

УДК 159. 907

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2021.8.12>

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СОЦІАЛЬНОЇ, СІМЕЙНОЇ ТА РОМАНТИЧНОЇ САМОТНОСТІ ЖІНОК

Інна Леонова

*Київський національний університет імені Тараса Шевченка,
пр. Академіка Глушкова, 2А, Київ, Україна, 02000
e-mail: leonova.i.m@ukr.net*

У статті представлені результати емпіричного дослідження жіночої самотності, а саме соціальної, сімейної, романтичної. Виявлені й показані психологічні чинники, які впливають на підвищення та зниження рівня переживання почуття соціальної, сімейної та романтичної самотності жінками.

У результаті дослідження виявлено, що жінкам притаманне переживання почуття самотності, де найвищий рівень самотності вони відчувають у соціумі (соціальних стосунках, у встановленні соціальних зв'язків), помірний рівень у романтичних і сімейних відносинах.

Показано, що рівень соціальної самотності залежить від успішної самореалізації особистісного потенціалу жінки, а саме в поєднанні й досягненні розвитку й успіху на соціальному й міжособистісному рівнях водночас. Також викрито, що рівень переживань соціальної самотності жінками підвищують такі психологічні чинники, як: агресивно-негативна позиція щодо себе й до інших, емоційна нестійкість, тривога, дратливість, стан розчарування та безнадії, жіночий кар'єризм і конкурентність між статями.

Дослідження дозволило виявити, що на рівень романтичної самотності в досліджуваних жінок впливає особистісна задоволеність власним життям та узгодженість між бажаним і дійсним, прагненням і поведінкою. Показані психологічні чинники, які підвищують рівень романтичної самотності; це замкнутість, сімейна самотність, суперечність у прагненнях особистості (мотиви, поведінка, почуття, життєдіяльність).

Також були з'ясовані психологічні чинники, які підвищують переживання почуття сімейної самотності. Такими є: деструктивний тип поведінки (пригнічено-агресивна); агресивно-негативна займана позиція як щодо себе, так і щодо інших; міжособистісні взаємини, які не набувають цілісної задоволеності в партнерських відносинах, викликаючи відчуття дискомфорту й дисгармонійності; романтична самотність, яка супроводжується незадоволеністю потреби прихильності у відносинах, близьких та інтимних стосунках із набуванням у них емоційного й психологічного комфорту з можливістю довірчого спілкування.

Ключові слова: соціальна самотність, сімейна самотність, романтична самотність, психологічні чинники, рівень переживання.

Постановка проблеми. Самотності є однією з актуальніших проблем сучасного світу. Специфіка прояву самотності багатогранна й торкається практично всіх сфер життєдіяльності людини: соціальних взаємин, сімейних стосунків, романтичних відношень. Також слід зазначити, що як соціальний феномен самотність нерозривно пов'язана з політичними (конфліктом із Росією, воєнними діями на території Донбасу), економічними й соціальними (культурою, освітою) перетвореннями в сучасному суспільстві, які нагепер більшою мірою пов'язані з пандемією Covid-19. Усе це безпосередньо впливає на послаблення взаємостосунків, на ставлення людей до колективізму й індивідуалізму, а також на відношення самої особистості до почуття самотності як до найвищої цінності чи навпаки – як до негативного чинника, який набуває певних наслідків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Під самотністю дуже часто розуміється дефіцит у соціальних і взаємовідносинах, які суб'єкт визначає як потреби, які незадоволені. Отже, люди, які вважають себе самотніми, мають когнітивні пояснення такого стану. На це вказують у своїх дослідженнях М. Zeidner і D. Saklofske [12], стверджуючи, що саме когнітивні індикатори самотності виводяться з уявлень про певний тип соціальних відносин, яких бракує саме зараз.

Проблеми виникнення самотності та її причини розглядалися вченими Р.А. Dykstra, Т. Fokkema [10], М. Pinquart, S.Sörensen, [11], Є.Н. Осінім, Д.О. Леонтьєвим [8]; Т.Л. Крюковою [4; 6] у контексті самостійного психологічного феномену, якому властива амбівалентність. Наприклад, у роботах Є.Н. Осініна й Д.О. Леонтьєва [8] спостерігається подвійний вплив самотності на людину, а саме, з одного боку, самотність розглядається як перешкода, що ускладнює входження особистості в соціум, а з іншого, – як особистісна рефлексія, що дозволяє зануритись в особистісні роздуми про проблеми найважливіших життєвих цінностей. На їхню думку, саме особистісна рефлексія дає можливість розвитку індивідуальних якостей особистості, які потім сприяють успішній інтеграції людини в соціум.

А ось науковці Сасіорро і Hawkleу [9] встановили, що переживання самотності не тільки породжує безліч проблем у соціальній сфері, а й загострює вікові й особистісні зміни, проявляючись у дезадаптації та в погіршенні психічного стану здоров'я людини.

Протилежної думки дотримувалися Дж. Боулби [1] і Д.В. Віннікот [2], які підкреслювали, що почуття самотності не можливо повністю позбутися, та й немає такої потреби, тому що саме самотність виступає в ролі індивідуального ресурсу особистості, сприяючи розвитку її самосвідомості. Подібного висновку дійшла дослідниця Т.Л. Крюкова [4], яка, окрім вищезазначеного, ще вказувала на те, що людині дозволяє впоратися зі стресом у важкій життєвій ситуації саме усвідомлені її дії та засоби адекватної поведінки, які прищеплені особистісним особливостям у ситуаціях.

Слід зазначити, що ряд досліджень був спрямований на аналіз проблем виникнення самотності в сімейних стосунках. Так Т.Л. Крюкова й О.М. Ронч [5], розкриваючи поняття суб'єктивної самотності та її когнітивні й соціально-психологічні детермінанти в подружніх стосунках, підкреслюють, що наявність чоловіка / дітей не є предиктором відсутності самотності. Поява самотності в подружніх стосунках, на їх думку, пов'язана з порушенням прихильності між партнерами – відсутністю інтимних стосунків, турботи, незадоволеністю в спілкуванні, в емоціях, у віці подружжя, а також у життєвих подіях як зрада, вагітність, розлучення тощо. Також вони підкреслювали, що самотність виступає предиктором вибору суб'єктом більш-менш продуктивної поведінки. Але подружжя в разі зіткнення із самотністю, усвідомлюючи її як проблему, обирає навпаки непродуктивну поведінку – ухилення та втечу від відносин. Також дослідження Т.П. Григорової [3] показали, що на предиктор вибору поведінки в подружніх стосунках впливає деструктивна емоційна залежність від партнера.

Мета статті – виявити психологічні чинники, які впливають на рівень переживання соціальної, сімейної та романтичної самотності жінками.

Виклад основного матеріалу. У ході емпіричного дослідження використовувався такий психодіагностичний інструментарій: Фрайбурзький особистісний опитувальник F P I (форма В) А.О. Крилова й Т.І. Ронгінської (Вансовська, Гайда, Гербачевський, 1997 рік); особистісний опитувальник емоційного ставлення А.Т. Джерсайлда (Колесникова, 2019 рік); методика діагностики комунікативної соціальної компетентності (далі – КСК) М.П. Фетіскіна, В.В. Козлова, Г.М. Мануйлова (Фетискин, Козлов, Мануйлов, 2002 рік); методика актуальності основних потреб в модифікації І.О. Акіндінової

(Настольная книга практического психолога, 2008 рік); тест смисложиттєвих орієнтацій (далі – СЖО) Д.О. Леонтьєва (Леонтьєв, 2000 рік); диференційована шкала Шмідт DLS (Differential Loneliness Scale) (Тихонов, 2006 рік); SELSA (Di Tommaso & Spinner, 1993 рік); методика суб'єктивної оцінки міжособистісних стосунків (далі – СОМО) С.В. Духновського (Духновський, 2006 рік); методика С. Бем маскулітність – фемінність (Практикум по гендерной психологии, 2003 рік); шкала інтимності Бернса (Тихонов, 2006 рік) та методика індексу якості життя P.C. Еліота (Практикум по психологии здоровья, 2005 рік); опитувальник базових прагнень О.І. Моткова (Мотков, 1998 рік); діагностика спрямованості особистості на мотивацію до успіху й до уникнення невдач Т. Елерса (Райгародський, 2002 рік).

Вибірка: у дослідженні взяли участь 180 жінок різних соціальних груп.

Вік досліджуваних жінок складає від 25 до 45 років.

Для статистичної обробки емпіричних даних використовувались описові статистики й регресійний аналіз. Обробка даних дослідження здійснювалася за допомогою комп'ютерної програми SPSS 21.0 for Windows.

На підставі аналізу даних за опитувальником SELSA (Di Tommaso, Spinner, 1993 рік) було виявлено рівень соціальної, сімейної та романтичної самотності в жінок (табл. 1).

Таблиця 1

Середні значення показників самотності в жінок

	Середнє значення (n = 180)	Стандартне відхилення
Соціальна самотність	40,2	16,2
Сімейна самотність	31,5	16,6
Романтична самотність	40,5	12,0

Аналіз середніх показників у таблиці 1 показав, що жінкам у цілому притаманне переживання почуття самотності. Показник «соціальна самотність» перебуває на високому рівні, а «сімейна й романтична самотність» – на помірно вираженому (середньому) рівні. Виходячи із цих даних, ми можемо говорити про те, що жінки відчувають певні труднощі у включенні в суспільне життя, в установці зв'язків і взаємодії з навколишнім світом, а також у відчутті своєї приналежності до групи. Високий рівень соціальної самотності вказує на те, що жінки, відчуваючи часткову соціальну ізоляцію, багато уваги приділяють власним переживанням, схилиючись до самозвинувачення. Відсутність потрібних соціальних зв'язків для спілкування та близького кола друзів ще більше їх спонукає віддалятися від оточення, внаслідок чого ускладнюється пошук романтичного партнера й встановлення близьких відносин. Помірний рівень сімейної та романтичної самотності свідчить про те, що базова потреба прихильності у відносинах, а також у близьких та інтимних стосунках із набуванням у них емоційного й психологічного комфорту з можливістю довірного спілкування не завжди задовольняється (ситуативно) у сім'ї або з партнером, або зовсім у деяких жінок відсутня.

Щоб спрогнозувати й виявити приховані взаємозв'язки в змінних, які безпосередньо впливають на підвищення чи пониження рівня переживання самотності (соціальної, сімейної, романтичної) у жінок, використовувався покроковий метод включення-виключення змінних – регресійний аналіз 14 методик, що містили 84 показники й 6 (шість) додаткових чинників, які були отримані раніше завдяки факторному аналізу [7]: 1. нейротизм; 2. займана позиція особистості щодо себе й інших; 3. комунікабельність; 4. міжособистісні відношення; 5. особистісний потенціал; 6. типи поведінки.

Отже, на першому етапі використовувався множинний регресійний аналіз із включенням в нього психологічних чинників (незалежних змінних), які безперервно впливають на залежну змінну «Соціальна самотність». Одержані результати представлені в табл. 2.

Таблиця 2

Модель регресійного аналізу взаємозв'язків у змінних, які впливають на залежну змінну «соціальна самотність»

Модель	Незалежні змінні	R коефіцієнт	R-квадрат (коефіцієнт детермінації)	Скоригований R-квадрат	Стандартна помилка оцінки
9	1. Особистісний потенціал	,371	,138	,133	15,05341
	2. Здоров'я	,458	,210	,201	14,45377
	3. Робота й кар'єра	,529	,279	,267	13,84053
	4. Нейротизм	,588	,346	,331	13,22379
	5. Займана позиція особистості щодо себе й щодо інших	,623	,388	,370	12,82920
	6. Безнадія	,635	,404	,383	12,70006
	7. Маскулінність і фемінність	,647	,418	,394	12,58055
	8. Дратливість	,657	,432	,405	12,46860
	9. Екстраверсія та інтроверсія	,668	,446	,417	12,34191

У таблиці 3 представлена модель, до якої увійшли 9 (дев'ять) чинників. Залежну змінну – соціальну самотність – у цілому пояснюють 45% дисперсії, де 13,8% дисперсії пояснює особистісний потенціал (успішний або неуспішний, наявність мотивації на само-реалізацію), 8% – здоров'я, 7% – робота й кар'єра, 7% нейротизм, 4% – займана позиція особистості щодо себе й щодо інших: агресивно-негативна чи позитивно-поблаглива, що

Таблиця 3

Коефіцієнти регресійного аналізу, що показують вплив чинників (незалежних змінних) на рівень залежної змінної «соціальна самотність» у жінок із різних соціальних груп

Модель	Не стандартизовані коефіцієнти В	Стандартизовані коефіцієнти Бета	t	Значущість
Константа	- 45,689		- 3,501	,001
Особистісний потенціал	- 23,723	- 1,332	- 7,563	,000
Здоров'я	1,240	,439	4,509	,000
Робота й кар'єра	2,299	,845	5,517	,000
Нейротизм	3,258	,181	2,901	,004
Займана позиція особистості щодо себе й щодо інших	4,154	,230	3,462	,001
Безнадія	1,318	,134	2,243	,026
Маскулінність та фемінність	- 4,912	- ,130	- 2,224	,027
Дратливість	,926	,132	2,214	,028
Екстраверсія і інтроверсія	- 1,313	- ,127	- 2,128	,035

впливає на соціальну адаптацію, 2% – маскуліність і фемінність, а також по 1% – безнадія, дратівливість, екстраверсія та інтроверсія. Отриманий критерій Фішера $F = 15,2$ і статистична значущість моделі вища за $p < 0,001$ свідчать про хороші отримані результати та якісну модель.

Виявлені регресійні коефіцієнти (табл. 4), дають можливість побачити, який вплив чинять на соціальну самотність виявлені чинники (незалежні змінні).

За допомогою таблиці 3, регресійних коефіцієнтів запишемо рівняння, яке дозволить побачити вплив незалежних змінних на залежну змінну – соціальну самотність.

Соціальна самотність = $-45,689$ (константа) $-23,723 \cdot$ чинник 5 – особистісний потенціал (успішний або неуспішний), а також наявність або відсутність мотивації на самореалізацію $-4,912 \cdot$ маскуліність і фемінність $+4,154 \cdot$ чинник 2 – займана позиція особистості щодо себе й щодо інших: агресивно-негативна чи позитивно-поблажлива (соціально адаптований або дезадаптований) $+3,258 \cdot$ чинник 1. нейротизм $+2,299 \cdot$ робота й кар'єра $+1,318 \cdot$ безнадійність $-1,313 \cdot$ екстраверсія та інтроверсія $+1,240 \cdot$ здоров'я $+0,926 \cdot$ дратівливість $+e$ залишок – різниця між прогнозованими й реальними значеннями.

Аналізуючи рівняння, можна помітити, що регресійні коефіцієнти – чинник 2 – займана позиція особистості щодо себе й щодо інших: агресивно-негативна чи позитивно-поблажлива (соціально адаптований або дезадаптований), чинник 1 – нейротизм, робота й кар'єра, безнадійність, здоров'я та дратівливість – підвищують рівень залежної змінної – соціальна самотність. Отже, агресивно-негативна позиція щодо себе й щодо оточення, емоційна нестійкість, тривога, дратівливість, а також стан розчарування та безнадія, за якої невдачі (нещастя) здаються неминучими, сприяють збільшенню переживання почуття соціальної самотності жінками. Також рівень соціальної самотності підвищує жіночий кар'єризм, де привілей віддається не родині або партнеру, а самотійності, незалежності, емансипації, що призводить до руйнування жіночої ідентичності, тим самим сприяючи розвитку конкуренції між статями.

І навпаки, незалежні змінні, які мають регресійний коефіцієнт значення «–» (мінус), – чинник 5 – особистісний потенціал (успішний або неуспішний), а також наявність або відсутність мотивації на самореалізацію, маскуліність і фемінність, екстраверсія та інтроверсія – зменшують рівень соціальної самотності. Виходить, можна говорити про те, що чим більше жінці властиві жіночі риси, вона оптимістична, відкрита, готова до взаємодії з оточенням, мотивована на успіх і самореалізацію, тим менше ймовірності того, що вона буде відчувати почуття соціальної самотності.

Аналізуючи стандартизований коефіцієнт Бета, зауважимо, що шкали в дев'яти змінних різні й переведені в z-бали для того, щоб була можливість їх зіставити. Відзначимо, що чинник 5 – особистісний потенціал (успішний або неуспішний), а також наявність або відсутність мотивації на самореалізацію, роботи й кар'єри, а також фактора здоров'я вносять найбільший внесок у прогноз рівня виразності *соціальної самотності*, ніж інші шість, які мають приблизно однаковий вплив на залежну змінну – соціальну самотність. Також важливо позначити, що всі незалежні змінні, які увійшли в модель, є статистично значущими ($p < 0,05$).

Таким чином, можна говорити про те, що рівень соціальної самотності стикається з проблемами успішної самореалізації особистісного потенціалу жінок, де проблема постає саме в знаходженні свого місця та набуванні статусу на соціальному (самодостатність, незалежність, рівноправність і кар'єризм) і міжособистісному (сім'я, партнер) рівнях водночас, що свою чергою ускладнює задоволення цих потреб. І саме складність у встановленні цих важливих зв'язків або їх втрата чи втрата одного з них веде до переживання почуття соціальної самотності.

На наступному етапі використовувався регресійний аналіз із включенням у нього психологічних чинників (незалежних змінних), які безперервно впливають на залежну змінну «Романтична самотність». Одержані результати представлені в табл. 4.

Таблиця 4

Модель регресійного аналізу взаємозв'язків у змінних, які впливають на залежну змінну «романтична самотність»

Модель	Незалежні змінні	R (коефіцієнт)	R-квадрат (коефіцієнт детермінації)	Скоригований R-квадрат	Стандартна помилка оцінки
4	1. Сімейна самотність	,399	,159	,154	11,02320
	2. Рівень цілісних показників базової особистості А й Б	,471	,222	,213	10,63337
	3. Комунікабельність	,510	,260	,248	10,39681
	4. Процес життя або інтерес та емоційна насиченість життя	,548	,300	,284	10,14080

У таблиці 4 представлена модель, до якої увійшли 4 (чотири) чинника (незалежні змінні), які пояснюють залежну змінну – романтичну самотність – 30% дисперсії, де 16% дисперсії пояснює сімейна самотність, 6% – рівень цілісних показників базової особистості А й Б і по 4% дисперсії пояснюють чинники комунікабельність і процес життя (інтерес та емоційна насиченість життя). Отриманий критерій Фішера $F = 18,8$ і статистична значущість моделі, вища за $p < 0,001$, свідчать про непогані результати та якісну модель.

Виявлені регресійні коефіцієнти (табл. 5), дають можливість побачити, який вплив здійснюють на романтичну самотність виявлені чинники (незалежні змінні).

Таблиця 5

Коефіцієнти регресійного аналізу, що показують вплив чинників (незалежних змінних) на рівень залежної змінної «романтична самотність» у жінок

Модель	Не стандартизовані коефіцієнти В	Стандартизовані коефіцієнти Бета	t	Значущість
Константа	52,384		8,267	,000
Сімейна самотність	,227	,315	4,802	,000
Рівень цілісних показників базової особистості А й Б	,697	,217	3,374	,001
Комунікабельність	-1,849	-,210	-3,307	,001
Процес життя або інтерес та емоційна насиченість життя	-,470	-,208	-3,162	,002

За допомогою таблиці 5 запишемо рівняння, яке дозволить побачити вплив незалежних змінних на залежну змінну – романтичну самотність.

Романтична самотність = 52,384 (константа) – 1,849 • комунікабельність + 0,697 • рівень цілісних показників базової особистості А й Б – 0,470 • процес життя (інтерес та емоційна насиченість життя) + 0,227 • сімейна самотність + e залишок – різниця між прогнозованими й реальними значеннями.

Виходячи з рівняння, можна говорити, що знижують рівень переживання романтичної самотності особисте сприйняття процесу свого життя жінками як цікавого, емоційно насиченого й наповненого спілкуванням. А підвищують, суперечливість між бажаним і дійсним станом особистості неузгодженість між прагненням і поведінкою, а також незадоволеність своїм життям як у соціумі, так і в сім'ї цілком.

Важливо відзначити, що стандартизований коефіцієнт Бета, переведений у z-бали в чотирьох шкал, має приблизно рівне значення, що говорить про однаковий їх вплив на залежну змінну – романтичну самотність. Також важливо позначити, що всі незалежні змінні, які увійшли в модель, є статистично значущими: $p < 0,05$.

Отже, рівень романтичної самотності в досліджуваних жінок залежить від особистої задоволеності власним життям та узгодженістю між бажаним і дійсним, прагненням і поведінкою.

На наступному етапі використовувався регресійний аналіз із включенням у нього психологічних чинників (незалежних змінних), які безперервно впливають на залежну змінну «Сімейна самотність». Одержані результати представлено в табл. 6.

Таблиця 6

Модель регресійного аналізу взаємозв'язків у змінних, які впливають на залежну змінну «сімейна самотність»

Модель	Незалежні змінні	R (коефіцієнт)	R-квадрат (коефіцієнт детермінації)	Скоригований R-квадрат	Стандартна помилка оцінки
9	1. Міжособистісні взаємини	,459	,211	,206	14,80179
	2. Типи поведінки	,587	,344	,337	13,53101
	3. Статевий конфлікт	,625	,391	,381	13,07411
	4. Романтична самотність	,656	,430	,417	12,68739
	5. Відчуженість, ізолюваність	,680	,463	,447	12,35155
	6. Сором'язливість	,701	,491	,474	12,05256
	7. Займана позиція особистості щодо себе й щодо інших	,718	,516	,496	11,79725
	8. Результат	,738	,545	,523	11,46972
	9. Екстраверсія та інтроверсія	,751	,564	,541	11,25463

У таблиці 6 представлена модель, до якої увійшли 9 (дев'ять) чинників (незалежні змінні), що пояснюють 56% дисперсії залежної змінної – сімейної самотності. Де міжособистісні взаємини (чинник 4) пояснюють 21% дисперсії, типи поведінки (чинник 6) – 13% дисперсії, 5% пояснюють статевий конфлікт, 4% – романтичну самотність, по 3% – відчуженість та ізолюваність, сором'язливість, результат і займана позиція особистості щодо себе й щодо інших: агресивно-негативна або позитивно-поблажлива (чинник 2), і 1% дисперсії пояснює екстраверсія та інтроверсія. Отриманий результат говорить про хорошу та якісну модель, що підтверджують отримані показники за критерієм Фішера $F = 24,5$; статистична значущість представленої моделі: $p < 0,001$.

Виявлені регресивні коефіцієнти (табл. 7), дають можливість побачити, який вплив чинять на сімейну самотність виявлені чинники (незалежні змінні).

Таблиця 7

Коефіцієнти регресійного аналізу, що показують вплив незалежних змінних на рівень залежної змінної «сімейна самотність» у жінок із різних соціальних груп

Модель	Не стандартизовані коефіцієнти В	Стандартизовані коефіцієнти Бета	t	Значущість
Константа	41,505		7,096	,000
Міжособистісні взаємини	3,224	,164	2,658	,009
Типи поведінки	9,588	,445	7,874	,000
Статевий конфлікт	1,612	,158	2,683	,008
Романтична самотність	,265	,191	3,459	,001
Відчуженість, ізолюваність	-1,705	-,183	-3,316	,001
Сором'язливість	-2,207	-,231	-4,305	,000
Займана позиція особистості щодо себе й щодо інших	4,480	,241	4,069	,000
Результат	,182	,173	3,297	,001
Екстраверсія та інтроверсія	-1,653	-,156	-2,757	,006

Таблиця 7 дає можливість записати рівняння, що дозволить побачити вплив незалежних змінних на залежну змінну – сімейну самотність.

Сімейна самотність = 41,505 (константа) + 9,588 • типи поведінки (чинник 6) + 4,480 • займана позиція особистості щодо себе й щодо інших: агресивно-негативний або позитивно-поблажливий (чинник 2) + 3,224 • міжособистісні взаємини (чинник 4) – 2,207 • сором'язливість – 1,705 • відчуженість та ізолюваність – 1,653 • екстраверсія та інтроверсія – 1,612 • статевий конфлікт + 0,265 • романтична самотність + 0,182 • результат + е залишок – різниця між прогнозованими й реальними значеннями.

Виходячи з рівняння, можна говорити про те, що переживання сімейної самотності підвищується, коли є незадоволеність міжособистісними взаєминами з партнером і з оточенням (соціальним середовищем), в яких переважає деструктивний тип поведінки з особистісною негативно-агресивною позицією як щодо себе, так і щодо інших. А ось чим більше жінка відчуває свою причетність до суспільства, відкрита, екстравертована й енергійна в поведінці, з хорошою самооцінкою, зі сформованою жіночою ідентичністю, яка зумовлена гендером, тим менше вона відчуває почуття страху залишитися на самоті.

Важливо відзначити, що стандартизований коефіцієнт Бета переведений в z-бали, де в шкали «типи поведінки» (чинник 6) помітно вище значення, ніж в інших восьми, в яких значення приблизно рівні. Таким чином, можна говорити про те, що типи поведінки мають найбільший вплив на переживання сімейної самотності, ніж інші шкали, які мають вплив приблизно однаковий. Важливо зазначити, що всі незалежні змінні, які ввійшли в модель, є статистично значущими: $p < 0,05$.

Отже, можна говорити про те, що рівень сімейної самотності залежить насамперед від задоволеності в міжособистісних відносинах і сформованої жіночої ідентичності, яка відбивається на поведінці й ставленні до себе, до партнера й до соціуму в цілому.

Висновки. Підбиваючи підсумки, можна стверджувати, що в результаті дослідження виявлено, що жінкам притаманне переживання почуття самотності на всіх рівнях: соціальному, сімейному й романтичному. Але найвищий рівень самотності вони відчувають у соціумі, що безпосередньо впливає на їх певні труднощі у включення в суспільне середовище, на встановлення зв'язків і стосунків із навколишнім світом, на відчуття своєї приналежності до певної групи. Їх часткове відчуття соціальної ізоляції стає причиною занурювання у власні переживання, схилиючись до самозвинувачення, внаслідок чого

вони ще більше віддаляються від оточення, тим самим ускладнюють встановлення близьких відносин із потенційним партнером. Незадоволена потреба в близьких (довірливих) та інтимних стосунках із набуванням у них емоційного й психологічного комфорту безпосередньо впливають на їх переживання сімейної та романтичної самотності.

Виявлено, що рівень соціальної самотності залежить від успішної самореалізації особистісного потенціалу жінки, де проблема постає саме в знаходженні свого місця та набування статусу на соціальному (самодостатність, незалежність, рівноправність і кар'єризм) і міжособистісному (сім'я, партнер) рівнях водночас, що своєю чергою ускладнює задоволення цих потреб. І саме складність у встановленні так важливих зв'язків або їх втрата чи втрата одного з них веде до переживання почуття соціальної самотності. Також виявлені психологічні чинники, які підвищують рівень переживання соціальної самотності. Це агресивно-негативна позиція щодо себе й щодо інших, емоційна нестійкість, тривога, дратливість, стан розчарування та безнадії, жіночий кар'єризм і конкурентність між статями.

Виявлено, що рівень романтичної самотності в досліджуваних жінок залежить від особистої задоволеності власним життям. Саме суперечливість між бажаним і дійсним станом особистості, неузгодженість між прагненням і поведінкою, а також незадоволеність своїм життям як у соціумі, так і в сім'ї цілком підвищують переживання романтичної самотності. Показані психологічні чинники, які підвищують рівень переживання романтичної самотності: замкнутість, сімейна самотність, суперечності в базових прагненнях особистості (поведінка, мотив, почуття, життєдіяльність).

Показано, що рівень сімейної самотності залежить насамперед від особистої задоволеності в міжособистісних відносинах, а також від сформованої жіночої ідентичності, яка відбивається на поведінці, і в ставленні: до себе, до партнера, до соціуму в цілому.

Виявлені психологічні чинники, які підвищують переживання почуття сімейної самотності в жінок. Це *деструктивний тип поведінки* (пригнічено-агресивна); *агресивно-негативна займана позиція як щодо себе, так і щодо інших*, яка безпосередньо впливає на соціальну дезадаптацію; *міжособистісні взаємини*, які не набувають цілісної задоволеності ані в партнерських відносинах, ані з навколишнім середовищем, викликаючи відчуття дискомфорту й дисгармонійності; *романтична самотність*, яка супроводжується незадоволеністю потреби прихильності у відносинах, близьких та інтимних стосунках із набуванням у них емоційного й психологічного комфорту з можливістю довірчого спілкування.

Отже, результати емпіричного дослідження жіночої самотності (соціальної, сімейної та романтичної) дозволили виявити й проаналізувати психологічні чинники, які впливають на підвищення рівня переживання такого почуття.

Список використаної літератури

1. Боулби Дж. Привязанность. Москва : Гардарики, 2003. 480 с.
2. Винникотт Д.В. Семья и развитие личности. Мать и дитя. Екатеринбург : Литур, 2004. 400 с.
3. Григорова Т.П. Деструктивная привязанность к партнеру во взрослом возрасте и совладание с ее проявлениями : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / Кострома, 2015. 166 с.
4. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни : монография. Кострома : КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. 380 с.
5. Крюкова Т.Л., Ронч А.М. Детерминанты одиночества и совладание с ними в супружеских отношениях. *Вестник КГУ им. Некрасова*. Кострома, 2012. Т. 18. № 4. С. 129–134.
6. Крюкова Т.Л. Когнитивная психология совладания с одиночеством. *Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова*. Кострома, 2013. Т. 19. № 2. С. 93–97.

7. Леонова І.М. Socio-psychological factors of women's loneliness. *Український психологічний журнал* : збірник наукових праць / Київський національний університет імені Тараса Шевченка. 2020. № 2 (14). 232 с.
8. 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.
9. Cacioppo J.T., Hawkley L.C. Loneliness. *Handbook of individual differences in social behavior*. New York : Guilford, 2009. P. 227–240.
10. 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.
11. Pinquart M., Sörensen S. Risk factors for loneliness in adulthood and old age-a meta-analysis. *Advances in psychology research* / S.P. Shohov (Ed.), Nova Science Publishers. 2003. Vol. 19. P. 111–143.
12. Zeidner M., Saklofske D. Adaptive and maladaptive coping. *Handbook of coping: Theory, research, applications* / M. Zeidner, N.S. Endler (Eds.). 1996. P. 505–531.

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SOCIAL, FAMILY AND ROMANTIC LONELINESS OF WOMEN

Inna Leonova

*Taras Shevchenko National University of Kyiv,
Akademika Glushkova avenue, 2A, Kyiv, Ukraine, 02000
e-mail: leonova.i.m@ukr.net*

The article presents the results of an empirical study of female loneliness, namely: social, family, romantic. Psychological factors that increase and decrease the level of experience of social, family and romantic loneliness by women are identified and shown.

As a result of the study, it was found that women have a feeling of loneliness. Where they feel the highest level of loneliness in society (social relations, in establishing social ties), a moderate level in romantic and family relationships.

It is shown that the level of social loneliness depends on the successful self-realization of a woman's personal potential, namely in the combination and achievement of development and success at the social and interpersonal levels at the same time. It was also revealed that the level of social loneliness experienced by women is increased by such psychological factors as: aggressive and negative attitude towards themselves and others, emotional instability, anxiety, irritability, frustration and hopelessness, women's careerism and competition between the sexes.

The study revealed that the level of romantic loneliness in the studied women is influenced by personal satisfaction with their own lives and the consistency between the desired and the actual, desire and behavior. Psychological factors that increase the level of romantic loneliness are shown: isolation, family loneliness, contradictions in the aspirations of the individual (motives, behavior, feelings, life).

Psychological factors that increase the feeling of family loneliness were also revealed. These are: destructive type of behavior (depressed-aggressive); aggressive-negative position in relation to themselves and others; interpersonal relationships that do not acquire holistic satisfaction in a partnership causing feelings of discomfort and disharmony; romantic loneliness, which is accompanied by dissatisfaction with the need for commitment in relationships, close and intimate relationships with the acquisition of emotional and psychological comfort with the possibility of trusting communication.

Key words: social loneliness, family loneliness, romantic loneliness, psychological factors, level of experience.