

УДК 159.9

О.Ю. Задорожна

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

## ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЖІНОЧОЇ САМОТНОСТІ ТА ЇЇ ПРИЧИНИ

O.Y. Zadorozhna

### FEATURES OF MANIFESTATION OF FEMALE LONELINESS AND ITS CAUSES

Сучасний період соціально-економічних змін пов'язаний із необхідністю перебудови свідомості людини, що веде до перегляду колишніх сталих відносин, до пошуку нових стилів взаємодії. Тому помітне місце в психології займає проблема самотності. В останні роки змінюється ставлення до самотності, особливо в жінок. Якщо раніше воно носило суто соціальний характер, то зараз набуває психологічного змісту і навіть в деяких випадках свідомого бажання бути самотнім.

В.І. Сіляєва визначає самотність як важке емоційне переживання, пов'язане з руйнуванням глибинних очікувань особистості з приводу реалізації своїх можливостей, які визнаються важливою складовою людського буття [4, с. 33-35]. Н.С. Харламенкова та І.В. Бабанова вважають, що самотність – переживання стану відчуженості людини від суспільства [6, с. 21- 28]. У психологічному словнику під редакцією А.В. Петровського та М.Г. Ярошевської [1] самотність визначається як один із психогенних факторів, що впливають на емоційний стан людини, що знаходиться в змінених (незвичних) умовах ізоляції від інших людей. Залежно від тривалості перебування у стані самотності Е. Фромм розглядає його як універсальне, стійке переживання, притаманне вільній особистості на всіх етапах її розвитку [5], а Е. Еріксон – як тимчасове виникаюче відчуття власної автономності, тому його не варто розглядати як феномен, що має універсальний статус [5]. Проблемі самотності у жінок присвячуються роботи, що досліджують сутність самотності, причини її виникнення, характерні прояви й вплив на людей у різні періоди життя. Дослідження вчених (С.Л. Вербицької, М.О. Давидової, І.А. Долгінової, І.С. Кона, С.Г. Корчагіної, Л.В. Кузнецової, Є.М. Панова, Н.В. Самоукіної, І.М. Слободчикова, Н.В. Хамітова) мають загальний позитивний настрій, спрямований на вирішення проблеми самотності або зміни відношення до самого феномена. Спираючись на аналіз джерел психологічної літератури, основними причинами, що лежать в основі жіночої самотності є: – *демографічна*. За даними статистики, однакова кількість чоловіків і жінок в Україні є тільки до віку 28 років. Однак після кількість чоловіків у країні стає значно меншою. І якщо до 35 років ця різниця не дуже помітна, то з 35 років стає дуже істотною. За результатами останнього перепису населення в Україні чоловіків на 10 мільйонів менше, ніж жінок. Чоловіки в нашій країні живуть у середньому на 14 років менше, ніж жінки. Самотність *матері-одиначки* наповнена «прикутістю» до дитини. І одночасно вона шукає в дитині остаточний зміст і подолання самотності. Їй хочеться створити з дитиною самодостатній світ. Але почуття самодостатності не виникає. Мати-одиначка завжди усвідомлено або несвідомо прагне знайти чоловіка. Знаходження чоловіка для матері-одиначки є зняття «ганьби без заміжжя». Тому її інтерес до чоловіків може бути забарвлений таємною ворожнечею до них [2]. Останнім часом однією із серйозних причин жіночої самотності стала *самотність без дітей*. У жінки з дітьми ймовірність вийти заміж в 3 рази менша, ніж у жінки, що їх не має. Очевидно, тому почастишали випадки відмови від дітей молодих незаміжніх пароділей. *Охолодження відносин у шлюбі* ще одна із проблем. Відомо, що неблагополучний шлюб практично завжди пов'язаний з відсутністю взаєморозуміння між подружжям, виникає нав'язана, не бажана самотність чоловіка й жінки. Цікаву думку про проблему жіночої самотності висловив Н.В. Хамітов: «...ще одна розповсюджена причина самотності жінок:

сексуальна слабкість чоловіків» [5]. Не можна применшувати значення інтимного життя в шлюбі. Особливо в перший період спільного життя чоловіка й жінки. Пізніше центр ваги може переміститися на інші сфери взаємин – дружбу, вірність, довіру, спільність поглядів тощо. Серед інших причин самотності жінок, автор виділяє пияцтво як чоловіче, так і жіноче. *Пияцтво й алкоголізм* одного або обох робить нещасною всю сім'ю й веде до неминучого розриву відносин. *Самотність закоханих людей, які мають різний культурний рівень та різні ціннісні спрямованості.* Їхнє первісне спілкування, яке наповнене ілюзіями, приховує це розходження, але згодом, коли прилив почуттів відступає, оголюється різниця у колі друзів, смаків, поглядів, переконань й оцінок [5]. Ще одна з причин жіночої самотності – *результат набутого досвіду в батьківській сім'ї*, у якій під впливом статеворольових стереотипів вибудовуються передумови неадекватної самосвідомості, негативної самооцінки, невміння усвідомлювати власні бажання й можливості як жінки [2, 3, 4, 5]. Н.П. Романова виділяє три типи жіночої самотності: «самотність на комплексах», «самотність на ідеалах», «самотність на амбіціях» [3]. *Самотність на комплексах.* Цей тип пов'язаний із певним психологічним бар'єром, що багато жінок так і не можуть перебороти протягом всього життя. Він стоїть майже за кожною проблемою на роботі, у спілкуванні, любові й близькості, що виникає в жінки. Цей бар'єр називається неадекватна самооцінка. Маючи неадекватну самооцінку, самотні жінки або нехтують тим, як їх сприймають й оцінюють навколишні, або неодмінно намагаються їм сподобатися. *Самотність на ідеалах.* У сучасному суспільстві прийнято розрізняти два основних стереотипи в коханні і багато жінок приймають їх як абсолютну істину. Перший – полягає в тому, що десь існує бездоганна «друга половина», ідеал, що чекає зустрічі з вами. Другий – полягає в тому, що породжену в уяві жінки любов цілком можливо знайти в реальному житті. Живильним середовищем омани є всілякі романтичні історії, що поставляються засобами масової інформації, кіно і телесеріалами. *Самотність на амбіціях.* Основний постулат, що визначає цей тип жіночої самотності, – абсолютний пріоритет творчої самореалізації в роботі перед всіма іншими соціально значимими функціями жінки в сучасному світі. Н.П. Романова умовно називає такий тип жінок «заручниця кар'єри», щоб зрозуміліші стали джерела й причини цієї самотності [3]. Таким чином самотність як психічне явище може бути присутнім у всіх сферах поведінки і життєдіяльності людини, це явище є результатом когнітивних процесів; реальні відносини людини порівнюються з бажаними ідеальними відносинами; усвідомлення невідповідності між ними викликає самотність.

### **Література**

1. Краткий психологический словарь: научное издание / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд., расш., испр. и доп. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1998. – 512 с.
2. Помазова О.В. Самотність як психологічний феномен / О.В. Помазова // Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка» – 2013. – Вип. 23. – С. 207–214.
3. Романова Н.П. Социальный статус одиноких женщин в современном российском обществе: теоретико - методологический анализ: автореф. дис. ... д. соц. наук / Н.П. Романова. – Улан-Удэ – 2006. – 40 с.
4. Сіляєва В.І. Жіноча самотність як психологічна проблема / В.І. Сіляєва // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – №4. – С 33-35.
5. Хамитов Н. В. Одиночество женское и мужское / Н.В. Хамитов. – Киев: Научная мысль, 1995. – 318 с.
6. Харламенкова Н.Е., Бабанова И.В. Стратегии самоутверждения и ценностные предпочтения одинокого человека. / Н.Е. Харламенкова, И.В. Бабанова // Психологический журнал. – 1999. – Т. 20. – №2. – С 21-28.