

представляется необходимым, но далеко не единственным условием формирования здоровья психологического. Теоретически аргументируется необходимость постоянного психолого-педагогического сопровождения процесса развития психологического здоровья современной студенческой молодежи, что способствует практическому обеспечению эффективной психокоррекционной и психопрофилактической работы с различными возрастными группами.

Ключевые слова: психическое здоровье, психологическое здоровье, личность, уровни, критерии психического и психологического здоровья, зрелая личность, самоактуализация, целостная личность.

Mozgova G. P., Uvarkina K. M. Psychological health: a variety of approaches. In the article the theoretical basis of study on the mental and psychological health of individuals based on the analysis of psychological literature by various scientific approaches to understanding the meaning of mental and psychological health of the individual: 1) Normal centric approach (health is being studied as an optimal level of functioning of the body and the mind); 2) phenomenological approach (health problems are treated as variations in an individual way of life in the context of the subjective picture of the world 3) a holistic approach (holistic view of the problem is provided as a synthesis of the fundamental contradictions or polarities intrapsychic); 4) cross-cultural approach (health presented as a sociocultural variable); 5) discursive approach (idea of health as a specific product of discourse); 6) axiological approach (health as one of the basic value orientations, a universal human value); 7) integrative approach (attempt to integrate into a single conceptual framework study at various levels of the health of human being). The results of theoretical analysis suggest the existence of certain relationships contents described concepts. But given the inadmissibility of substitution of one concept to others, which takes place in modern psychological literature. Proved that mental health seems necessary but not the only condition for the formation of psychological health. In theory, it argued the need for constant psychological and pedagogical support of psychological health development process, today's college students, which contributes to ensuring the practical and effective psycho psychoprophylactic work with different age groups.

Keywords: mental health, mental health, personality, levels of criteria for mental and psychological health, mature personality, self-actualization, integrated personality.

Відомості про авторів:

Мозгова Галина Петрівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психосоматики та психологічної реабілітації Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова;

Уваркіна Кира Миколаївна – аспірантка Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова.

Статтю подано до друку 25.04.2016.

УДК 159.942.5

© І. І. Сергієнко, Т. В. Кубриченко, 2016

І. І. Сергієнко, Т. В. Кубриченко (м. Дніпропетровськ)

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ ОСОБАМИ ЗРІЛОГО ВІКУ

Сергієнко І. І., Кубриченко Т. В. Особливості переживання самотності особами зрілого віку. У статті представлено результати теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження вікових і статевих особливостей переживання самотності особами зрілого віку.

Представлено визначення змісту поняття самотності, види, типи, стани самотності, рівні та причини виникнення.

У результаті емпіричного дослідження показано, що самотні жінки другого періоду зрілості більш глибоко переживають самотність, ніж молоді самотні жінки.

Відзначено, що самотні чоловіки віком 35-60 років характеризуються вищими показниками неглибокого переживання актуальної самотності, ніж самотні чоловіки першого періоду зрілості. Самотні жінки другого періоду зрілості мають вищі показники глибокого переживання актуальної самотності, надмірно глибокого переживання самотності порівняно із самотніми чоловіками такого віку. У самотніх жінок другого періоду зрілості вище показники за відчужуючим видом самотності, ніж у самотніх жінок першого періоду зрілості, водночас самотні чоловіки 35-60 років переважають молодших за віком чоловіків першого періоду зрілості за дисоційованою самотністю. Показано, що у самотніх жінок другого періоду зрілості значно вищими є показники дифузної і відчужуючої самотності, ніж у групі самотніх чоловіків цього віку.

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

Ключові слова: самотність, емоційна самотність, соціальна самотність, суб'єктивна самотність, екзистенційна самотність, зрілий вік, ізольованість, усамітнення.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими і практичними завданнями. Сучасний суспільний простір відзначається тенденцією до певного зростання кількості самотніх осіб, а переживання самотності все частіше визнається дослідниками невід'ємною складовою життя людини і соціально значущою проблемою. На тлі зростання наукового інтересу до проблеми самотності, здійснення нових спроб розробки моделей, концепцій самотності, що переважно пов'язані з клінічною практикою чи витікають з уже існуючих теорій, авторами відзначається важливість комплексного вивчення цього феномену. Дослідниками визнається особлива гострота переживання самотності в кризові періоди життя зрілої людини. З огляду на зазначене нагальним уявляється вивчення статевих і вікових особливостей переживання самотності особистістю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми. Феномен самотності наразі є об'єктом досліджень багатьох наукових дисциплін, а сам термін дослідники називають одним із досить популярних у вітчизняній і зарубіжній психологічній, соціально-політичній, філософській літературі. Звертає на себе увагу численна кількість представлених авторами визначень змісту поняття самотності. При цьому більшість науковців розглядають самотність як соціальну норму життя, принцип людських взаємин, поведінки та якості особистості, визначаючи самотність як нездоланне постійне відчуття самотності (Г. Зілбург), фізичну ізоляцію людини (С. Вело); як відмову від моменту сьогодення, від його можливостей і вимог (К. Голдберг); як тип взаємовідносин людей, які діють разом, але таким способом, який виключає їх людське, етнічне начало, їх сутність (С. Л. Рубінштейн); як відображення характерних рис особистості (нарцисизму, егоцентризму, ворожості) (С. Г. Корчагіна); як екстремальний стан (Е. Фромм, Б. Рейхман); як продукт комбінованого (інтерактивного) впливу фактору особистості і фактору ситуації (Е. Вейс); як фактор невідповідності між двома чинниками – бажаним і досягнутим рівнем власних соціальних контактів (Е. Попелу); як відсутність потреби в міжособистісних стосунках (А. Маслоу); необхідну умову для визначення можливостей свого «Я» (В. А. Андрусенко); важке емоційне переживання, пов'язане з руйнуванням глибинних очікувань особистості (В. І. Сіляєва); переживання стану відчуженості людини від суспільства (І. В. Бабанов, Н. Є. Харламенкова); а також – як суб'єктивну ізоляцію переживання на тлі об'єктивної включеності особистості в

міжособистісні стосунки (Н. В. Хамітов); та результат розвитку та протікання суспільних процесів (О. В. Данчева, Ю. М. Швалб).

Деякі автори звертають увагу на те, що самотність є обов'язковим і не завжди усвідомленим симптомом неврозу [1; 4], та навіть трактують її як психічний розлад, що спричиняється незавершеністю однієї з найважливіших стадій розвитку раннього дитинства (М. Малер), й наголошують на тому, що самотність є проявом слабкої пристосованості особистості (К. Роджерс); системою захисних механізмів, що віддаляє людину від рішення істотних життєвих питань (К. Мустакас). Узагальнено тлумачить зміст цього поняття Ю. В. Железнякова, відзначаючи, що самотність – це складний і багатогранний стан або ж відчуття людини, яка знаходиться в умовах реальної або уявної комунікативної депривації [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 і глибоко в літературі представлені й інші типи самотності. До основних відносять такі: 1) емоційна самотність; 2) соціальна самотність; 3) самотність як відсутність типу відносин, що побудований на взаємності і включає переживання іншого; 4) самотність, побудована на двох видах любові – побутовій і дефіцитарній; 5) екзистенційна самотність; 6) самотність як локалізація людини від соціального оточення, що визначається в більшій мірі зовнішньою ситуацією, аніж внутрішнім переживанням; 7) суб'єктивна самотність (К. Мустакас, Р. Вейс). Крім того, схарактеризовано й інші типи самотності: ситуативну і хронічну (М. О. Кандиба). Також названо види самотності з огляду на стан, в якому знаходиться людина: 1) стан відчужуючої самотності – домінування в особистості тенденції до відособлення; 2) стан самовідчужуючої самотності; 3) усамітнення; 4) просторово-часова самотність; 5) самотність з позиції глибини переживання можливої або актуальної ізоляції від суспільства; 6) дифузна самотність; 7) відчужуюча самотність; 8) позитивна самотність (С. Г. Корчагіна).

Залежно від інтернальної чи екстернальної направленості особистості називають чотири види самотності: інтернальна негативна самотність, екстремальна негативна самотність, інтернальна позитивна та екстернальна позитивна самотність (О. В. Неумоева). Діагностування видів самотності як суб'єктивного переживання пропонують проводити за такими критеріями: суб'єктивна оцінка сили прояву самотності, ступінь визнання самотності (рівень і характер психологічного захисту) і емоційне забарвлення (характер емоційного забарвлення) самотності [2; 6; 7]. Також підставами для типології самотності є особливості сприйняття самотності і свого ставлення до себе (негативне і позитивне) та причини самотності (зовнішні фактори та обставини, особистий вибір) (О. В. Неумоева).

З огляду на описані в літературі можливі моделі самотності (самотність як байдужість; як неможливість взаєморозуміння; як суб'єктивність переживання), важливим уявляється зауваження про те, що самотність виступає як ресурс для аутокомунікації і особистісного росту, водночас ключовими у переживанні самотності особистості вважають ізоляцію (відсутність близьких контактів), відчуження (відсутність значущих контактів з оточуючими), дисфорію самотності (негативні почуття, пов'язані з відчуттям самотності), потребу в компанії (нагальна потреба в спілкуванні), радість усамітнення (прийняття людиною самотності та усамітнення), ресурс усамітнення (продуктивні аспекти усамітнення) (Д. О. Леонтьєв).

Зважаючи на глибину переживання стану самотності (С. Г. Корчагіна), визначено варіанти відсутності переживання стану самотності, неглибокого переживання можливої самотності, глибокого переживання актуального стану самотності та надмірно глибокого переживання самотності, занурення в цей стан [4; 5]. Названо рівні самотності як суб'єктивного переживання: негативна самотність (низький рівень); комфортна самотність (середній рівень);

деструктивна самотність (високий рівень) [4]. Самотність розглядають у трьох вимірах (відчуття, процес, ставлення) [1].

Описано причини самотності: послаблення зв'язків у первинній групі, збільшення сімейної і соціальної мобільності, відособлення від свого дійсного «Я», своїх почуттів і своїх очікувань, усвідомлення індивідом невідповідності між бажаним і досягнутим рівнями наявних соціальних контактів, особисті обставини (зміна місця проживання і т.д.), зосередженість на своєму внутрішньому світі, сором'язливість, низька самооцінка (К. Боумен, Р. Вейс, Е. Пепло, Д. Рісмен, Ф. Слейтер).

У зрілому віці найбільш поширеними причинами самотності називають розлучення, втрату дружини або ж чоловіка, розрив значущих особистісних стосунків, що призводять до емоційно-психологічної ізоляції від суспільства [4]. Наголошено, що переживання самотності у зрілому віці пов'язане з патернами поведінки зрілої особи і особливостями її особистісного стану. З огляду на таке положення виокремлено як деструктивний (неприйняття свого стану), так і конструктивний (позитивне відношення до життя, до себе тощо) характер переживання самотності (С. Г. Корчагіна, Д. О. Леонтьєв). За зауваженням авторів, образ самотньої особи зрілого віку визначається в патернах закритості, пасивності та слабкості, що забезпечує вибір стратегії поведінки щодо трансформації негативного переживання в позитивне або ж наступне його подолання [3; 6].

Встановлено, що якщо самотність жінок зрілого віку пов'язана з тугою по конкретній людині, відсутністю коханої людини, то самотність чоловіків – з відчуттям власної непотрібності, хоча для них стан самотності є можливістю поміркувати над собою, своїм життям, стосунками з іншими людьми (С. Г. Корчагіна). Виявлено, що жінки і чоловіки зрілого віку відчувають різну палітру почуттів, адже жінкам у стані самотності властива вразливість, відчуття власної непривабливості, почуття незахищеності, а самотні чоловіки переживають смуток, перебувають у стані депресії, більш нетерпимі до себе, гостріше переживають безпорадність і співчуття собі (М. О. Кандиба).

Отже, авторами вивчено структуру і сутність самотності, типи і рівні, причини її виникнення. Проте, незважаючи на популярність досліджень самотності в різних науках, вікові і статеві особливості переживання самотності особами зрілого віку потребують подальшого комплексного вивчення, що й обумовило наш науковий інтерес.

Метою статті стало емпіричне дослідження психологічних особливостей переживання самотності особистістю зрілого віку. Ми припустили, що існують відмінності за глибиною переживання самотності і за видами самотності між особами першого і другого періоду зрілості у межах кожної статевої групи, а також – статеві відмінності між представниками одного й того ж періоду зрілості (першого чи другого).

Виклад основного матеріалу дослідження. Спираючись на положення про те, що зрілий вік відповідно до сучасної вікової періодизації В. Квіна охоплює період 20-60 років та включає перший і другий періоди зрілості, до емпіричного дослідження загалом було залучено 120 осіб, серед яких 60 осіб жіночої статі (30 самотніх жінок віком 20-23 роки і 30 самотніх жінок віком 35-45 років) та 60 осіб чоловічої статі (30 самотніх чоловіків віком 23-25 років і 30 самотніх чоловіків віком 35-55 років), які наразі не мають ні чоловіка, ні дитини й живуть окремо від батьків. Для перевірки висунутих гіпотез було використано діагностичний опитувальник виявлення глибини переживання самотності (С. Г. Корчагіна) та діагностичний опитувальник для виявлення виду самотності (С. Г. Корчагіна).

Дослідження дозволило виявити статистично значущі відмінності за показниками глибини переживання самотності між групами самотніх жінок (табл. 1).

Як видно з табл. 1, за більшістю показників глибини переживання самотності – неглибоке переживання можливої самотності, глибоке переживання актуальної самотності, надмірно

глибоке переживання самотності – переважає група самотніх жінок віком 35-55 років. Виключення становить показник відсутності переживання самотності, за яким не встановлено статистично значущих розбіжностей. Напевне, самотні жінки другого періоду зрілості на відміну від самотніх жінок 20-35 років, більш гостро відчувають внутрішню напругу через усвідомлення власної неспроможності створити родини, втрату життєвих орієнтирів, розуміння дефіциту часу для створення сім'ї, що супроводжується глибоким переживанням можливої або ж актуальної самотності.

Таблиця 1

Усереднені показники глибини переживання самотності самотніми жінками віком 20-35 років та самотніми жінками віком 35-55 років за діагностичним опитувальником С. Г. Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні жінки віком 20-35 років	самотні жінки віком 35-55 років	
відсутність переживання самотності	13,8	14,6	1,24
неглибоке переживання можливої самотності	19,5	28,7	2,58*
глибоке переживання актуальної самотності	31,8	39,5	2,44*
надмірно глибоке переживання самотності	41,3	52,7	2,72*

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

Зауважимо, що при з'ясуванні вікових відмінностей у глибині переживання самотності в чоловічій вибірці було знайдено відмінності лише за показником неглибокого переживання можливої самотності (табл. 2).

Таблиця 2

Усереднені показники глибини переживання самотності самотніми чоловіками віком 21-35 років та самотніми чоловіками віком 35-60 років за діагностичним опитувальником С. Г. Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні чоловіки віком 21-35 років (неодружені)	самотні чоловіки віком 35-60 років (неодружені)	
відсутність переживання самотності	13,5	14,7	1,24
неглибоке переживання можливої самотності	21,1	29,4	2,69*
глибоке переживання актуальної самотності	31,2	32,5	1,14
надмірно глибоке переживання самотності	41,5	43,7	1,26

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

Отже, у групі самотніх чоловіків віком 35-60 років значно вищими є показники неглибокого переживання самотності, ніж у чоловіків першого періоду зрілості.

Крім того було перевірено можливу наявність статевих відмінностей переживання глибини самотності між групами самотніх жінок та самотніх чоловіків першого періоду зрілості (табл. 3).

Таблиця 3

Усереднені показники глибини переживання самотності самотніми жінками та самотніми чоловіками першого періоду зрілості за діагностичним опитувальником С. Г. Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні жінки	самотні чоловіки	
відсутність переживання самотності	13,8	13,5	1,17
неглибоке переживання можливої самотності	19,5	21,1	1,15
глибоке переживання актуальної самотності	31,8	31,2	1,32
надмірно глибоке переживання самотності	41,3	41,5	1,37

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

Як видно з табл. 3, нами не знайдено статевих відмінностей за глибиною переживання самотності особами першого періоду зрілого віку.

Водночас було виявлено відмінності переживання глибини самотності між групами самотніх жінок та самотніх чоловіків другого періоду зрілості (табл. 4).

Таблиця 4

Усереднені показники глибини переживання самотності самотніми жінками і самотніми чоловіками другого періоду зрілості за діагностичним опитувальником С.Г.Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні жінки	самотні чоловіки	
відсутність переживання самотності	14,6	14,7	1,21
неглибоке переживання можливої самотності	28,7	29,4	1,13
глибоке переживання актуальної самотності	39,5	32,5	2,22*
надмірно глибоке переживання самотності	52,7	43,7	2,38*

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

Як бачимо, самотні жінки другого періоду зрілості мають вищі показники глибокого переживання актуальної самотності, надмірно глибокого переживання самотності порівняно із

самотніми чоловіками цього віку, проте значущих відмінностей за показниками відсутності переживання самотності і неглибокого переживання можливої самотності не виявлено. Тобто, самотні жінки на відміну від самотніх чоловіків другого періоду зрілості характеризуються в цілому більш глибоким переживанням самотності, деформації або розриву різноманітних відносин, що супроводжується демонстрацією патернів закритості, пасивності та слабкості поведінки, домінуванням тенденції до відособлення, що й поглиблює переживання жінкою самотності.

Дослідження дозволило виявити статистично значущі вікові відмінності за показником відчужуючого виду самотності між групами самотніх жінок віком 20-35 років та віком 35-55 років (табл. 5).

Таблиця 5

Усереднені показники виду самотності самотніх жінок віком 20-35 років та самотніх жінок віком 35-55 років за діагностичним опитувальником С. Г. Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні жінки віком 20-35 років	самотні жінки віком 35-55 років	
дифузна самотність	9,3	10,4	1,64
відчужуюча самотність	10,5	18,5	2,58*
дисоційована самотність	13,5	14,1	1,25

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

Отже, чим старшою є самотня жінка, тим вище показники відчужуючої самотності, що супроводжується тривожністю, низьким рівнем емпатії, вираженою тенденцією неспроможності до співпраці та залежністю у встановленні міжособистісних контактів. Статистично значущих відмінностей за показниками дифузної та дисоційованої самотності не виявлено.

У результаті дослідження було перевірено значущість вікових відмінностей за показниками виду самотності між групами самотніх чоловіків віком 21-35 років та віком 35-60 років (табл. 6).

Таблиця 6

Усереднені показники виду самотності самотніх чоловіків віком 21-35 років та самотніх чоловіків віком 35-60 років за діагностичним опитувальником С. Г. Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні чоловіки віком 21-35 років	самотні чоловіки віком 35-60 років	
дифузна самотність	9,4	8,4	1,54
відчужуюча самотність	10,3	9,8	1,18
дисоційована самотність	13,6	17,3	2,75*

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

Як видно з табл. 6, існують значущі відмінності за показниками дисоційованої самотності, при цьому у групі самотніх чоловіків другого періоду зрілості значно вищими виявилися показники дисоційованої самотності. Напевне, з віком самотні чоловіки більш гостро починають переживати різку зміну в стосунках з іншими людьми і у ставленні до самого себе, процеси ідентифікації та уособлення. Проте статистично значущих відмінностей за показниками дифузної та відчужуючої самотності не виявлено.

Зазначимо також, що при перевірці статистичної значимості статевих відмінностей за видами самотності між групами самотніх жінок та самотніх чоловіків першого періоду зрілості з'ясувалося, що такі відмінності відсутні (табл. 7).

Таблиця 7

Усереднені показники видів самотності самотніх жінок і самотніх чоловіків ершого періоду зрілості за діагностичним опитувальником С. Г. Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні жінки віком 20-35 років	самотні чоловіки віком 21-35 років	
дифузна самотність	9,3	9,4	1,07
відчужуюча самотність	10,5	10,3	1,25
дисоційована самотність	13,5	13,6	1,12

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

Разом з тим, було знайдено статеві відмінності за показниками видів самотності між групами самотніх жінок та самотніх чоловіків віком другого періоду зрілості (табл. 8).

Таблиця 8

Усереднені показники видів самотності самотніх жінок і самотніх чоловіків другого періоду зрілості за діагностичним опитувальником С. Г. Корчагіної та значення t-критерію Стьюдента

Показники	Середні показники досліджуваних		Показники t-критерію Стьюдента
	самотні жінки	самотні чоловіки	
дифузна самотність	10,4	8,4	2,27*
відчужуюча самотність	18,5	9,8	3,45*
дисоційована самотність	14,1	17,3	1,12

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

З'ясувалося, що у самотніх жінок другого періоду зрілості значно вищими є показники дифузної і відчужуючої самотності, ніж у групі самотніх чоловіків цього віку. Напевне, на тлі значущості для жінок міжособистісних взаємин та під впливом гендерних стереотипів відсутність чоловіка, дітей, близьких емоційних стосунків насамперед у жінок можуть викликати стійкий характер переживання самотності, роздратування, тривожність, збуджуваність та підозрілість у встановленні міжособистісних контактів.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Проведене дослідження дозволяє сформулювати такі висновки:

1) самотні жінки другого періоду зрілості більш глибоко переживають самотність, ніж молоді самотні жінки;

2) самотні чоловіки віком 35-60 років характеризуються вищими показниками неглибокого переживання актуальної самотності, ніж самотні чоловіки першого періоду зрілості;

3) статевих відмінностей за глибиною переживання самотності між особами першого періоду зрілого віку не знайдено; натомість самотні жінки другого періоду зрілості мають вищі показники глибокого переживання актуальної самотності, надмірно глибокого переживання самотності порівняно із самотніми чоловіками такого віку;

4) у самотніх жінок другого періоду зрілості вище показники за відчужуючим видом самотності, ніж у самотніх жінок першого періоду зрілості; водночас самотні чоловіки 35-60 років переважають молодших за віком чоловіків першого періоду зрілості за дисоційованою самотністю;

5) статевих відмінностей за видами самотності між групами самотніх жінок та самотніх чоловіків першого періоду зрілості не знайдено; при цьому у самотніх жінок другого періоду зрілості значно вищими є показники дифузної і відчужуючої самотності, ніж у групі самотніх чоловіків цього віку.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів поставленої проблеми. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаються нами у з'ясуванні статевих і вікових відмінностей переживання самотності та схильності до самотності з урахуванням особистісних характеристик осіб зрілого віку.

Література

1. *Варава Л. А.* Аналіз моделей почуття самотності як стану особистості / Л. А. Варава // Актуальні проблеми психології. Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. акад. Максименка С. Д. – К. : 2005. – Т.7, вип. 5, ч. 1. – С. 59 – 64.
2. *Варава Л. А.* Самотність в структурі стилю життя особистості / Л. А. Варава // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер. : Педагогіка і психологія. – Зб. статей : Вип. 9. Ч. 2. – Ялта : 2006. – С. 202 – 212.
3. *Корчагина С. Г.* Психология одиночества: учебное пособие / С. Г. Корчагина. – М. : МПСИ, 2008. – 288 с.
4. *Кошелева Ю.П.* Одиночество: традиции и ракурсы изучения / Ю. П. Кошелева // Психология зрелости и старения. – 2001. – №4. – С. 29 – 69.
5. *Левченко Л. Ю.* Історичні форми самотності в контексті людського буття // Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного університету імені Григорія Сковороди. – Переяслав-Хмельницький, 2002. – Вип. 3. – С. 307 – 314.
6. *Леонтьев Д. А., Осин Е. Н., Салихова А. Ж.* Переживания одиночества: негативные и позитивные аспекты // Психология общения: Тренинг человечности: Тезисы международной практической конференции, посвященной 70-летию со дня рождения Л. А. Петровской / Под ред. О. В. Соловьевой. М. : Смысл, 2007. – С. 320 – 322.
7. *Слободчиков И. М.* Современные исследования переживания одиночества / И. М. Слободчиков // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 3. – С. 27 – 34.

Сергиенко И. И., Кубриченко Т. В. Особенности переживания одиночества лицами зрелого возраста. В статье представлены результаты теоретического обоснования и эмпирического исследования возрастных и половых особенностей переживания одиночества лицами зрелого возраста.

Представлено определения содержания одиночества, типы, виды, состояния одиночества, уровни и причины возникновения.

В результате эмпирического исследования показано, что одинокие женщины второго периода зрелости более глубоко переживают одиночество, чем молодые одинокие женщины. Отмечено, что одинокие мужчины в возрасте 35-60 лет характеризуются более высокими показателями неглубокого переживания актуального одиночества, чем одинокие мужчины первого периода зрелости. Одинокие женщины второго периода зрелости имеют высокие показатели глубокого переживания актуального одиночества, чрезмерно глубокого переживания одиночества по сравнению с одинокими мужчинами этого возраста. У одиноких женщин второго периода зрелости выше показатели по отчуждающему виду одиночества, чем у одиноких женщин первого периода зрелости, в то же время одинокие мужчины 35-60 лет превышают младших по возрасту мужчин первого периода зрелости за диссоциированным видом одиночества. Показано, что у одиноких женщин второго периода зрелости значительно выше показатели диффузного и отчуждающего одиночества, чем в группе одиноких мужчин 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, социальное одиночество, субъективное одиночество, экзистенциальное одиночество, зрелый возраст, изолированность, уединение.

Serhiienko I. I., Kubrichenko T. V. Features of experience of loneliness by the persons of mature age. The article dwells upon the results of theoretical grounds and empirical study of age and sex differences of loneliness by persons of mature age.

The determination of the content of loneliness, kinds, and types of loneliness, levels and causes are named.

As a result of empirical study it's been shown that single women of the second period of maturity of more deeply experiencing loneliness than young single women. It is noted that single men aged 35-60 years are characterized by higher shallow experience actual loneliness than single men of the first period of maturity. Single women the second period has high current deep feelings of loneliness, excessive deep feelings of loneliness compared to single men of this age. Among single women the second period of maturity of above indicators in mind alienating loneliness than single women of the first mature age, at the same time, single men 35-60 years exceed the younger men of the first period of maturity for disallowance kind of loneliness. It is shown that the single women of the second mature age in the significantly higher diffuse and alienating loneliness, than in the group of single men 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.

Keywords: loneliness, emotional loneliness, social loneliness, subjective loneliness, existential loneliness, middle age, isolation, solitude.

Відомості про авторів:

Сергієнко Інеса Ігорівна – аспірант, викладач кафедри соціальної психології і психології управління Дніпропетровського національного університету імені О. Гончара;

Кубриченко Тетяна Вікторівна – кандидат психологічних наук, в.о. зав. каф. соціальної психології і психології управління Дніпропетровського національного університету імені О. Гончара.

Статтю подано до друку 12.04.2016.

УДК 159.922. 1-055.2

© С. А. Безушко, 2016

С. А. Безушко (м. Дрогобич)

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ УЯВЛЕНЬ ПРО САМОРЕАЛІЗАЦІЮ СУЧАСНОЇ МОЛОДОЇ ЖІНКИ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ

Безушко С. А. Психологічний аналіз уявлень про самореалізацію сучасної молодої жінки: гендерний аспект. Дослідження присвячене аналізу уявлень про жіночу самореалізацію та її окремі складові. У статті здійснено теоретичний аналіз феномену гендерної ідентичності, самореалізації. Виокремлено існуючі в суспільстві гендерні стереотипи та їх роль у житті і вихованні. Значна увага приділяється аналізу жінок, які наважилася робити власну кар'єру. Дослідили особливості самореалізації сучасної молодої жінки. Розглянуто психологічні аспекти впливу гендерних стереотипів на самореалізацію сучасної жінки. Провели емпіричне дослідження, яке носило психодіагностичний характер. Виявлено переважаючий тип відносин у спілкуванні з іншими та тип гендерної ідентичності. Досліджено показники рівня задоволеності основних потреб у сучасних молодих жінок. Описано результати емпіричного дослідження. У статті зроблено висновки про уявлення самореалізації сучасної молодої жінки та пропозиції щодо перспектив дослідження.

Ключові слова: гендер, гендерні стереотипи, гендерна ідентичність, андрогіність, фемінність, маскуліність, самоактуалізація, самореалізація.

Постановка проблеми. Проблема самореалізації особистості має безліч аспектів дослідження як в теоретичному, так і практичному планах. Уявлення ж про жіночу самореалізацію в масовій свідомості опосередковані великою кількістю упереджень, основним з яких залишається вплив патріархальних стереотипів про жіночу природу і призначення. Це легко пояснити: стереотипи про неповноцінність, гріховність жінки формувалися і насаджувалися сторіччями, починаючи від Македонського собору (595 р.), на якому обговорювалося питання, чи є жінка людиною, і закінчуючи ідеологією "трьох К": "Kinder, Kuche, Kirche" (діти, кухня, церква) [8].

Тема самореалізації зачіпалася в роботах таких авторів як Р. Дроєдж, А. Маслоу, К. Роджерс, К. Хорні та ін., але все ж таки вони не приділяли достатньої уваги саме жіночій самореалізації, крім того, у процесі аналізу матеріалу з'ясувалося, що з цієї проблеми немає узагальнюючої роботи (а в Україні ця тема є практично не дослідженою), що ще раз підтверджує актуальність і визначає новизну дослідження.

Мета статі полягає в аналізі типових уявлень про жіночу самореалізацію взагалі і про її окремі складові

Виклад основного матеріалу та результати досліджень. Гендер – це соціально-біологічна характеристика, за допомогою якої люди дають визначення поняттям «чоловік» і «жінка». Через те, що статі є біологічною категорією, практичні психологи часто посилаються на біологічно обумовлені гендерні відмінності, як на «статеві відмінності». Статеві відмінності охоплюють дуже широке коло рис і відносин, серед яких визначено, скажімо, транскультурні чи