

## РОЗДІЛ 4 ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2021.2.8>

**Аршава Ірина Федорівна,**

доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри загальної психології та патопсихології  
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара  
ORCID ID: 0000-0003-1672-4479

**Монахович Дар'я Русланівна,**

магістр психології,  
асистент кафедри загальної психології та патопсихології  
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара

### ПСИХОЛОГІЧНА СПЕЦИФІКА САМОТНІХ МОЛОДИХ ОСІБ THE PSYCHOLOGICAL SPECIFICS OF YOUNG SINGLE PEOPLE

*У статті наводяться результати емпіричного дослідження психологічних особливостей самотніх молодих осіб. Самотність у роботі розглядається як певний соціальний статус, аналогом якого в англійській мові є слово "single". Метою роботи є з'ясування психологічних характеристик, притаманних більшою мірою свідомо або вимушено самотнім молодим особам. Під «свідомо самотніми» ми розуміємо осіб, що наразі не зацікавлені у романтичних стосунках, а «вимушено самотніми» – осіб, що мають наміри мати романтичні взаємини.*

*Надається теоретичний огляд стану розробки феномена самотності у психології. Зазначено підходи, на основі яких проводиться вивчення цієї проблеми, зокрема акцентовано увагу на еволюційному та феміністичному напрямі. Зазначено низку психологічних станів, що супроводжують романтичну самотність, та наслідків, до яких остання може призвести.*

*Встановлено, що за показниками «іпохондрія», «депресія», «істерія», «психопатія», «паранояльність», «психастенія», «шизоїдність», «негативне сприйняття минулого», «сприйняття фаталістичного теперішнього» та «ригідність емоцій» наявні статистично значущі розбіжності між свідомо та несвідомо самотніми особами. Вищезазначені ознаки більшою мірою характерні особам, що мають намір вступити у романтичні взаємини. Одночасно доведено, що свідомо самотні особи мають вищий рівень психологічного благополуччя, самоприйняття та самооцінки, позитивно оцінюють відносини з іншими, відкриті до нового досвіду та прагнуть до саморозвитку.*

*Доведено, що особи, які не впевнені в бажанні вступити у романтичні стосунки, частіше виявляють небажання зближуватися з іншими на емоційній основі, ніж особи, що не мають перешкود у встановлені емоційних контактів з іншими, або не вміють правильно виявляти емоції у спілкуванні. Перші характеризуються як більш інтровертовані, тривожні, синзетивні, соціально дезадаптовані, підозрілі, емоційно відсторонені від інших та ригідні порівняно з останніми.*

**Ключові слова:** самотність, добровільна самотність, вимушена самотність, романтичні стосунки, психологічні особливості, стигматизація, молоді люди.

*The article represents the results of an empirical study of the psychological characteristics of young single people. Singleness is viewed as a certain social status in it. The purpose of this work is to clarify the psychological characteristics that are representative of involuntary and voluntary singlehood of young people. The study views the "voluntary singleness" as a lack of willingness to take on a romantic partner, as long as "involuntary singleness" is a conscious desire to have one.*

*The theoretical overview represents the current stay of study of singleness phenomenon in psychology. It displays the basic theoretical approach, that is used for resolving of problem. In particular the article draws to evolutionary and feminist approach. A number of psychological states that accompany romantic loneliness and the consequences of it are mentioned.*

*It is established the scales "hypochondriasis", "depression", "hysteria", "psychopathic deviate", "paranoia", "psychasthenia", "schizophrenia", "negative perception of the past", "perception of the fatalistic present" and "rigidity of emotions" have statistically significant differences between involuntary and involuntary single people. These features are more characteristic of people who intend to have a romantic relationship. At the same time, it has been proven that voluntary single people have a higher level of psychological well-being, self-acceptance and self-esteem. They evaluate their relationships with others are more positively, open to new experiences and strive for development more, then involuntary single ones.*

*It has been proven that individuals who show a reluctance to get close to others on an emotional basis are more insecure the desire to enter into a romantic relationship than people who do not have obstacles in establishing emotional contact with others. The first group is characterized as more introverted, anxious, synthetic, socially maladapted, suspicious, emotionally detached and rigid.*

**Key words:** single, singlehood, singleness, romantic loneliness, voluntary singlehood, involuntary singlehood, romantic relationship, psychological characteristics, stigmatization, young adults.

**Вступ.** Проблема романтичних стосунків у психології почала активно досліджуватись у 70–80-ті ХХ століття, а теоретичні доробки почали з'являтися ще на початку минулого століття. Але суспільство змінюється, як і змінюються форми стосунків між людьми, погляди та переконання щодо них. І хоча як теоретичні, так і емпіричні результати досліджень ХХ століття залишаються актуальними, але наразі не враховують усіх особливостей сучасного соціуму. Наприклад, останніми роками у соціології поряд із традиційним шлюбом почали виокремлювати такі форми стосунків, як: самотність, одностатевий шлюб, свідомо бездітний шлюб та ін. [1]. Тобто самотність як феномен уже не розглядається як стан, що передує шлюбу або стосункам, а розглядається як окреме незалежне явище. Це пов'язано зі зростанням кількості самотніх людей та зміною поглядів щодо самотності у суспільстві. У зв'язку з вищезазначеним питання самотності досить активно почало розроблятися зарубіжними дослідниками у різних галузях науки останніх п'ять років.

Хоча історично в Україні досить високими є показники укладання шлюбів, але останні з кожним роком зменшуються, і все більше молодих людей вимушено або добровільно залишаються самотніми, що і зумовлює актуальність дослідження цього питання.

Натепер у межах психології можна виокремити два напрями поглядів щодо феномена самотності. Один з них – біологічний. На думку вчених, у межах цього підходу відсутність партнера – це стан, під час якого особа намагається збільшити так звану «собівартість» на шлюбному ринку [4; 7]. У цей час людина може зосередитися на досягненні професійного зростання та одержанні навичок залицяння, що у майбутньому сприятиме полегшенню знаходження та утримання привабливого партнера, а також дозволить збільшити перелік вимог до нього [7]. У межах еволюційного підходу зазначається, що самотність – природний стан для людини, а шлюб – це соціальний договір, який дозволяє двом сім'ям мати економічні та соціальні переваги. Останніми роками актуальність таких стосунків зникає, що спричиняє, своєю чергою, і відмову від останнього та повернення до «природних» короткотривалих стосунків [4].

Другий погляд щодо проблеми самотності – гуманістичний, який розглядає самотність як свідомий вибір людини [8–10]. Вчені, які поділяють гуманістично-феміністичний погляд, приділяють увагу питанню стигматизації та фрустрації стосовно носіїв такого статусу. Так, дослідниками

часто зазначається, що хоча вже не відбувається відкритого осуду самотніх людей, але соціальним стандартом у суспільстві все одно залишається наявність романтичного партнера [10]. Такий патерн сприяє виникненню у самотніх осіб низки різного роду психологічних змін. Наприклад, особа може вступати у стосунки лише заради зміни статусу, а романтичний партнер у таких взаєминах розглядається не як рівний суб'єкт стосунків, а як засіб задля здобуття нового соціального статусу [8; 10]. Одночасно з цим стигма самотності також призводить до зниження самооцінки самотніх осіб та пред'явлення певних вимог до майбутнього романтичного партнера [9].

Хоча питання самотності активно розробляється науковцями, але виникає прогалина щодо психологічної специфіки вимушено або добровільно самотніх молодих осіб. Отже, метою нашого емпіричного дослідження стало виявлення зв'язку психологічних особливостей самотніх молодих осіб з партнерськими взаєминами.

Для проведення емпіричного дослідження як психодіагностичні методи були вибрані такі як: авторський мікросоціологічний опитувальник; індивідуально-типологічний опитувальник Л.М. Собчик (1995); скорочений багатofакторний опитувальник дослідження особистості (СМОЛ) Джеймса Кінканнона (1968) в адаптації В.П. Зайцева (1981); методика «Шкала психологічного благополуччя» Керол Ріфф (версія Шевеленкової – Фесенко, 2005); методика «Способи стресдолаючої поведінки» Р. Лазаруса та С. Фолкман (1988) (в адаптації Т.Л. Крюкової, Є.В. Куфтяк та М.С. Замишляєвої, 2004); опитувальник часової перспективи (ЗТPI) Ф. Зімбардо (1997) в адаптації А. Сирцової, Е.Т. Соколової та О.В. Мітіної (2008); методика діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів В.В. Бойко (1996).

В емпіричному дослідженні взяли участь 57 осіб. Вибірку становили працівники ТОВ «Акцент» та студенти факультету економіки Дніпровського національного університету імені О. Гончара. Вік досліджуваних становить від 20 до 30 років.

Отримані результати були статистично оброблені у програмі SPSS Statistics 17 за допомогою U-критерія Манна-Уїтні з метою встановлення розбіжностей у вибірках, результати якого наведені у таблицях 1, 4 та 5.

**Результати дослідження.** На першому етапі дослідження вибірку було поділено за допомогою кластерного аналізу на основі критерію «бажання вступу у стосунки». Перший кластер включав респондентів, які не бажали вступати у стосунки

(N=23, жінок=15, чоловіків=8), другий – респондентів, які не були впевнені у бажанні вступити у відносини, та які скоріш хотіли б (N=30, жінок=19, чоловіків=11), третій кластер включав респондентів, які бажають вступити у стосунки (N=4, жінок=2, чоловіків=2). Для порівняння отриманих результатів за допомогою критерія U-Манна-Уїтні були вибрані перший та другий кластери.

Під час аналізу результатів статистично значущі відмінності було виявлено за показниками методики «Скорочений багатофакторний опитувальник для дослідження особистості» та «Шкала психологічного благополуччя», результати яких характеризували респондентів першої групи як більш психологічно благополучних осіб із високою самооцінкою та рівнем самоприйняття, відкритих до інших людей та нового досвіду, як осо-

бистостей, що мають більш чітку мету в житті та прагнуть до саморозвитку. На відміну від вимушено самотніх (2 кластер), свідомо самотні молоді особи виявляли більш низький рівень тривоги, були більш активними, скептичними, у складній ситуації віддавали перевагу аналізу та розробці системи дій задля її подолання, були постійними у своїх переконаннях та інтересах, мали більшу мисленнєву гнучкість, рішучість намірів та впевненість у своєму виборі.

Молоді особи, які прагнуть до стосунків, навпаки, характеризувалися незадовільними відносинами з іншими, низьким рівнем самооцінки та прийняття себе, вони меншою мірою відчували контроль над своїм життям та середовищем, не мали достатнього розуміння, чим планують займатися у житті та яку мету їм переслідувати. Для

Таблиця 1

**Таблиця розбіжностей за показником бажання вступати у відносини за методиками «Скорочений багатофакторний опитувальник для дослідження особистості», «Шкала психологічного благополуччя», «Способи стрес-долаючої поведінки», «Опитувальник часової перспективи», методика «діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів» В.В. Бойко**

Шкали за методиками		Середній ранг		Показник розбіжностей	Висновки
		1 група	2 група		
Скорочений багатофакторний опитувальник	Іпохондрія	22,80	30,22	0,079	p>0.05
	Депресія	18,67	33,38	0,001	p<0,01
	Істерія	20,83	31,73	0,010	p>0,01
	Психопатія	20,65	31,87	0,008	p<0,01
	Паранояльність	21,15	31,48	0,015	p>0,01
	Психастенія	20,72	31,82	0,009	p<0,01
	Шизоїдність	20,74	31,80	0,009	p<0,01
«Шкала психологічного благополуччя»	Психологічне благополуччя	36,11	20,02	0,000	p<0,01
	Позитивні відносини з іншими	32,87	22,50	0,015	p>0,01
	Управління середовищем	34,87	20,97	0,001	p<0,01
	Особистісний зріст	33,93	21,68	0,004	p<0,01
	Цілі в житті	32,61	22,70	0,020	p>0,01
	Самоприйняття	34,65	21,13	0,002	p<0,01
	Баланс афекту	18,04	33,87	0,000	p<0,01
	Осмиленість життя	34,07	21,58	0,004	p<0,01
Людина як відкрита система	34,70	21,10	0,001	p<0,01	
Планування розв'язання проблеми (копінг-стратегії)		32,52	22,77	0,022	p>0,01
Опитувальник часової перспективи	Фактор сприйняття негативного минулого	22,74	30,27	,078	p>0.05
	Фактор сприйняття фаталістичного теперішнього	22,96	30,10	,094	p>0.05
Методика Бойко	Неадекватний прояв емоції	31,13	23,83	,080	p>0.05
	Ригідність емоції	22,39	30,53	,051	p>0,01

останніх більш характерними були занепокоєність, тривожність, сенситивність, сором'язливість, труднощі у адаптації, лабільність інтересів та установок, ворожість, підозрілість, низький поріг фрустрації, психологічна напруженість та емоційна холодність у ставленні до інших людей. Усі ці показники детермінують один одного та призводять або до погіршення, або до поліпшення рівня психологічного благополуччя особи. На цьому етапі можна припустити, що вимушено самотні особи шукають у стосунках спосіб знаходження себе та засіб подолання психологічного напруження, тоді як свідомо самотні люди відчують себе самодостатніми. Тобто вступ у стосунки представниками першої групи розглядається як можливість підняти самооцінку та знайти психологічну підтримку.

На наступному етапі дослідження було проведено кластерний аналіз результатів вибірки на основі даних, отриманих за методикою діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів В.В. Бойко. Усього було виокремлено три кластери. Згідно з даними, наведеними у таблиці 2, перший кластер характеризується низьким сумарним балом за методикою В.В. Бойко (N=23; жінок=11; чоловіків=12); другий – високим показником за шкалою «небажання зближуватися з людьми на емоційній основі» (N=11; жінок=8; чоловіків=3); третій – високими показниками за шкалами

«невміння керувати емоціями» та «неадекватний прояв емоції» (N=23; жінок=17; чоловіків=6).

За даними, представленими в таблиці 3, середній показник бажання вступу у відносини серед респондентів першого та третього кластерів не відрізнявся, тоді як у другому він був більш високим. У другій групі домінували респонденти, які були не впевнені щодо бажання вступати у відносини, тоді як особи з першого та третього кластерів мали приблизно однакову кількість досліджуваних за категоріями бажання вступу у стосунки.

Під час аналізу результатів, що були отримані в результаті дослідження за показниками вибраних нами методик, представники першого та третього кластерів були досить наближені один до одного, тоді як результати представників другого кластеру суттєво відрізнялись від них. Надалі за допомогою критерія U-Манна-Уїтні було порівняно перші два кластери. У таблицях 4 та 5 наведені статистично значущі розбіжності між результатами у цих групах.

Згідно з отриманими результатами, статистично значущі розбіжності між групою респондентів без виражених емоційних «перешкод» у встановленні стосунків та досліджених, які уникають емоційних відносин, встановлені за шкалами всіх застосованих психологічних методик.

Так, за методикою «Індивідуально-типологічний опитувальник» для другого кластеру більшою

Таблиця 2

**Середні бали за показниками методики «Діагностики «перешкод» у встановленні контактів» В.В. Бойко в групах досліджуваних**

Шкала	1 кластер (N=23)	2 кластер (N=11)	3 кластер (N=23)
Невміння керувати емоціями	1,17	2,91	2,91
Неадекватний прояв емоції	1,83	2,36	2,96
Ригідність емоції	1,57	3,82	1,78
Домінування негативних емоцій	1,04	3,73	1,87
Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	1,61	3,73	2,13
Загальна оцінка	7,22	16,55	11,65

Таблиця 3

**Розподіл респондентів у трьох кластерах, які виокремилися на 2 етапі роботи, за бажанням вступати у стосунки**

Шкала	1 кластер (N=23)	2 кластер (N=11)	3 кластер (N=23)
Не хотіли б	6	1	6
Імовірно не хотіли б	3	2	5
Невпевнені	6	5	3
Імовірно хотіли б	7	2	7
Хотіли б	1	1	2
Середній показник бажання вступити у відносини	1,74	2,00	1,74

мірою характерні інтроверсія, сенситивність, тривожність, лабільність, конформність та залежність.

Статистично значущі відмінності за методикою «Скорочений багатофакторний опитувальник для дослідження особистості» було виявлено за шкалами «іпохондрія», «депресія», «істерія», «психопатія», «паранояльність», «психастенія», «шизоїдність» та «гіпоманія», які були притаманні більшою мірою представникам другої вибірки.

За всіма шкалами методики «Шкала психологічного благополуччя», окрім шкал «особистісний зріст», «цілі у житті» та «осмисленість життя», представники першої вибірки мали значущо вищі бали, ніж другої.

Для представників другого кластеру також більшою мірою характерне негативне сприйняття минулого, орієнтація на теперішнє, при цьому респонденти не відчувають змоги впливати на останнє; для розв'язання проблеми вони користуються частіше, ніж респонденти першої вибірки, копінг-стратегіями «втеча» та «прийняття відповідальності».

Окремо хочемо зазначити показники, за якими було досягнуто максимальних значень у розбіжностях, а саме «тривожність», «компромісність», «паранояльність», «психастенія», «шизоїдність», «психологічне благополуччя», «баланс афекту», копінг-стратегії «втеча-уникнення» та «негативне сприйняття минулого». Як зазначалося раніше, ці риси є характерними для представників другої вибірки та характеризують її респондентів як

більш соціально дезадаптованих та психологічно пригнічених.

Отримані результати можна інтерпретувати, спираючись на теоретичні погляди соціальної психології, згідно з положеннями якої спілкування розглядається як один із основних видів діяльності людини. Психологічний стан та психологічні особливості особи детермінують успішність та задоволеність якістю спілкування, і навпаки, успіх у сфері відносин впливає на суб'єктивне відчуття благополуччя та особистісні риси. Від цього і з'являється невпевненість у необхідності романтичних стосунків за наявних проблем у сфері спілкування. Так, можна припустити, що досліджені, які не впевнені щодо свого бажання вступу у стосунки, більшою мірою, ніж інші, пригнічені у психологічному плані та переживають низку негативних психологічних станів, тоді як добровільно самотні респонденти з нашої вибірки, навпаки, є найбільшою мірою психологічно стабільними та найменшою мірою виявляють негативні риси.

Під час аналізу результатів проведеного емпіричного дослідження було встановлено, що особи, які свідомо вибирають бути самотніми, виявляють більш високий рівень задоволеності життям, самоприйняття та автономності, більш значний рівень прагнення до самоактуалізації та лідерства, більш позитивно оцінюють стосунки з іншими, ніж вимушено самотні особи

Таблиця 4

**Показники розбіжностей між двома групами респондентів, які було виокремлено на основі кластерного аналізу результатів методики «Діагностика «перешкод» у встановленні емоційних контактів» В.В. Бойко**

Шкали за методиками		Середній ранг		Показник розбіжностей	Висновки
		1 група	2 група		
«Індивідуально-типологічний опитувальник»	Інтроверсія	14,74	23,27	0,017	<b>p&gt;0,01</b>
	Сенситивність	14,65	23,45	0,014	<b>p&gt;0,01</b>
	Тривожність	13,39	26,09	0,000	<b>p&lt;0,01</b>
	Лабільність	14,48	23,82	0,008	<b>p&lt;0,01</b>
	Конформність	13,70	25,45	0,001	<b>p&lt;0,01</b>
	Компромісність	13,13	26,64	0,000	<b>p&lt;0,01</b>
	Залежність	14,13	24,55	0,004	<b>p&lt;0,01</b>
Скорочений багатофакторний опитувальник для дослідження особистості	Іпохондрія	14,26	24,27	0,006	<b>p&lt;0,01</b>
	Депресія	13,00	26,91	0,000	<b>p&lt;0,01</b>
	Істерія	14,07	24,68	0,003	<b>p&lt;0,01</b>
	Психопатія	15,20	22,32	0,049	<b>p&gt;0,01</b>
	Паранояльність	12,52	27,91	0,000	<b>p&lt;0,01</b>
	Психастенія	12,52	27,91	0,000	<b>p&lt;0,01</b>
	Шизоїдність	12,70	27,55	0,000	<b>p&lt;0,01</b>
Гіпоманія	13,78	25,27	0,001	<b>p&lt;0,01</b>	

**Показники розбіжностей між двома групами респондентів, які було виокремлено на основі кластерного аналізу результатів методики «Діагностика «перешкод» у встановленні емоційних контактів» В.В. Бойко (продовження)**

Шкали за методиками		Середній ранг		Показник розбіжностей	Висновки
		1 гру-па	2 гру-па		
Шкала психологічного благополуччя	Психологічне благополуччя	21,63	8,86	0,000	p<0,01
	Позитивні відносини з іншими	21,35	9,45	0,001	p<0,01
	Автономія	20,46	11,32	0,012	p>0,01
	Управління середовищем	21,83	8,45	0,000	p<0,01
	Самоприйняття	21,00	10,18	0,003	p<0,01
	Баланс афекту	13,02	26,86	0,000	p<0,01
	Осмисленість життя	19,78	12,73	0,053	p>0,01
копінг-стратегії	Прийняття відповідальності	14,70	23,36	0,017	p>0,01
	Втеча-уникнення	13,04	26,82	0,000	p<0,01
Опитувальник часової перспективи	Фактор сприйняття негативного минулого	13,33	26,23	0,000	p<0,01
	Фактор сприйняття гедоністичного теперішнього	14,89	22,95	0,027	p>0,01
	Фактор сприйняття фаталістичного теперішнього	14,20	24,41	0,005	p<0,01
Методика Бойко	Невміння керувати емоціями	13,50	25,86	0,000	p<0,01
	Ригідність емоції	12,67	27,59	0,000	p<0,01
	Домінування негативних емоцій	12,33	28,32	0,000	p<0,01
	Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	12,48	28,00	0,000	p<0,01
	Загальна оцінка	12,00	29,00	0,000	p<0,01

або особи, які не впевнені у бажанні вступати у стосунки. Одночасно спостерігаються дві тенденції серед респондентів, які хотіли би вступити

у стосунки, – це уникнення стосунків через невміння спілкуватися або намагання за рахунок стосунків відчувати себе психологічно більш комфортно.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Абрамова С.Б. Сознательное одиночество: социальная проблема или альтернативная модель брачно-семейных отношений? *Социология в XXI веке: традиции и инновации в методологии и методике социологических исследований*. Уральский федеральный университет, 2017. С. 822–832.
2. Аршава І.Ф., Монахович Д.Р. Психологічні особливості самотніх молодих осіб. *Modern scientific researches*, 2020. № 14(3). С. 96–101.
3. Аршава І.Ф., Монахович Д.Р. Психологічні особливості переживання статусу самотності молодими людьми. *Особистість, сім'я, суспільство: питання педагогіки та психології* : збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції. Львів : ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. С. 8–11.
4. Apostolou M. Singles' Reasons for Being Single: Empirical Evidence From an Evolutionary Perspective. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00746> (дата звернення: 17.03.2021).
5. Benato R., Milestone K., Meyer A. Gender and Popular Culture. *Feminism & Psychology*. 2013. Vol. 23(2). P. 262–264.
6. Budgeon S. The 'problem' with single women: Choice, accountability and social change. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2016. Vol. 33, Issue 3. P. 401–418.
7. Buss D.M. Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*. 1989. No. 12 (1). P. 1–49.
8. DePaulo B.M. Singles in society and in science. *Psychological Inquiry*. 2005. No. 16 (2/3). P. 57–83.
9. Farrell D. What's Wrong with Being Single: Lowered Relational Value Bias Toward Single People : a thesis submitted to the faculty of the graduate school in candidacy for the degree of master of arts, program in applied social psychology. Chicago, 2018. 46 p.
10. Slonim G. By choice or by circumstance? Stereotypes of and feelings about single people. *Studia Psychologica*. 2015. No. 57. P. 35–48.