватися її ставлення до себе.

Порівняльний аналіз надав змогу зіставити дві групи жінок (самотніх та несамотніх). Для досягнення поставленої мети й перевірки висунутої гіпотези було застосовано комплекс таких методичних засобів: «Методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності» Д.Расела і М. Фергюсона [14], діагностичний опитувальник «Самотність» С.Корчагіної [6], «Тест-опитувальник самоствавлення» В.Століна - С.Пантелєєва [18], «Методика дослідження самоствавлення» С.Пантелєєва [9].

Також були використані методи математико-статистичного аналізу даних при обробці результатів (параметричний критерій t-Ст'юдента, ϕ^* - кри-

терій кутового перетворення Фішера й непараметричний критерій χ^2 -Пірсона та інтерпретаційні методи при якісному аналізі, описі та інтерпретації отриманих результатів.

Дослідження дозволило виявити статистично значущі відмінності за показниками самоствавлення між групами самотніх та несамотніх жінок (Таблиця 1).

Таблиця 1

Усереднені показники самоствавлення самотніх та несамотніх жінок за тестом–опитувальником самоствавлення В. Століна - С. Пантелєєва та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні жінки	несамотні жінки	
глобальне самоствавлення	55,95	65,83	2,8*
Самоповага	48,09	60,22	2,8*
аутосимпатія	46,72	63,24	6,2*
очікуване ставлення від інших	44,93	57,12	2,3
самоінтерес	47,85	67,03	4,4*
самовпевненість	48,76	64,85	4,1*
ставлення інших	39,2	52,95	8,9*
самоприйняття	39,92	55,96	3,9*
самокерівництво	46,38	59,53	3,3*
самозвинувачення	61,69	31,39	5,8*
самоінтерес	39,25	63,47	5,4*
саморозуміння	50,9	69,6	3,7*

Примітка. * – статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,01$

Як видно з таблиці 1, у групі самотніх жінок значно вищими є показники самозвинувачення, у той час як показники глобального самоствавлення, самоповаги, аутосимпатії, самоінтересу, самовпевненості, ставлення інших, самоприйняття, самокерівництва та саморозуміння є нижчими, ніж у групи несамотніх жінок. Статистично значущих відмінностей за показником очікуваного ставлення від інших знайдено не було.

Виявлено також, що у самотніх жінок показники закритості та внутрішньої конфліктності значно вищі, ніж у заміжніх жінок, які переважають за іншими показниками самоствавлення (Таблиця 2).

Отже, у самотніх жінок значно вищими є показники закритості та внутрішньої конфліктності та помітно нижчими – показники самовпевненості, самокерівництва, відображеного самоствавлення, самоцінності, самоприйняття, самоприв'язаності, ніж у жінок, що мають чоловіка та дитину.

Таблиця 2

Усереднені показники самоствавлення самотніх та несамотніх жінок за методикою дослідження самоствавлення С. Пантелєєва та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	Самотні жінки	Несамотні жінки	
закритість	6,97	3,67	4,9*
самовпевненість	4,13	8,13	7*
самокерівництво	3,43	7,47	6,6*
відображене самоствавлення	4,53	7,13	4,4*
самоцінність	4,13	7	5,5*
самоприйняття	3,6	6,87	4,9*
самоприв'язанність	3,9	6,47	4,3*
внутрішня конфліктність	6,63	3,03	6,3*
самозвинувачення	6,87	2,93	6,3*

Примітка. * – статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,01$

У результаті дослідження було з'ясовано відсоткове співвідношення показників самозвинувачення самотніх та несамотніх жінок з високим рівнем суб'єктивної самотності та виявлена різниця у показниках самозвинувачення (Таблиця 3).

Таблиця 3

Відсоткове співвідношення показників самозвинувачення самотніх та несамотніх жінок з високим рівнем суб'єктивної самотності та рівень значущості розбіжностей за критерієм ϕ^* -кутове перетворення Фішера

Групи досліджуваних	Високі показники самозвинувачення	Низькі показники самозвинувачення	Суми	Рівень значущості розбіжностей
	кількість досліджуваних (%)	кількість досліджуваних (%)		
самотні жінки (незаміжні)	24 (80%)	6 (20%)	30 (100%)	$\phi^*_{емп} = 4,985$
несамотні жінки (заміжні)	6 (20%)	24 (80%)	30 (100%)	

Примітка. * – статистично значущі розбіжності на рівні $p < 0,05$

Як видно з таблиці 3, більшість самотніх жінок з високим рівнем суб'єктивної самотності (80%) характеризуються високими показниками са-

мозвинувачення, водночас серед заміжніх жінок з високим рівнем суб'єктивної самотності таких лише 20%. Водночас якщо низькі показники самозвинувачення мають лише 20% самотніх жінок, то серед несамотніх таких переважна більшість (80%).

Крім того, було виявлено відмінності за показниками самоінтересу між групами самотніх та несамотніх жінок з глибоким переживанням актуальної самотності (Таблиця 4).

Таблиця 4

Відсоткове співвідношення показників самоінтересу самотніх та несамотніх жінок з глибоким переживанням актуальної самотності та рівень значущості розбіжностей за критерієм ϕ^* - кутове перетворення Фішера

Групи досліджуваних	Низькі показники самоінтересу	Високі показники самоінтересу	Суми	Рівень значущості розбіжностей
	кількість досліджуваних (%)	кількість досліджуваних (%)		
самотні жінки (незаміжні)	21 (70%)	9 (30%)	30 (100%)	$\phi^*_{\text{емп}} = 4,415$
несамотні жінки (заміжні)	5 (16,7%)	25 (83,3%)	30 (100%)	

Примітка. * – статистично значущі розбіжності на рівні $p < 0,05$

Як видно з таблиці 4, значній кількості самотніх жінок з глибоким переживанням актуальної самотності (70%) притаманний низький рівень самоінтересу, при чому їх третя частина (30%) характеризуються високими показниками самоінтересу. Зовсім інша картина спостерігається при обстеженні групи несамотніх жінок з глибоким переживанням актуальної самотності. Як бачимо, серед них більшість (83,3%) характеризуються високими показниками і лише 16,7% – низькими показниками самоінтересу.

Крім того, вдалося встановити характер зв'язку між показниками самоствавлення та показниками глибокого переживання актуальної самотності у групи самотніх жінок (Таблиця 5).

Як видно з таблиці 5, чим вищими є показники глибокого переживання актуальної самотності у самотніх жінок, тим нижчими є показники їх самоповаги, аутосимпатії, очікуваного ставлення інших та самовпевненості.

Крім того, попри те, що нами не очікувалася наявність зв'язку між самокерівництвом, саморозумінням, самоприйняттям та глибоким переживанням актуальної самотності самотніх жінок, тим не менше, виявилось, що між ними існує негативний статистично значущий зв'язок.

Не дивлячись на те, що нами були висунуті припущення стосовно того, що заміжні жінки, які переживають самотність, все одно відрізняються високими показниками самоствавлення, дослідження не виявило зв'язку між почуттям суб'єктивної самотності та показниками самоствавлення жінок, що мають чоловіка та одну дитину (таблиця 6).

Таблиця 5

Значення коефіцієнта кореляції r – Пірсона між показниками глибокого переживання актуальної самотності та показниками самоствавлення самотніх жінок (за тестом-опитувальником самоствавлення» В. Століна - С. Пантелєєва та діагностичним опитувальником «Самотність» С. Корчагіної).

Шкали самоствавлення	Рівень переживання самотності	Значення коефіцієнта кореляції r – Пірсона
самоповага	глибоке переживання	-0,585**
аутосимпатія	глибоке переживання	-0,595**
очікуване ставлення від інших	глибоке переживання	-0,619**
самовпевненність	глибоке переживання	-0,501**

Примітка: ** - статистична значущість при $p < 0,01$

Таблиця 6

Значення коефіцієнта кореляції r – Пірсона між показниками суб'єктивної самотності та показниками самоствавлення несамотніх жінок (за методикою дослідження самоствавлення» С. Пантелєєва та методикою діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності Д. Расела і М. Фергюсона).

Шкали самоствавлення	Рівень переживання суб'єктивної самотності	Значення коефіцієнта кореляції r – Пірсона
самовпевненність	високий	0,004
самоцінність	високий	-0,091
самоприйняття	високий	-0,047
самоприв'язаність	високий	-0,162

Отже, почуття суб'єктивної самотності не пов'язане з такими показниками самоствавлення несамотніх жінок як самоцінність, самоприйняття, самоприв'язаність та самовпевненність.

Таким чином, висунута концептуальна гіпотеза про наявність відмінностей у показниках самоствавлення самотніх та несамотніх жінок знайшла своє емпіричне підтвердження. Більшість самотніх жінок з високим рівнем суб'єктивної самотності характеризуються більш високими показниками са-

мозвинувачення та закритості, ніж несамотні жінки. Тобто, самотнім жінкам більш властиве активне звинувачення себе, негативні емоції, спрямовані на адресу власного «Я». Це може бути пов'язане з тим, що жінки, які не мають чоловіка, мають установку на самозвинувачення, що супроводжується внутрішньою напругою та наявністю стійких комплексів, підвищеною увагою до внутрішніх переживань, особливо негативного характеру. Цілком вірогідно, що не маючи близьких, тісних контактів з протилежною статтю, жінка звинувачує себе у власній нездатності створити родину та реалізувати себе як дружину. Не маючи родини, жінки схильні відносити невдачі в спілкуванні за рахунок внутрішніх, само звинувачувальних чинників.

Високий рівень закритості самотніх жінок може пояснюватися тим, що такі жінки звинувачують себе й не прагнуть відкриватись оточуючим, оскільки не вірять у можливість залучення до близьких контактів.

Окрім того, в ході дослідження з'ясувалося, що такі показники самоставлення як глобальне самоставлення, самоповага, аутосимпатія, самоінтерес, самовпевненість, ставлення інших, самоприйняття, самокерівництво, самозвинувачення, саморозуміння, відображеного самоставлення, самоцінність, самоприйняття та самоприв'язаності виявилися значно нижчими у самотніх жінок порівняно з несамотніми. Можливо, жінки, які не мають чоловіка та дітей, не схвалюють себе в цілому та в істотних деталях, не вірять у власні можливості, вбачають у собі переважно недоліки. Встановлені факти також можуть бути пов'язаними із впливом гендерних стереотипів. Відомо, що велику їх групу складають стереотипи, що окреслюють сімейні ролі чоловіків та жінок. У більшості культур жінкам приписується роль дружини та матері, а в рамках цих ролей жінка повинна виконувати родинно-побутові обов'язки, турбуючись про власну сім'ю. Подібні стереотипи значно впливають на життєві стратегії поведінки жінки. Відсутність родини робить жінку неповноцінною як в очах оточуючих, так і у власних поглядах, через невідповідність певним соціальним очікуванням. З'ясовані закономірності співпадають із поглядами С.Корчагіної на природу феномену самотності.

Більш високий рівень внутрішньої конфліктності, відзначений у самотніх жінок, може бути пов'язаним з тим, що самотні жінки засуджують у собі ряд якостей та властивостей, що на їх думку заважають їм встановлювати контакти з протилежною статтю, відрізняються високими вимогами до себе, що нерідко призводить до конфлікту між «Я» реальним і «Я» ідеальним, між рівнем домагань і фактичними досягненнями, до визнання своєї малоцінності. Отримані дані загалом узгоджуються з висновками Н. Хамітова, Д.Перлмана.

Дослідження показало, що незаміжні жінки з глибоким переживанням актуальної самотності характеризуються низьким інтересом до власних думок та почуттів, невпевненістю у своїй цікавості для інших, а також не готовністю спілкуватися з собою «на рівних». Можливо, соціальна тривожність породжує в них невпевненість у собі та своїй привабливості.

Напевне, глибоке переживання актуальної самотності, викликане відсутністю чоловіка та близьких емоційних контактів, спричинає у жінки бачення в собі переважно недоліків. Через це жінці можуть бути характерні такі

емоційні реакції на себе, як роздратування, презирство, глузування, винесення самовироку («так тобі й треба»). Коли переживання самотності набуває стійкого характеру, жінки починають звинувачувати себе, а також проявляти менше уваги до себе як до особистості, через що може знижуватись рівень самоповаги та аутосимпатії самотніх жінок.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Проведене дослідження дозволяє сформулювати низку висновків:

1) самотні жінки характеризуються значно нижчими показниками глобального самоствавлення, самоповаги, аутосимпатії, самоінтересу, самовпевненості, ставлення інших, самоприйняття, самокерівництва, саморозуміння, відображеного самоствавлення, самоцінності, самоприйняття та самоприв'язаності, порівняно з несамотніми жінками;

2) у самотніх жінок з високим рівнем суб'єктивної самотності більш високими є показники самозвинувачення, закритості та внутрішньої конфліктності, ніж у жінок, які мають родину;

3) самотні жінки з глибоким переживанням актуальної самотності відрізняються нижчими показниками самоінтересу, самоповаги, аутосимпатії, очікуваного ставлення від інших та самовпевненістю порівняно з жінками, що мають чоловіка і дитину;

4) самотні жінки з глибоким переживанням актуальної самотності характеризуються низькими показниками самоповаги, аутосимпатії, очікуваного ставлення від інших та самовпевненості.

Перспективи подальших наукових розвідок вбачаються нами у з'ясуванні відмінностей самоствавлення самотніх чоловіків та самотніх жінок, що загалом відповідає принципам проведення гендерних досліджень в психології.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. *Бороздина Л.В.* Что такое самооценка? / Л.В. Бороздина // Психологический журнал. – 1992. – №4. – С. 99-101.
2. *Вейс Р.* Вопросы изучения одиночества / Р. Вейс // Лабиринты одиночества. – М. : Прогресс, 1989. – С.114-128.
3. *Джонг-Гирвельд Д.* Типы одиночества / Д. Джонг-Гирвельд, Д. Раадшелдерс // Лабиринты одиночества. – М. : Прогресс, 1989. – 301 с.
4. *Клецина И. С.* Гендерная социализация: Учеб. пособие / И.С. Клецина. – СПб., 1998. – 92 с.
5. *Коломинский Я. Л.* Диагностика и коррекция психологического развития дошкольника / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. – Минск, 1997. – 480 с.
6. *Корчагина С. Г.* Психология одиночества: учебное пособие / С. Г. Корчанина. – М. : МПСИ, 2008. – 288 с.
7. *Кошелева Ю.П.* Одиночество: традиции и ракурсы изучения / Ю. П. Кошелева // Психология зрелости и старения. – 2001. – №4. – С. 29-69.
8. *Краснова О.В.* Одиночество пожилых людей: гендерные и другие аспекты / О. В. Краснова // Психология зрелости и старения. – 2006. – №1. – С. 64-85.
9. Методика исследования самоотношения (МИС) / А. А. Аладьин, Л.А. Пергаменщик, И.А. Фурманов // Психодиагностика и психокоррекция в воспитательном процессе. – Мн., 1992. – 70 с.
10. *Мустакас К.* Теоретические подходы к одиночеству / К. Мустакас // Лабиринты одиночества. – М. : Прогресс, 1989. – С. 154-155.

11. Немов Р.С. Одиночество / Р.С. Немов // Общие основы психологии. – М. : Просвещение, 1995. – С. 31-38.
12. Оди Р. Человек – существо одинокое: биологические корни одиночества / Р. Оди // Лабиринты одиночества. – М. : "АСТ – Москва", 2007. – 382 с.
13. Пантелеев С.Р. Самоотношение как эмоционально оценочная система / С. Р. Пантелеев. – М. : МГУ, 1991. – 202 с.
14. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – 672 с.
15. Рассел Д. Измерение одиночества / Д. Рассел // Лабиринты одиночества. – М. : Прогресс, 1989. – С. 192-228.
16. Роджерс К. Теория личности / К. Роджерс. – К. : Ваклер, 1997. – 283 с.
17. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М. : Изд-во МГУ, 1983. – 284 с.
18. Столин В.В. Опросник самоотношения / В.В. Столин, С.Р. Пантелеев // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. – М., 1988. – С. 123-130.
19. Токарева С. Женское одиночество / С. Токарева // Узы брака, узы свободы: проблемы семьи и одиночества глазами ученых. Сост. Т. Разумовская. – М. : Смысл, 2001. – 336 с.
20. Хамитов Н. Освобождение от одиночества / Н. Хамитов. – М. : АСТ; Харьков: Торсинг, 2005. – 444 с.

REFERENCES TRANSLITERATED

1. Borozdyna L.V. Chto takoe samoocenka? / L.V. Borozdyna // *Psychologicheskij zhurnal*. – 1992. – №4. – S. 99-101.
2. Vejs R. Voprosu yzuchenyja odynochestva / R. Vejs // *Labyrintu odynochestva*. – М. : Прогресс, 1989. – S.114-128.
3. Dzhong-Gyrvel'd D. Tipu odynochestva / D. Dzhong-Gyrvel'd, D. Raadshelders // *Labyrintu odynochestva*. – М. : Progress, 1989. – 301 s.
4. Klecyна Y. S. Gendernaja sotsyalizatsiya: Ucheb. posobyе / Y.S. Klecyна. – SPb., 1998. – 92 s.
5. Kolomynskij Ja.L. Dyagnostyka y korrektsiya psichologicheskogo razvytyja doskol'nyka / Ja.L. Kolomynskij, E.A. Pan'ko. – Mynsk, 1997. – 480 s.
6. Korchagyna S.G. Psichologija odynochestva: uchebnoe posobyе / S. G. Korchanyna. – М. : MPSY, 2008. – 288 s.
7. Kosheleva Ju.P. Odynochestvo: tradycyy y rakursy yzuchenyja / Ju. P. Kosheleva // *Psichologija zrelosty y starenija*. – 2001. – №4. – S. 29–69.
8. Krasnova O.V. Odynochestvo pozhylyh ljudej: gendernyye y drugyye aspekty / O.V. Krasnova // *Psichologija zrelosty y starenija*. – 2006. – №1. – S. 64 – 85.
9. Metodyka yssledovanyja samootnoshenyja (MYS) / A. A. Alad'yn, L. A. Pergamenshhyk, Y.A. Furmanov // *Psichodyagnostyka y psichokorrektsiya v vospytatel'nom processe*. – Mn., 1992. – 70 s.
10. Mustakas K. Teoretycheskiye podhodu k odynochestvu / K.Mustakas // *Labyrinty odynochestva*. – М. : Progress, 1989. – S. 154-155.
11. Nemov R.S. Odynochestvo / R.S. Nemov // *Obshhyye osnovy psichologii*. – М. : Prosveshhenye, 1995. – S. 31-38.
12. Ody R. Chelovek – sushhestvo odynokoe: byologicheskyye korny odynochestva / R. Ody // *Labyrinty odynochestva*. – М. : "AST – Moskva", 2007. – 382 s.
13. Panteleev S.R. Samootnosheniye kak emotsional'no ocenchnaja sistema / S. R. Panteleev. – М. : MGU, 1991. – 202 s.

14. *Rajgorodskij D.Ja.* Prakticheskaja psihodyagnostyka. Metodyky y testu. Uchebnoe posobyje / pod red. D.Ja. Rajgorodskogo. – Samara: ВАИРАИ-М, 2002. – 672 s.
15. *Rassel D.* Yzmerenye odynochestva / D. Rassel // Labyryntu odynochestva. – М. : Progress, 1989. – S. 192–228
16. *Rodzher K.* Teoryja lychnosty / K. Rodzhers. – К. : Vakler, 1997. – 283 s.
17. *Stolyn V. V.* Samosoznanye lychnosty / V. V. Stolyn. – М. : Yzd-vo MGU, 1983. – 284 s.
18. *Stolyn V. V.* Oprosnik samootnoshenija / V. V. Stolyn, S. R. Panteleev // Praktikum po psihodyagnostyke: Psihodyagnostycheskye materyaly. – М., 1988. – S. 123-130.
19. *Tokareva S.* Zhenskoe odynochestvo / S. Tokareva // UZY braka, uzY svobody: problemy sem'yu odynochestva glazamy uchenyyh. Sost. T. Razumovskaja. – М. : Smysl, 2001. – 336 s.
20. *Hamytov N.* Osvobozhdenye ot odynochestva / N. Hamytov. – М. : AST; Har'kov: Torsyng, 2005. – 444 s.

Bondadenko Y. I., Kubrichenko T. V. SELF-ATTITUDE of SINGLE WOMEN. In the article specifics of lonely women self-attitude are described, the nature of connections between loneliness and self- attitude indicators of lonely women is established. It has been shown that most of lonely women with the high level of subjective loneliness are characterized by higher rates of self-accusation and closedness than women in marriage. It is noted that a number of self-attitude indicators of the lonely women (global self- attitude, self-esteem, self-affection, self-interest, self-confidence, the others' relation, self-perception, self-management, self-accusation, self-understanding, reflected self-relation, inherent worth, self-perception and self-attachment) are much lower in comparison with the married ones. Also lonely women reveal higher level of the internal conflictness. Unmarried women with deep actual loneliness trial are characterized by low interest to their own thoughts and feelings, uncertainty in being interesting for others, and also inability to communicate with themselves "as equals". Results of the research can be used by practical psychologists in working with emotional conditions of the women who feel lonely and have negative self-relation indicators.

Keywords: female loneliness, self-assessment, self- attitude, loneliness, personality self-conception, self-image.

Отримано 5.02.2015