

УДК 159.942.5:364.624-053.9

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2022.1.7>

## ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ПЕРЕЖИВАННЯМ ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ ТА ТИПАМИ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ПЕРІОД СЕРЕДНЬОЇ ЗРІЛОСТІ

**Гуцуляк Наталія Михайлівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри практичної психології факультету педагогіки,  
психології та соціальної роботи  
Чернівецького національного університету ім. Юрія Федьковича

**Душкевич Мар'яна Михайлівна,**

кандидат психологічних наук,  
асистент кафедри практичної психології факультету педагогіки,  
психології та соціальної роботи  
Чернівецького національного університету ім. Юрія Федьковича

*У статті розглянуто основні підходи до визначення поняття самотності, на основі статистичного аналізу визначено особливості переживання самотності у осіб I та II етапів періоду середньої зрілості. Дослідження показало, що для осіб середнього зрілого віку, за результатами кореляційного аналізу, притаманне почуття самотності та вплив його переживання на міжособистісні стосунки, їх типи та характеристику. Встановлено: збільшення рівня суб'єктивного переживання самотності в осіб першого етапу середньої зрілості корелює з авторитарністю, а в осіб другого етапу середньої зрілості з підлеглистю, крім інших типів, які зустрічаються в обох вікових категоріях: агресивним, егоїстичним, підозрілим, залежним.*

**Ключові слова:** самотність, періоди зрілості, залежність від спілкування, відчуження.

### **Hutsuliak Nataliia, Dushkevych Mariana. Correlation of loneliness feeling experience and interpersonal relation types in the period of middle age**

*In the article the basic approaches to the solitude concept definition are considered, on the statistical analysis basis the peculiarities of the loneliness experience of people on the 1st and 2nd stages of the middle maturity period are determined.*

*Established that an increased level of subjective loneliness experience of persons on the first stage of middle maturity correlates with authoritarianism, and of persons on the second stage of middle maturity with subordination, in addition to other types that occur in both age categories: aggressiveness, selfishness, suspiciousness, dependency.*

*The research has shown that for middle-aged people, according to the results of correlation analysis, the feeling of loneliness and the influence of it's experience on interpersonal relations, their types and characteristics are inherent.*

*The comparative analysis and statistically proved differences of people in the age from 40 to 50 and those who aged 50 to 60 by the following parameters: «dependence on communication», «positive loneliness», «aggressiveness», authoritarian attitude towards others.*

**Key words:** loneliness, periods of maturity, dependence on communication, alienation.

**Постановка проблеми.** Щороку збільшується кількість людей, які вважають себе самотніми і які не знають, як самотійно можна впоратися з цим переживанням. Це не тільки особи похилого віку, а також підлітки, юнаки, особи, які досягли зрілості в своєму розвитку. В даний час досить часто зустрічається така ситуація, що не тільки людина, яка є самотньою, відчуває самотність, але і зовні благополучна

людина, яка реалізувалася в професійній сфері, має власну сім'ю, може страждати від соціальної самотності. Суб'єктивне переживання самотності, при цьому, часто абсолютно не відображає об'єктивно існуючу ситуацію.

У психолого-філософській літературі проблематика феномену самотності відображена у фундаментальних дослідженнях Л. Ю. Айвазян,

Л. А. Варави, Б. М. Голоти, О. Ю. Дмитренко, С. В. Духновського, І. С. Кона, С. Г. Корчагіної, В. Г. Лашук, Д. В. Матеева, М. М. Мовчана, О. Н. Мухіярової, О. В. Пагави, В. І. Сіляєвої, Г. С. Трубікової, Л. Я. Фльорко та ін. Їхні дослідження, в загальному, дають можливість виділити кілька загальних ідей, що розкривають поняття самотності. По-перше, самотність є результатом дефіциту людських відносин. По-друге, самотність – це внутрішнє суб'єктивне психологічне переживання і не може бути ідентифіковане з фактичною ізоляцією. По-третє, самотність часто виступає, як неприємне переживання, стан дистресу, від якого людина прагне позбутися [1–4].

В емпіричному дослідженні ми дотримувалися підходу С. Г. Корчагіної, яка розглядає самотність, як суб'єктивне переживання людини, що виникає в умовах відсутності або нестачі задовільних соціальних зв'язків; як порушення системи міжособистісних стосунків. У зв'язку з чим, самотність, як психічний стан, має чотири основних види: відчужуюча, дифузна, дисоційована та відокремленість, які обумовлені різним співвідношенням механізмів ідентифікації і відособлення. Вчена дає таке визначення поняття самотність: «це психологічний стан людини, що відображає переживання своєї відокремленості, суб'єктивної неможливості або небажання відчувати адекватний відгук, прийняття і визнання себе іншими людьми».

**Мета статті** – дослідити особливості переживання самотності осіб різного періоду дорослості відповідно до характеру міжособистісних стосунків.

**Методика та процедура дослідження.** Рівень та особливості суб'єктивного переживання самотності досліджувалися за допомогою методик «Діагностика рівня суб'єктивного почуття самотності» (Д. Рассел та М. Фергюсон), «Диференційний опитувальник переживання самотності» (Є. М. Осін, Д. А. Леонтьєв); особливості міжособистісних стосунків – за допомогою методик «Суб'єктивна оцінка міжособистісних відносин» (С. В. Духновський) та «Діагностика міжособистісних відносин» (Т. Лірі).

Вибірка дослідження складала 60 осіб віком від 40–60 років: 30 осіб у віці від

40–50 років та 30 осіб віком від 50–60 років (28 чоловіків, 32 жінки), що проживають у місті Чернівці. Поділ досліджуваних на дві групи: від 40–50 років та від 50–60 років обумовлений тим, що середній зрілий вік є досить тривалим, а вікові, фізіологічні і психологічні процеси зазнають змін, які можуть по-різному впливати на рівень та особливості переживання почуття самотності.

Для перевірки статистичної значимості отриманих результатів та виділення значимих критичних показників, а також з метою встановлення наявних зв'язків між рівнем самотності та рівнем прояву досліджуваних ознак ми використали методи математико-статистичної обробки даних.

**Аналіз результатів дослідження.** Проведений нами кореляційний аналіз дозволив прослідкувати наявність взаємозв'язку між показниками, отриманими за методиками. Було окремо проведено кореляцію отриманих результатів осіб віком 40–50 р. та осіб віком 50–60 р., тобто I та II етапів періоду середньої зрілості. Результати кореляційних розрахунків представлені окремо при статистичній значимості  $p \leq 0,05$  та  $p \leq 0,01$ .

В ході дослідження взаємозв'язку між характеристиками (типами) міжособистісних стосунків осіб I етапу періоду середньої зрілості та переживаннями ними почуття самотності, ми встановили сильні прямі кореляційні зв'язки між глибиною переживання самотності й відчуженістю ( $r=0,770$ ,  $p \leq 0,01$ ), агресивним типом ( $r=0,736$ ,  $p \leq 0,01$ ) та підозрілим типом ставлення до оточуючих ( $r=0,772$ ,  $p \leq 0,01$ ) (див. рис. 1).

Можемо зазначити, що збільшення глибини переживання самотності призводить до високого рівня відчуженості у спілкуванні, збільшення жорсткості і ворожості по відношенню до оточуючих, а також підозрілого типу стосунків.

Крім вищезазначених кореляційних зв'язків, наявний помірний прямий взаємозв'язок глибини переживання самотності та авторитарного типу міжособистісних відносин ( $r=0,476$ ,  $p \leq 0,01$ ), тобто, чим більша глибина переживання почуття самотності, тим більше проявляється авторитарність у стосунках і, навпаки. Слід зазначити, що схожі результати були отримані

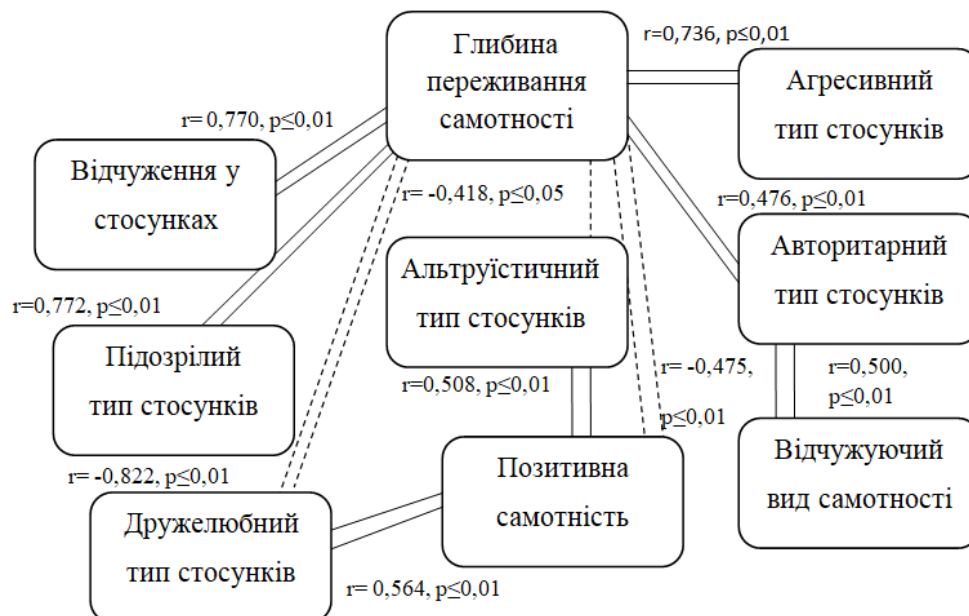
мані в дослідженні самотності С. Г. Корчагіної, в якому було виявлено наявність підозрілого типу взаємовідносин з оточуючими для осіб з переживанням почуття самотності.

Таким чином, можна зробити висновок про те, що характеристики спілкування та взаємовідносин людини впливають на її переживання, особливо, на глибину почуття самотності, а також можуть викликати зміни у поведінці та самотавленні особи у віці 40-50 років.

Глибина переживання самотності має зворотній сильний взаємозв'язок з дружелюбним типом стосунків ( $r = -0,822, p \leq 0,01$ ) та зворотні помірні зв'язки з позитивною самотністю ( $r = -0,475, p \leq 0,01$ ), альтруїстичним типом ставлення до оточуючих ( $r = -0,418, p \leq 0,05$ ). Отож, чим вищий ступінь переживання почуття самотності, тим нижчий рівень дружелюбності, альтруїзму та здатності знаходити ресурс в ситуаціях самотності, менше позитивних

емоцій у зв'язку з нею. Це свідчить про те, що самотні люди I етапу періоду середньої зрілості, у яких дане переживання має виражену інтенсивність, не оцінюють свого стану, як позитивного та не можуть його використовувати для власного само-розвитку чи самопізнання, крім цього, відчувають негативні емоції, пов'язані з своїм станом.

Значний прямиї взаємозв'язок був виявлений між відчужуючим видом самотності та авторитарним типом ставлення до оточуючих ( $r = 0,500, p \leq 0,01$ ), тобто, збільшення відчуженості призводить до більшого прояву авторитарного типу міжособистісних стосунків. Це може бути обумовлено тим, що диктаторський, владний, деспотичний характер особистості, яка лідирує у всіх видах групової діяльності, що проявляється при авторитарному типі стосунків, не вмє приймати поради інших, тому часто оточуючі відвертаються від такої людини.



- достовірний прямиї кореляційний зв'язок при  $p \leq 0,05$
- - - - - недостовірний зворотний кореляційний зв'язок при  $p \leq 0,05$
- ==== достовірний прямиї кореляційний зв'язок при  $p \leq 0,01$
- - - - - недостовірний зворотний кореляційний зв'язок при  $p \leq 0,01$

**Рис. 1. Кореляційна плеяда зв'язків почуття самотності та міжособистісних характеристик стосунків осіб у віці 40–50 років**

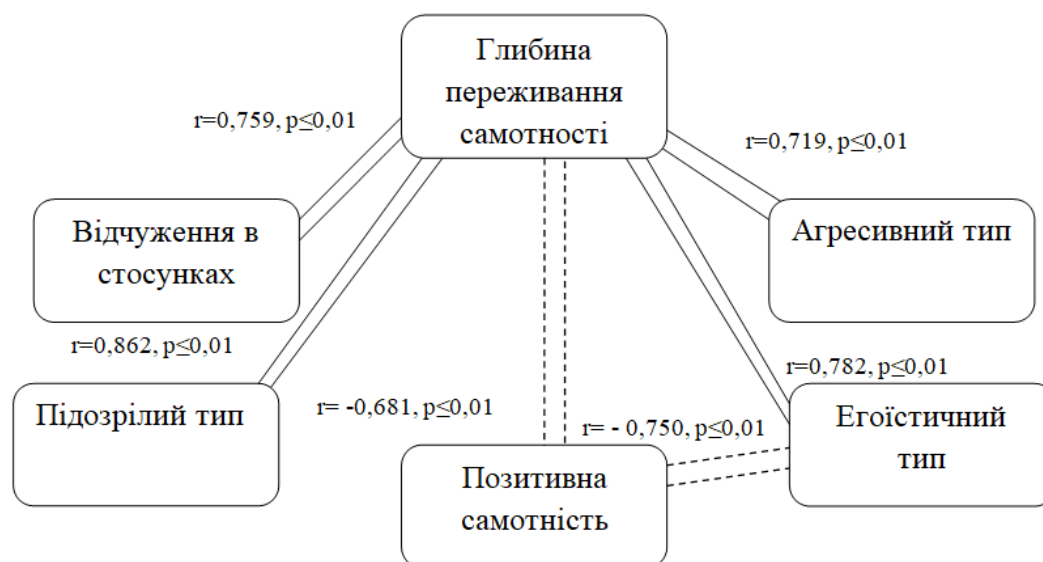
Потрібно звернути увагу на зв'язки позитивної самотності, для якої притаманні прямі значні взаємозв'язки з альтруїстичним ( $r=0,508, p\leq 0,01$ ) та дружелюбним ( $r=0,564, p\leq 0,01$ ) типами міжособистісних стосунків. Це означає, що чим вищий показник позитивного ставлення до самотності, тим вищі прояви альтруїзму та дружелюбності по відношенню до інших та навпаки.

Отже, аналізуючи представлену кореляційну плеяду варто відмітити, що почуття самотності на I етапі середньої зрілості має тісні прямі та обернені взаємозв'язки з типами міжособистісних стосунків. Крім того, ми бачимо, що переживання позитивної самотності, тобто знаходження ресурсу для самовдосконалення та самопізнання, є притаманне для осіб, глибина переживання почуття самотності яких є низькою, а збільшення глибини переживання самотності веде до зменшення позитивних емоцій, пов'язаних з нею.

Наступним нашим кроком було виявлення кореляційних зв'язків між пережи-

ванням самотності та міжособистісними стосунками на II етапі періоду середньої зрілості (див. рис. 2).

На основі рисунку ми бачимо, що глибина переживання самотності має прямі сильні взаємозв'язки з відчуженістю ( $r=0,759, p\leq 0,01$ ), егоїстичним ( $r=0,782, p\leq 0,01$ ), агресивним ( $r=0,719, p\leq 0,01$ ), підозрілим ( $r=0,862, p\leq 0,01$ ) типами ставлення до оточуючих. Тобто, збільшення глибини переживання самотності в осіб віком 50–60 р. призводить до відчуженості, агресивності, підозрілості та егоїзму в стосунках. Варто звернути увагу, що схожі взаємозв'язки наявні і для осіб у віці 40–50 р., що свідчить про спільні характеристики переживання почуття самотності для осіб середнього зрілого віку та їх вплив на міжособистісні стосунки особистості. Отож, люди, які мають високий ступінь переживання самотності схильні до сумнівів у всьому, злопам'ятні, постійно скаржаться на інших, проявляються незадоволеність, є нетовариськими та потайними. Перераховані риси, ймовірно, обумовлюють збільшення пере-



- достовірний прямий кореляційний зв'язок при  $p\leq 0,05$
- недостовірний зворотний кореляційний зв'язок при  $p\leq 0,05$
- ===== достовірний прямий кореляційний зв'язок при  $p\leq 0,01$
- недостовірний зворотний кореляційний зв'язок при  $p\leq 0,01$

**Рис. 2. Кореляційна плеяда зв'язків почуття самотності та міжособистісних характеристик стосунків осіб у віці 50–60 років**

живання почуття самотності або ж, таке переживання зумовлює загострення індивідуальних характерологічних рис, що як наслідок, впливають на зміну ставлення до оточуючих.

На нашу думку, егоїстичний та агресивний типи міжособистісних відносин проявляють людьми з високим рівнем переживання самотності, як захисна реакція від оточуючих, які сприймаються ворожо та відчужено.

Обернені кореляційні взаємозв'язки значного типу наявні між рівнем переживання самотності та позитивною самотністю ( $r = -0,681, p \leq 0,01$ ), підлеглим ( $r = -0,670, p \leq 0,01$ ) та дружелюбним ( $r = -0,754$  – сильний зв'язок,  $p \leq 0,01$ ) типами міжособистісних стосунків. Це означає, що нижчий рівень переживання самотності сприяє вищому показникові дружелюбності та підлеглості в стосунках, наявності позитивних емоцій при оцінці ситуацій усамітнення та, навпаки, нижчий прояв позитивних емоцій щодо усамітнення, зменшення дружелюбності та підлеглості призводить до глибшого переживання самотності.

Це свідчить про те, що у глибоко самотніх людей спостерігається низький рівень позитивних емоцій, пов'язаних з усамітненням та доброзичливістю, відповідно люди з низькими рівнями дружелюбності та позитивними почуттями мають переважно середній та високий рівні суб'єктивного переживання самотності. Самотність сприймається такими людьми, як патогенний, неприємний фактор, руйнівна ситуація в їхньому житті, що суб'єктивно чи об'єктивно заважає їх самоактуалізації. В той же час, ймовірно люди з низькими рівнями самоактуалізації менш популярні та товариські в своєму оточенні, тому мають меншу кількість задовольняючих їх соціальних та інтимно-комунікативних зв'язків, що спричинює їх високий рівень самотності.

Потрібно відмітити, що зв'язок самотності з підлеглим типом міжособистісних стосунків наявний тільки на другому етапі середньої зрілості. Тобто, такі характеристики, як покірність, схильність поступатися іншим, ставити себе на друге місце у взаємовідносинах з людьми зменшуються в поведінці чи взагалі не відсутні у осіб з високим рівнем переживання самотності. Це може бути пов'язано з тим, що

самотня людина, як зазначає В. Г. Лашук [5], в повній мірі зосереджена на власних переживаннях – егоцентрична, та нездатна до повноцінного співпереживання оточуючих її людей.

Отже, аналізуючи представлену кореляційну плеяду та узагальнюючи вище зазначену інформацію, варто відмітити, що в осіб у віці 50–60 років почуття самотності, ніби має два полюси впливу на особистість та міжособистісні стосунки: з одного боку, цей вплив носить позитивний характер в тому випадку, якщо людина приймає свої переживання самотності та вміє знаходити в них ресурси для творчого використання, з другого боку – це негативні переживання та почуття, які мають згубний вплив на особистість та її взаємовідносини, спричинюючи дисгармонію в стосунках.

Якщо порівнювати особливості кореляційних зв'язків в обох досліджуваних категоріях (осіб у віці 40–50 р. та 50–60 р.), то виявився цікавий феномен, що збільшення рівня суб'єктивного переживання самотності в осіб першого етапу середньої зрілості корелює з авторитарністю, а в осіб другого етапу середньої зрілості з підлеглистю (обернена кореляція), крім інших типів, які зустрічаються в обох вікових категоріях: агресивним, егоїстичним, підозрілим, залежним. Таким чином, для середнього зрілого віку, за результатами кореляційного аналізу, притаманне почуття самотності та вплив його переживання на міжособистісні стосунки, їх типи та характеристику.

З метою статистичного підтвердження результатів, що були описані у відсотковому значенні та з'ясування відмінностей за показниками суб'єктивного переживання самотності і характеристиками міжособистісних відносин, були проведені статистичні розрахунки за допомогою критерію U-Манна-Уїтні (див. табл. 1). Значущі відмінності за віком були виявлені тільки за шкалами «залежність від спілкування», «позитивна самотність» методики «Диференційний опитувальник переживання самотності» та за шкалами методик, що вимірюють характер міжособистісних відносин: «агресивність», авторитарний тип ставлення до оточуючих. Особи віком 40–50 років (I етап періоду



**Порівняння рівня самотності та типів міжособистісних відносин у осіб віком 40–50р. та осіб 50–60р. (за критерієм Манна-Уїтні)**

Параметр	I етап зрілості (40–50 р.)	II етап зрілості (50–60 р.)	Значення U- критерію Манна-Уїтні	p- рівень значущості
Залежність від спілкування	730,0	1100,0	265,00	0,0062
Позитивна самотність	1077,5	752,5	287,50	0,0163
Агресивність	1059,0	771,0	306,00	0,0333
Авторитарний тип	1156,5	673,5	208,50	0,0004

середньої зрілості) мають вищі показники за шкалами «позитивна самотність», «агресивність» та авторитарний тип ставлення до оточуючих.

Таким чином, можна стверджувати про зміни у ставленні до почуття самотності на протязі середнього зрілого віку, яке на першому етапі є більш позитивне, а на другому – негативне, пов'язане з нездатністю знаходити ресурс у ситуаціях усамітнення та відсутністю позитивних емоцій. Можливо, це пов'язано зі страхом смерті, у праці М. М. Мовчана вказується, що у віці 50–60 років переживання страху смерті зустрічається частіше, ніж у віці 40–50 років. Крім цього, виявлено відмінності міжособистісних відносин: особи 40–50 років мають вищий рівень агресивності та авторитарного типу ставлення до оточуючих, ніж особи віком 50–60 років. Ймовірно, це пов'язано з тим, що на другому етапі середньої зрілості менше соціальних контактів у порівнянні з першим етапом, наслідком чого є зменшення рівня прояву даних показників. Ще однією причиною може бути завершення переживання кризи середини життя, наприклад, О. А. Овсяник [6] вказує, що, переважно, у віці 50–60 років у жінки проявляються турботи, пов'язані з вихованням внуків, а сімейне благополуччя стає основною цінністю.

За шкалою «залежність від спілкування» у осіб віком 50–60 років, на відміну від осіб 40–50 років, переважають прояви схильності шукати спілкування за

будь-яку ціну, з метою уникнути ситуації усамітнення, які пов'язані з неприємними або болісними переживаннями. Особливу увагу тут необхідно звернути на рівень переживання самотності, адже високий рівень даного почуття обумовлює високий рівень залежності від спілкування.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Таким чином, на основі аналізу даних, отриманих у результаті емпіричного дослідження проблеми взаємозв'язку переживання самотності та міжособистісними стосунками у осіб середнього зрілого віку, можна зробити наступні висновки.

Існує взаємозв'язок між інтенсивністю переживання самотності та міжособистісними стосунками: чим вищий рівень переживання почуття самотності, тим нижчий рівень прояву дружелюбного та альтруїстичного типів ставлення до оточуючих, позитивних емоцій. Проте, виявлено значні прямі взаємозв'язки між рівнем переживання самотності та агресивністю, егоїстичним та залежним типами міжособистісних стосунків. Виявлено зв'язки позитивної самотності, для якої притаманні прямі значні взаємозв'язки з альтруїстичним, дружелюбним (у віці 40–50 р.) та підлеглим (у віці 50–60 р.) типами міжособистісних стосунків.

Отже, ми встановили, що існує взаємозв'язок між глибиною та інтенсивністю суб'єктивного переживання почуття самотності і типологічними характеристиками міжособистісних стосунків.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Айвазян Л. Ю. Проблема неоднорідності переживання самотності як психічного явища. *Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Г. Сковороди»* : Зб. наук. пр. : Педагогіка, психологія, філософія / [Голов. ред. : В. П. Коцур]. Переяслав-Хмельницький, 2012. Вип. 25. С. 199–203.

2. Варава Л. А. Особливості переживання особистістю почуття самотності у стані соціальної депривації: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : 19.00.01. К. : Логос, 2009. 20 с.

3. Голота Б. М. Самотність у життєвому світі особистості: соціокультурний вимір : автореф. дис. ... канд. філос. наук: 09.00.04 – філософська антропологія, філософія культури; Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна. Х., 2004. 17 с.

4. Дмитренко О. Ю. Тип гендерної ідентичності як феномен, що детермінує рівень переживання самотності та самооцінки сучасної молоді. *Психологія в Україні та за кордоном* : Матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Херсон : Гельветика, 2013. С. 33–38.

5. Мовчан М. М. Страх самотності як різновид страху. *Гілея*. 2012. № 9. С. 292–303.

6. Овсяник О. А. Деадаптація женщин 40–60 лет к возрастным изменениям как источник семейных конфликтов. *Психология зрелости и старения* : Ежеквартальный научно-практический журнал. 2011. № 4. С. 118–121.

7. Тихонов Г. М. Антологія одиночства: філософський аспект. *Простор*. 1996. № 1. С. 89–92.

#### REFERENCES:

1. Ajvazyan L. Yu. Problema neodnorodnosti perezhyvannya samotnosti yak psy'ichnogo yavy'shha / L. Yu. Ajvazyan // Gumanitarny'j visny'k Derzhavnogo vy'shhogo navchal'nogo zakladu «Pereyaslav-Xmel'ny'cz'ky'j derzhavny'j pedagogichny'j universy'tet im. G. Skovorody'» : Zb. nauk. pr. : Pedagogika, psy'xologiya, filosofiya / [Golov. red. : V. P. Koczur]. – Pereyaslav-Xmel'ny'cz'ky'j, 2012. – Vy'p. 25. – S. 199–203.

2. Varava L. A. Osobly'vosti perezhyvannya osoby'stisty u pochuttya samotnosti u stani social'noyi depry'vaciyi: avtoref. dy's. na zdobuttya naukovogo stupenya kand. psy'xol. nauk : 19.00.01 / L. A. Varava. – K. : Logos, 2009. – 20 s.

3. Golota B. M. Samotnist' u zhy'ttyevomu sviti osoby'stosti: sociokul'turny'j vy'mir : avtoref. dy's. ... kand. filos. nauk: 09.00.04 – filosof's'ka antropologiya, filosofiya kul'tury' / B. M. Golota; Harkivs'ky'j nacional'ny'j universy'tet im. V. N. Karazina. – X., 2004. – 17 s.

4. Dmy'trenko O. Yu. Ty'p gendernoyi identy'chnosti yak fenomen, shho determinuye riven' perezhyvannya samotnosti ta samoocinky' suchasnoyi molodi / O. Yu. Dmy'trenko // Psy'xologiya v Ukrayini ta za kordonom : Materialy' mizhnarodnoyi nauково-prakty'chnoyi konferenciyi. – Xerson : Gel'vety'ka, 2013. – S. 33–38.

5. Movchan M. M. Strax samotnosti yak riznovy'd straxu / M. M. Movchan // Gileya. – 2012. – № 9. – S. 292–303.

6. Ovsjanik O. A. Dezadaptacija zhenshin 40-60 let k vozrastnym izmenenijam kak istochnik semejnyh konfliktov / O. A. Ovsjanik // Psihologija zrelosti i starenija : Ezhekvartal'nyj nauchno-prakticheskij zhurnal. – 2011. – № 4. – S. 118–121.

7. Tihonov G. M. Antologija odinochestva: filosofskij aspekt / G. M. Tihonov // Prostor. – 1996. – № 1. – S. 89–92.