

УДК 159.9

О. Лич, д. психол. н., доцент (ORCID 0000-0002-0873-3319)
О. Ічанська, канд. психол. н., доцент (ORCID 0000-0001-9289-3878)
О. Гірчук, старший викладач (ORCID 0000-0001-9363-8385)
Національний авіаційний університет, Київ

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ МОЛОДИМИ ЖІНКАМИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Стаття присвячена теоретичному аналізу та емпіричному дослідженню особливостей відчуття самотності у жінок в період молодості в умовах війни. Для розкриття зазначеної проблеми наведено розуміння самотності як соціального та психологічного феномену у вітчизняній та зарубіжній літературі та означено психологічні характеристики періоду молодості. Теоретично доводиться, що самотність – це складне явище, яке відчували протягом життя більшість людей різного віку, але найбільш вразливими є молоді жінки.

Наводяться найбільш вагомі емпіричні результати психодіагностичних методик, отриманих онлайн-тестуванням, що доводять відмінність у суб'єктивному відчутті самотності відповідно до гостроти його переживання. Здійснено порівняльний аналіз двох груп з середнім та високим рівнями переживання самотності з використанням методів математичної статистики. В групі молодих жінок з середнім рівнем відчуття самотності значно вищі показники за шкалами «самопочуття», «активність», «настрій», на відміну від молодих жінок з високим рівнем відчуття самотності. Проаналізовано зв'язок між ступенем переживання самотності та функціональними станами (самопочуття, активність, настрої) на основі кореляційного аналізу статистичного пакету «SPSS».

Встановлено, що молоді жінки, які відчувають самотність на середньому рівні продовжують здійснювати свою професійну діяльність, намагаються бути активними, спроможними переживати різні емоції, підтримуючи якість свого життя в умовах війни. Молоді жінки з високим рівнем відчуття самотності мають пригнічений стан загального самопочуття, поганий настрій та відсутність активно діяти, через що погіршується якість їхнього життя. І такий стан, на який впливають внутрішні та зовнішні чинники, посилюються через дистанціювання з оточуючими, що впливає на несвоечасність надання допомоги.

Ключові слова: самотність, рівні відчуття самотності, самопочуття, настрої, активність, жінки періоду молодості.

Вступ. Актуальність дослідження полягає в розкритті проблеми самотності та її впливу на життєдіяльність молодих жінок в умовах війни. Самотність як явище у різні віки була темою для створення кардинально різних поглядів та стереотипів, називаючи самотніх людей або життєлюбамі, вільними від відповідальності за інших або невдахами, нездатними до відповідальності за інших. Проте

важливо розрізняти такі стани, як «бути самотньою» людиною і «бути наодинці», що тільки за зовнішніми ознаками збігаються. Але самотність і самотність не пов'язані між собою ні чуттєво, ні логічно. «Йдеться не про те, наскільки щільно індивід оточений іншими людьми – або тваринами у подібному розумінні, – але про те, як індивід переживає власний зв'язок з іншими» [2, с.29], наскільки хвилює наявність чи відсутність взаємодії з

іншими оточуючими.

На характер та ступінь самотності можуть впливати не лише внутрішні чинники особистості, а й умови, що можуть опосередковано позначитись на життєдіяльності особистості, на її життєвому шляху. Як зазначає Г. Крайг, у різні історичні періоди самотність була сумним наслідком будь-якого лиха або війни [5]. На думку Т. Титаренко, суспільно-історичні трансформації, соціальні катаклізми типу революцій та війн утягують особистість у стрімкий плин соціального часу, порушуючи синтез її минулого та майбутнього та її індивідуальну своєрідність [3], що важлива на етапі молодості.

Молодість це період шляху до професіоналізму та жадоби до життя [1, с. 328]. В той же час, саме молодість – це вік вибору між інтимністю та ізоляцією (Е.Ерісон) [4]. Молодість у вікових періодизаціях це період 24-30 років, що називається рання зрілість, період дорослішання, початковий період зрілості.

До психологічних характеристик цього вікового періоду відносять: час пошуку себе; вироблення індивідуальності; усвідомлення себе як дорослої людини з відповідними правами й обов'язками; формування більш конкретного уявлення про майбутнє життя; зустріч з майбутнім подружжям; одруження; спеціалізація в обраній професії; набуття майстерності; можлива свідомо зміна професії [4]. Маркерами цього періоду виступають не фізичні показники, а соціальні орієнтири, ролі, стосунки, що складають цикли сімейного життя та кар'єри [1], і відчуття самотності особи в умовах війни може суттєво позначитись на життєвих та професійних перспективах.

Аналіз останніх досліджень і

публікацій. Проблема самотності не нова і цікавила науковців тривалий час і розглядалась у розрізі з фізичними та психологічними захворюваннями, сімейним станом, девіантною поведінкою [11] тощо. Самотність також розглядалась як гальмуючий чинник для створення міжособистісних стосунків [8]. Самотність відзначається як складне психологічне явище, на розмір (тривалість та інтенсивність) якого можуть впливати комбінації різноманітних чинників, і в той же час вони ж можуть запобігати їй [6]. Отже, самотність це досвід, що пережила кожна людина [9], включаючи й молодь. Важливо дослідити відчуття самотності молодих жінок та їх психологічні характеристики у вкрай небезпечних умовах (війни).

Методи дослідження. Наше дослідження проводиться у межах держбюджетної кафедральної науково-дослідної роботи «Життєстійкість особистості як фактор здоров'язбереження в умовах невизначеності» (№23-2022/12.01.11, з 01.09.2022 до 30.08.2025). Наша вибірка складалась з незаміжніх жінок періоду молодості, середній вік досліджуваних становить ± 26 років, всі незаміжні та не мали близьких стосунків з іншою статтю задовго та у період проведення дослідження. Важливо, що усі наші досліджувані знаходились на території України під час проведення дослідження, територіально за місцем проживання.

Загальна кількість досліджуваних становить 54 особи, які проходили онлайн-опитування через гугл-форми з вересня до січня. Цей період відзначається нестабільними умовами життя та діяльності (перебої з електропостачанням, відсутність теплопостачання, загроза ракетних

обстрілів, часті повітряні тривоги тощо), що можуть впливати на загальний стан самопочуття особистості, посилюючи переживання самотності.

Для розкриття проблеми суб'єктивного переживання самотності була використана батарея психодіагностичних методик, частину результатів за якими представимо нижче: зокрема, за методикою діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассела та М. Фергюсона) та тестом «Самопочуття. Активність. Настрій» (В. Доскіна). Участь у дослідженні була добровільною та за власним бажанням.

Для обробки емпіричних даних нами було застосовано методи математичної статистики: для встановлення розподілу даних –

критерій Колмагорова-Смірнова, для порівняння у групах за певними показниками – t-критерій Стюдента та непараметричний критерій Манна-Уїтні, а також кореляційний аналіз за допомогою математично-статистичного пакету SPSS 23.0 для Windows. Наведемо найбільш важливі результати.

Результати емпіричного дослідження. У дослідженні брали участь 54 (100%) особи періоду молодості і першою психодіагностичною методикою, що дозволила встановити ступінь переживання самотності була методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності (Д. Рассела та М. Фергюсона). Узагальнені результати відповідей наведені у таблиці 1.

Табл.1. Розподіл результатів досліджуваних за рівнями суб'єктивного переживання самотності (за методикою діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела та М. Фергюсона)

	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Кількість досліджуваних	26	28	0
Кількість досліджуваних у %	48,15	51,85	0

В основі цієї методики знаходяться ряд тверджень, що дозволяють особистості самій обирати наскільки вона себе вважає самотньою у цей період часу у відповідних обставинах. Як видно з результатів дослідження серед молодих жінок переважають два рівні переживання самотності – високий та середній. Результати досліджуваних за високим та середнім рівнями переживання самотності розподілилась майже порівну. Це означає, що у половини вибірки досліджуваних (у 48,15% осіб)

загострилось суб'єктивне відчуття самотності, що відобразилось на високих результатах за відповідною психодіагностичною методикою. Друга половина вибірки досліджуваних (51,85% осіб) мають середній рівень переживання самотності.

Виходячи з отриманих результатів дослідження молоді жінки були розділені на дві групи відповідно до рівнів переживання самотності. Так, до групи 1 потрапили 28 молодих жінок (100%) з середнім рівнем

переживання самотності і до групи 2 – 26 молодих жінок (100%) з високим рівнем переживання самотності. Серед цієї вибірки не встановлено у жодної молодої жінки низький рівень переживання самотності. Причинами такого результату можуть бути невелика кількість досліджуваних, а також їхнє перебування на території держави, де відбувається війна під час проведення психодіагностичного опитування.

Відомо, що відчуття самотності сприймається як індивідуальне переживання, що характеризується повним зануренням у свій внутрішній світ. З одного боку, відчуття самотності може охопити повністю особистість та її життєвий простір і негативним чином позначитись на її життєвому шляху. З іншого боку, відчуття самотності може підштовхнути особистість на пошук протидії такому стану. Особливо тоді, коли затягується усамітнене життя особистості, коли її очікування та надії залишаються у сфері мрій, а не дій.

Тоді стан самотності як своєрідна форма самопізнання може набувати й негативного значення для самої ж людини. Самотність стає вже не пізнавальною складовою вивчення свого внутрішнього світу, а небажаним станом, що може впливати на самопочуття та настрої особистості.

Тому наступна методика, що була запропонована досліджуваним, дозволяє провести оцінку функціональних станів – це психодіагностична методика «Самопочуття. Активність. Настрій» (В. Доскіна), що містить відповідні шкали. Методика побудована за принципом семантичного диференціалу, коли наводяться пари слів з протилежним значенням (позитивним та негативним), що стосуються сфери самопочуття, активності, настрою. Наведемо отримані результати досліджуваних відповідно до рівнів відчуття самотності – середнім (група 1) та високим (група 2) (див. табл. 2).

Табл.2. Розподіл результатів досліджуваних за рівнями функціональних станів (за тестом «Самопочуття. Активність. Настрій» В. Доскіна)

	Самопочуття		Активність		Настрій	
	Група 1	Група 2	Група 1	Група 2	Група 1	Група 2
Високий рівень	71,42	23,07	42,85	15,38	71,42	38,46
Середній рівень	28,57	15,38	35,71	53,84	21,42	19,23
Низький рівень	0	61,53	21,42	30,76	7,14	42,31

Виходячи з представлених результатів за даною методикою у групі 1, можна побачити за шкалою «самопочуття» у 71,42% осіб високий рівень самопочуття та у 28,57% осіб середній рівень самопочуття. Цікаво, що жодна молода жінка не отримала низьких показників за шкалою «самопочуття».

У групі 2 за шкалою

«самопочуття» у 61,53% особи встановлено низький рівень самопочуття, у 15,38% осіб – середній рівень самопочуття, у 23,07% осіб – високий рівень самопочуття.

За шкалою «активність»: у групі 1 високий рівень отримали 42,85% осіб, середній рівень – 35,71% осіб і низький рівень – 21,42% осіб; у групі 2 високий рівень отримали 15,38% осіб, середній

рівень – 53, 84% осіб і низький рівень – 30,76% осіб.

З шкалою «настрій» високий рівень у групі 1 отримали 71,42% осіб та у групі 2 – 38,46% осіб, середній рівень у групі 1 отримали 21,42% осіб та у групі 2 – 19,23% осіб, низький рівень у групі 1 отримали 7,14% осіб та у групі 2 – 42,31% осіб.

Порівняння результатів за середніми показниками функціональних станів у групах 1 та 2 доводять відмінність між досліджуваними, які переживають самотність по-різному. Так, молоді жінки з групи 1, які мають середній рівень переживання самотності, оцінили своє самопочуття у межах норми ($\Sigma=54,92$), а настрої – вище норми ($\Sigma=56,42$). Ці результати свідчать про прагнення досліджуваних групи 1 налагодити своє життя, адаптуватись до небезпечних умов і продовжувати свою життєдіяльність. Про це свідчать показники активності ($\Sigma=47,5$), що наближуються до норми. Така позитивна тенденція підвищених показників самопочуття та настрою характеризують оптимальне емоційне тло молодої жінки. Іншими словами, налагоджується емоційне тло життєдіяльності, що впливає на її активність, на її дії. Припускаємо, що навіть у таких умовах невизначеної небезпеки, підвищеного стресового навантаження, особистість з середнім рівнем відчуття самотності спроможна надати оцінку собі, власному емоційному стану і здатна до ефективних дій.

У групі 2, до якої потрапили досліджувані з високим ступенем переживання самотності, показники усіх функціональних станів знаходяться на рівні, нижчому за норму: самопочуття ($\Sigma=40,23$), активність ($\Sigma=42,53$), настрої

($\Sigma=44,53$). У цій групі досліджуваних простежується зв'язок між самопочуттям та активністю і це є зрозумілим. Припускаємо, що при поганому настрої складно підштовхнути себе на будь-яку активність, тим більше, коли людина перебуває в умовах небезпеки. Крім того, дещо підвищений настрої у молодих осіб цієї групи може виступати у ролі захисного механізму. Оскільки повсякчасне перебування у небезпечних умовах і постійне переживання напруги, стресу, переживання за власне життя та близьких людей може позначитись не тільки на функціональних станах, а й на психологічному здоров'ї людини. Важливо, що середньоарифметичні показники у цій групі за усіма функціональними станами не являються критичними, проте вартими уваги з боку психологів та близьких оточуючих.

При порівняльному аналізі виявлено, у групі досліджуваних з середнім рівнем відчуття самотності (група 1) значно вищі показники за функціональними станами – самопочуття ($p=0,00$, гр.1 $U=35,36$, гр.2 $U=19,04$) та настрої ($p=0,001$, гр.1 $U=34,50$, гр.2 $U=19,96$), ніж у досліджуваних з високим рівнем відчуття самотності (група 2).

Крім того, за складовими шкали «самопочуття» молоді жінки з групи 1 відрізняються більш гарним самопочуттям ($p=0,037$, гр.1 $U=31,64$; гр.2 $U=23,04$), відчуваючи внутрішню силу ($p=0,00$, гр.1 $U=34,71$; гр.2 $U=19,73$), готові працювати ($p=0,00$, гр.1 $U=34,50$; гр.2 $U=19,96$), сповнені сил ($p=0,00$, гр.1 $U=34,64$, гр.2 $U=19,81$), відчувають себе відпочилими ($p=0,001$, гр.1 $U=33,93$; гр.2 $U=20,58$), свіжими ($p=0,00$, гр.1 $U=34,29$; гр.2 $U=20,19$), бадьорими

($p=0,02$, гр.1 $U=32,00$, гр.2 $U=22,65$), витривалими ($p=0,00$, гр.1 $U=34,43$; гр.2 $U=20,04$) та здоровими ($p=0,033$, гр.1 $U=31,64$, гр.2 $U=23,04$).

За складовими шкали «самопочуття» відзначається відмінність серед молодих жінок з групи 2, які відчувають внутрішню слабкість ($p=0,00$, гр.2 $U=33,73$; гр.1 $U=21,71$), відчувають себе розбитими ($p=0,00$, гр.2 $U=35,04$; гр.1 $U=20,50$), знесиленими ($p=0,00$, гр.2 $U=34,96$, гр.1 $U=20,57$), втомленими ($p=0,00$, гр.2 $U=35,42$; гр.1 $U=20,14$), виснаженими ($p=0,00$, гр.2 $U=34,88$; гр.1 $U=20,64$), швидко стомлюючими ($p=0,00$, гр.2 $U=34,04$; гр.1 $U=21,43$) та хворими ($p=0,002$, гр.2 $U=31,81$, гр.1 $U=23,50$).

За складовими шкали «настрій» досліджувані 1 групи, на відміну від досліджуваних 2 групи, відзначали, що мають гарний ($p=0,001$, гр.1 $U=34,21$; гр.2 $U=20,27$), запальний ($p=0,003$, гр.1 $U=33,29$; гр.2 $U=21,27$), оптимістичний ($p=0,002$, гр.1 $U=33,57$; гр.2 $U=20,96$), повний надій настрої ($p=0,002$, гр.1 $U=33,64$; гр.2 $U=20,88$).

За цією ж шкалою у досліджуваних 2 групи було встановлено поганий ($p=0,01$, гр.2

$U=32,12$, гр.1 $U=23,21$), нещасливий ($p=0,00$, гр.2 $U=31,81$, гр.1 $U=23,50$), похмурий ($p=0,02$, гр.2 $U=33,12$, гр.1 $U=22,29$), смутний ($p=0,019$, гр.2 $U=32,12$, гр.1 $U=23,21$), тужливий ($p=0,001$, гр.2 $U=34,12$, гр.1 $U=21,36$), песимістичний ($p=0,002$, гр.2 $U=31,81$, гр.1 $U=23,50$), розчарований настрої ($p=0,002$, гр.2 $U=31,81$, гр.1 $U=23,50$).

За шкалою «активність» досліджувані 1 групи відрізнялись більшою активністю ($p=0,00$, гр.1 $U=35,71$; гр.2 $U=18,65$), рухливістю ($p=0,004$, гр.1 $U=33,21$; гр.2 $U=21,35$), захопленням ($p=0,033$, гр.1 $U=31,71$; гр.2 $U=22,96$), легкістю розуміння ($p=0,017$, гр.1 $U=32,07$; гр.2 $U=22,53$). В той час, як за цією ж шкалою у 2 групі досліджувані характеризувались пасивністю ($p=0,00$, гр.2 $U=35,04$, гр.1 $U=20,50$), малорухливістю ($p=0,010$, гр.2 $U=32,35$, гр.1 $U=23,00$), ускладненим розумінням ($p=0,021$, гр.2 $U=32,04$, гр.1 $U=23,29$), неухважністю ($p=0,031$, гр.2 $U=31,07$, гр.1 $U=23,65$).

Для з'ясування статистичної достовірності отриманих результатів було проведено кореляційний аналіз (див. табл. 3).

Табл.3. Кореляційні зв'язки між самотністю та функціональними станами досліджуваних

	Складові шкали	За критерієм Спірмена		Шкали
		Показник Значимості	Показник Критерію	
Самотність	Відчуття сили	-,750**	0,01	Самопочуття
	Відчуття слабкості	,661**	0,01	Самопочуття
	Втомленість	,437*	0,05	Самопочуття
	Виснаженість	,545**	0,01	Самопочуття
	Витривалість	-,500*	0,05	Самопочуття
	Неквапливість	,498**	0,01	Активність
	Швидкість	-,590**	0,01	Активність
	Бажання відпочити	,437*	0,05	Активність
	Нещасний	,412*	0,05	Настрій

Табл.3. (Продовження)

	Життєрадісний	-,553**	0,01	Настрій
	Тужливий	,413*	0,05	Настрій
	Похмурий	,575**	0,01	Настрій

Було встановлено прямі позитивні зв'язки між наступними показниками: «самотність» та «відчуття слабкості» ($r=0,661$, при $p \leq 0,01$), «самотність» та «втомленість» ($r=0,437$, при $p \leq 0,05$), «самотність» та «виснаженість» ($r=0,545$, при $p \leq 0,01$), а також зворотні зв'язки між такими показниками, як: «самотність» та «відчуття сили» ($r = -0,750$, при $p \leq 0,01$), «самотність» та «витривалість» ($r = -0,500$, при $p \leq 0,05$). У молодих жінок, які гостро переживають самотність самопочуття характеризується ослабленістю, виснаженістю, втому, нестачею внутрішніх сил та неможливістю їх швидкого відновлення.

Кореляційні прямі зв'язки встановлено між «самотністю» та «некваліфікаційністю» ($r=0,498$, при $p \leq 0,01$), «самотністю» та «бажанням відпочити» ($r=0,437$, при $p \leq 0,05$) та зворотній зв'язок між «самотністю» та «швидкістю» ($r = -0,590$, при $p \leq 0,01$). Гостре переживання самотності впливає на сферу активності молодих жінок, позначаючись на уповільненості дій з неможливістю прискорення виконання завдань, супроводжуючись повсякчасним бажанням відпочити.

Встановлено прямі зв'язки між: «самотністю» та «відчуттям себе нещасною» ($r=0,412$, при $p \leq 0,05$), «самотністю» та «тужливістю» ($r=0,413$, при $p \leq 0,05$), «самотністю» та «похмурістю» ($r = 0,575$, при $p \leq 0,01$), а також зворотній зв'язок – між «самотністю» та «життєрадісністю» ($r = -0,553$, при $p \leq 0,01$). У стані

глибокої самотності молоді жінки мають настільки тужливий настрій, що емоційна сфера насичена сумними емоціями.

Глибока суб'єктивна самотність торкається функціональних станів особистості, що відбивається на різних сферах особистості: емоційній, когнітивній, діяльній тощо, що потрібно враховувати при психологічній корекційній роботі.

Обговорення результатів.

Самотність переживається людьми різного віку: підлітками, молодими та зрілими людьми, людьми похилого віку [6; 7; 9]. Вважалось, що тривале життя наодинці негативно позначалось лише на літніх людях, посилюючи їхню самотність [7].

Досліджувані нашої вибірки вели тривалий час усамітнене життя, починаючи з ковідного періоду карантину і тепер через війну, а також продовжували виконувати професійні обов'язки в онлайн режимі. Такий режим життя та роботи можуть посилювати відчуття самотності, оскільки мінімізовано безпосереднє спілкування з оточуючими, яке насичується обміном емоцій, думок, вражень, переживань тощо. Саме створення зв'язків емоцій та дій важливі в управлінні самотністю [6].

Дослідниками доведено, що з віком жінки справляються з самотністю краще, ніж чоловіки [10], однак вона посилюється саме у молодому віці серед жінок [9; 11]. Такий усамітнений спосіб життя молодих жінок нашої вибірки в умовах війни ще більше їх відчужує від

оточуючих, гальмуючи створення стійких та глибоких соціальних зв'язків. Соціальні зв'язки відіграють важливу роль у процесі реадаптації до складних умов [8]. Тому при впровадженні корекційної роботи потрібно, крім внутрішніх чинників, враховувати умови війни, тобто зовнішні умови, що несуть постійну небезпеку, психологічно калічать життєву перспективу особистості.

Висновки. Отже, отримані результати порівняльного та кореляційного аналізу показали наскільки відчуття самотності у жінок молодого віку торкається їхніх функціональних станів і наскільки це впливає на життєдіяльність.

Якщо відчуття самотності присутнє, але не заважає здійснювати молодим жінкам свою професійну діяльність та відчувати смак життя, то при глибокому відчутті самотності їхня якість життя значно погіршується. Молоді жінки з високим рівнем відчуття самотності мають пригнічене самопочуття, поганий настрій та небажання активно діяти. І такий стан посилюються через дистанціювання з оточуючими, які за зовнішніми ознаками не зможуть визначити ступінь гостроти відчуття самотності. А нестача внутрішніх сил у молодих жінок і небажання щось робити при гострому переживанні самотності може пригальмувати звернення як за допомогою до близького оточення, так і за психологічною професійною допомогою до спеціалістів. Тому подальшого доопрацювання та аналізу потребують результати психодіагностичного дослідження у жінок періоду молодості.

Література

1. Киричук О.В, Роменець В.А. Основи психології: підручник.

Київ: Либідь, 2006. 632 с.

2. Свендсен Л. Філософія самотності. Львів: Анетти Антоненко; Київ: Ніка-Центр, 2017. 208 с.

3. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2003. 376 с.

4. Трофімов Ю.Л., Рибалка В.В., Гончарук П.А. та ін. Психологія: підручник. Київ: Либідь, 1999. 558 с.

5. Craig G. Human Development. Prentice Hall, 1989, 636 p.

6. Davidson P. (1995). The process of loneliness for female adolescents: A feminist perspective. *Health Care for Women International*, 16:1, 1–8, DOI: 10.1080/07399339509516152 (дата звернення: 27.03.2023).

7. Delisle M.-A. (1998). What does Solitude Mean to the Aged? *Canadian Journal on Aging*, 7:4, 358–371, DOI: 10.1017/S0714980800014859 (дата звернення: 27.03.2023).

8. Jerusalem M., Hahn A., Schwarzer R. (1996). Social bonding and loneliness after network disruption: A longitudinal study of East German refugees. *Social Indicators Research*, 38:3, 229–243, DOI: 10.1007/BF00292047 (дата звернення: 27.03.2023).

9. Rokach A. (2000) Perceived causes of loneliness in adulthood. *Journal of social behavior and personality*, 15:1, 67–84.

10. Rokach A. (2001). Strategies of coping with loneliness throughout the lifespan. *Current Psychology*, 20:1, 3–18. DOI: 10.1007/s12144-001-1000-9 (дата звернення: 27.03.2023).

11. West D.; Kellner R.; Moore-West M. (1986). The effects of loneliness: A review of the literature. *Comprehensive Psychiatry*, 27:4, 351–

363, DOI: 10.1016/0010- 27.03.2023).
440X(86)90011-8 (дата звернення:

O. Lych, Doctor of psychology, Associate professor
O. Ichanska, Candidate of psychological sciences, Assistant professor
O. Hirschuk, Senior lecturer
National Aviation University, Kyiv (Ukraine)

FEATURES OF EXPERIENCING LONELINESS IN YOUNG WOMEN DURING THE WAR

The article is dedicated to the theoretical analysis and empirical study of the peculiarities of loneliness among women during their youth in conditions of war. To address this issue, the understanding of loneliness as a social and psychological phenomenon in domestic and foreign literature is presented, and the psychological characteristics of the youth period are defined. Theoretically, it is argued that loneliness is a complex phenomenon that is experienced by most people of different ages, but young women are the most vulnerable.

The most significant empirical results of psychodiagnostic methods obtained through online testing are presented, which demonstrate the difference in subjective feeling of loneliness depending on the severity of its experience. A comparative analysis of two groups with average and high levels of loneliness using methods of mathematical statistics was conducted. In the group of young women with an average level of loneliness, the indicators for "well-being," "activity," and "mood" are significantly higher than in young women with a high level of loneliness. The relationship between the degree of loneliness experience and functional states (well-being, activity, mood) is analyzed based on correlation analysis of the statistical package "SPSS." Young women who feel loneliness at an average level continue to carry out their professional activities, try to be active, able to experience different emotions, and maintain their quality of life in conditions of war.

Young women with a high level of loneliness have a depressed state of general well-being, a bad mood, and a lack of activity, which worsens the quality of their life. Such a state, influenced by internal and external factors, is intensified by distancing from the surrounding people, which affects the untimeliness of providing assistance.

Keywords: loneliness, levels of loneliness, well-being, mood, activity, young women.

References

1. Kyrychuk O.V., Romenets V.A. (2006). *Osnovy psykholohii: pidruchnyk. [Fundamentals of psychology: a textbook].* Kyiv: Lybid. 632 s. [in Ukrainian].
2. Svendsen L. (2017). *Filosofia samotnosti. [The philosophy of loneliness].* Lviv: Anetty Antonenko; Kyiv: Nika-Tsentr. 208 s. [in Ukrainian].
3. Tytarenko T.M. (2003). *Zhyttievyyi svit osobystosti: u mezhakh i za mezhamy budennosti. [The life world of a personality: within and beyond the everyday life].* Kyiv: Lybid. 376 s. [in Ukrainian].
4. Trofimov Yu.L., Rybalka V.V., Honcharuk P.A. ta in. (1999). *Psykholohiia: pidruchnyk. [Psychology: a textbook].* Kyiv: Lybid, 558 s. [in Ukrainian].
5. Craig G. *Human Development.* Prentice Hall, 1989, 636 p. [in English].
6. Davidson P. (1995). *The process of loneliness for female adolescents: A feminist perspective.* *Health Care for Women International*, 16:1, 1–8, DOI: 10.1080/07399339509516152.
7. Delisle M.-A. (1998). *What does Solitude Mean to the Aged?* *Canadian*

Journal on Aging, 7:4, 358–371, DOI: 10.1017/S0714980800014859.

8. Jerusalem M., Hahn A., Schwarzer R. (1996). Social bonding and loneliness after network disruption: A longitudinal study of East German refugees. *Social Indicators Research*, 38:3, 229–243, DOI: 10.1007/BF00292047.

9. Rokach A. (2000) Perceived causes of loneliness in adulthood. *Journal of social behavior and*

personality, 15:1, 67–84.

10. Rokach A. (2001). Strategies of coping with loneliness throughout the lifespan. *Current Psychology*, 20:1, 3–18. DOI: 10.1007/s12144-001-1000-9.

11. West D.; Kellner R.; Moore-West M. (1986). The effects of loneliness: A review of the literature. *Comprehensive Psychiatry*, 27:4, 351–363, DOI: 10.1016/0010-440X(86)90011-8

Надійшла до редколегії: 03.04.2023

Прийнята до друку: 12.04.2023