

MPHTI:15.81.65

<https://doi.org/10.51889/2020-1.1728-7847.17>

Н.А. Таледжан¹, Г.К. Сланбекова², К.С. Игембаева³

^{1,2,3}Академик Е.А. Бөкетов атындағы Қарағанды мемлекеттік университеті,
Қарағанды, Қазақстан

ӘЙЕЛ ЖАЛҒЫЗДЫҒЫ ФЕНОМЕНІ

Аңдатпа

Мақалада жалғыздық феномені, оның ішінде әйел адамдардың жалғыздығының негізгі себептері қарастырылған. Психологиялық ерекшеліктерге негізделген жалғыз әйелдердің түрлері ажыратылып көрсетілген. Сондай-ақ жалғыз әйелдердің психологиялық сипаттамаларына жан-жақты түсіндірмелер келтірілген.

Түйін сөздер: жалғыздық, жалғызбасты әйел, тұрмыс құрмаған әйелдер.

Talejan N. A.¹, Slanbekova G. K.², Igembayeva K.S.³

^{1,2,3}Karaganda State University named after academician E.A. Buketov,
Karaganda, Kazakhstan

THE PHENOMENON OF FEMALE LONELINESS

Abstract

The article deals with the phenomenon of loneliness, including the main causes of loneliness of women. There are different types of single women based on psychological characteristics. There are also detailed explanations of the psychological characteristics of single women.

Key words: loneliness, lonely woman, unmarried women.

Talejan N. A.¹, Slanbekova G. K.², Igembayeva K.S.³

^{1,2,3}Karagandinsky State University named after E. A. Buketov,
Karaganda, Kazakhstan

ФЕНОМЕН ЖЕНСКОГО ОДИНОЧЕСТВА

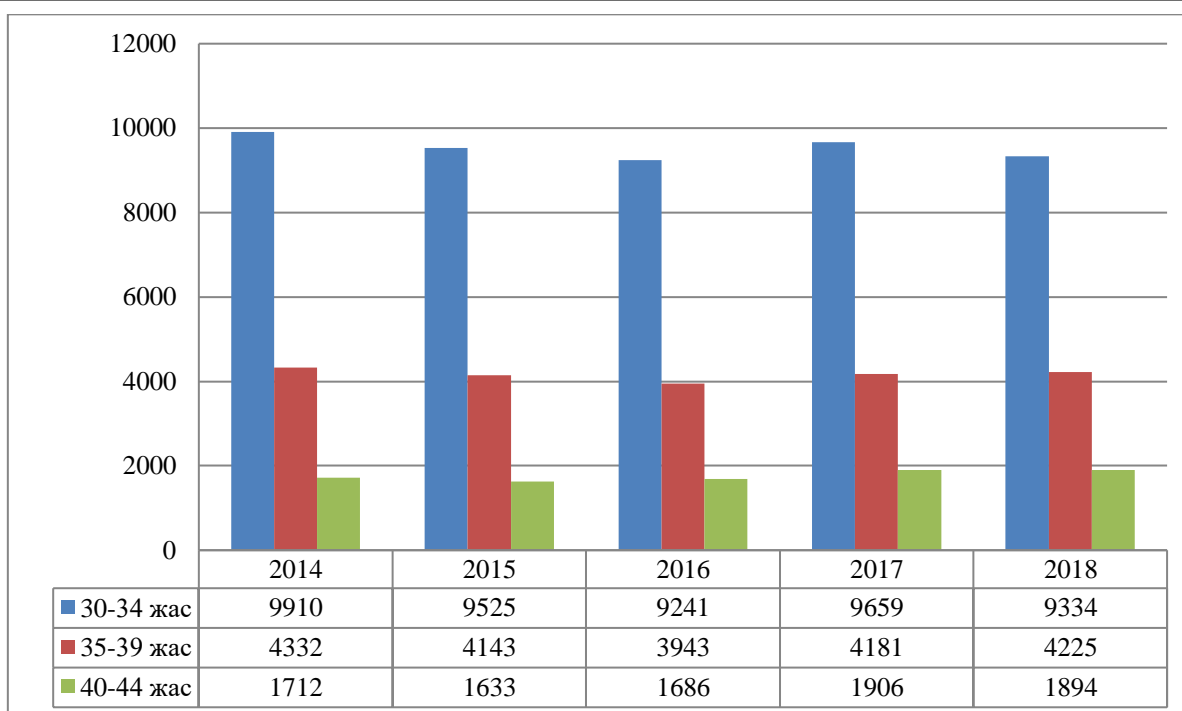
Аннотация

В статье рассматривается феномен одиночества, в том числе основные причины одиночества женщин. Различаются виды одиноких женщин, основанные на психологических особенностях. Также приведены подробные пояснения к психологическим характеристикам одиноких женщин.

Ключевые слова: одиночество, одинокая женщина, незамужние женщины.

Бүгінгі таңда жалғыздық, оның ішінде әйел адамдардың жалғыздығы қоғамда кең таралуда. Аталған мәселе өте өзекті болып табылады, себебі қоғам үшін маңыздылығы күннен күнге артып келеді. Әйел адамдардың жалғыздық себептері мен оларға тән психологиялық сипаттамаларды анықтау бүгінгінің өткір де өзекті мәселелерінің қатарын толықтырып отыр. Себебі негізгі себептер мен сипаттамаларды зерттеу және анықтау мәселені терең әрі жан-жақты түсінуге, қоғам үшін тиімді, оң нәтижелерге қол жеткізуге мүмкіндік береді.

Статистикалық көрсеткіштер бойынша, ТМД-да 33 миллион әйел некеде тұрмаған. Олардың ішіндегі қазақстандық әйелдердің де саны айтарлықтай көп (сурет 1) [1, 2, 3, 4, 5].



Сурет 1. Қазақстандағы некеде тұрмаған әйелдердің көрсеткіштері (2014-2018 жж.)

Жоғарыда көрсетілген нақты деректерге сүйене отырып, некеде тұрмаған әйелдердің саны аздаған ауытқушылықпен тұрақты көрсеткішке ие екендігін айта аламыз. Қазақстандағы репродуктивті жастағы некеде тұрмаған әйелдердің жалпы саны 150 мыңға жуық, бұл деректер әлеуметтанушылар мен психологтардың тарапынан аландаушылықты тудырып отыр. Себебі әйел адамның отбасылық қарым-қатынастардан шеттетіліп қалуы олардың психологиялық жағдайына (жалғыздықты сезіну, күйзеліске түсу, тұлғаға кері әсер ететін сезімдерді бастан өткеру және т.б.) және мемлекеттің әлеуметтік, демографиялық ахуалына тікелей ықпал етеді. Сондықтан келтірілген көрсеткіштердегі әйелдер санын азайтуға бағытталған қоғамдық, мемлекеттік жұмыстар, оның ішінде зерттеу жұмыстары жоғары маңызға ие болып отыр.

Қазіргі заманғы жалғыздық феноменінің эмпирикалық зерттеулері жалғыздықты сезінуші адамдардың мінез-құлқы мен жеке қасиеттерін, жас ерекшеліктері мен жалғыздықтың атрибутивтік модельдерін зерделеуге, ауыспалы жалғыздықтың жай-күйін, оның ауырлық дәрежесін анықтауға, сондай-ақ әртүрлі типологиялар мен жалғыздық шкалаларын құруға байланысты феноменді құрайтын бөліктерге (когнитивтік, эмоциялық және мінез-құлық) негізделеді.

Жалғыздық мәселесі әр уақытта түрлі бағыттағы өкілдер жүгінген психологиядағы ең өзекті мәселелердің бірі болып табылады. Аталған мәселені зерттеген шетелдік авторлардың арасында Р.Вейс, В.Дж. Дерлег, Дж. Зилбург, А. Камю, С.Т. Маргулис, А. Мустакас, Л.Э. Пепло, Д. Перлман, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд, Э. Фромм, И. Ялом бар [6]. Жалғыздық мәселесі, оның көптеген аспектілері келесі зерттеушілердің еңбектерінде де өз көрінісін тапты: Н.В. Тулин (әлеуметтік-саяси), Ж.В. Пузанова (философиялық-әлеуметтік), С.В. Куртиян (әлеуметтік құбылыс ретінде), Ю.М. Швалб және О.В. Данчева (әлеуметтік-психологиялық), Л.И. Старовойтова (әлеуметтік философиялық) [7, 114].

Жалғыздық – ауыр психикалық жағдай, әдетте, жағымсыз көңіл-күй мен ауыр эмоционалдық уайымдармен қатар жүреді. Жалғыз адам бақытсыздық сезімін бастан жиі өткереді. Оларда әлеуметтік байланыстар аз немесе шектеулі, кейде тіпті мүлде үзілген.

Адам жалғыздық сезімін басқа адамдармен қарым-қатынасының толық еместігін түсінгенде және қарым-қатынас қажеттілігін қанағаттандырудың өткір жетіспеушілігін бастан кешкен кезде өткереді.

Жалғыздық әрдайым индивидтің әлеуметтік оқшаулануына байланысты бола бермейді. Адамдар арасында үнемі болып, олармен байланысты үзбеуге және сонымен бірге психологиялық оқшаулануды, яғни жалғыздықты сезінуге болады. Жалғыздықты сезіну дәрежесі адамдар ортасынан тыс өткізген жылдар санымен де байланысты емес. Өмір бойы тек бір өзі тұратын адамдар кейде

айналасындағылармен жиі қарым-қатынасқа түсуге тура келетіндермен салыстырғанда жалғыздықты мүлде сезінбеулері мүмкін.

Жалғыздықтың шынайы субъективті жай-күйі әдетте теріс эмоционалдық бояуы бар психикалық бұзылулармен сипатталады. Жалғыздық кейбір қарапайым симптомдардан білінеді. Әдетте жалғыз адам өзін басқа адамдардан психологиялық оқшаулап, қалыпты тұлғааралық қарым-қатынас жасауға, қоршаған адамдармен қарым-қатынас орнатуға қабілетсіз сезінеді. Жалғыз адам – бұл депрессивті, басқа да қарым-қатынас дағдылары мен біліктерінің тапшылығын сезінетін тұлға. Жалғыз адам өзін басқалар сияқты сезінбейді және өзін тартымды тұлға ретінде қабылдамайды. Аталған адамның бойында басқа адамдарға қарағанда, күдіктің жоғарылығы, импульсивтілік, шамадан тыс тітіркену, қорқыныш, мазасыздық және фрустрациялану сезімдері басым болып келеді.

Жалғыздық сезімін бастан өткеруші адам көп жағдайда пессимист, айналасындағы адамдардан тек жағымсыз дүниелерді күтеді әрі болашағына деген ішкі сенімнен айырылған. Жалғыз адамдар байқаусыз қалуға тырысады, жиі жағдайда көңілсіз жүреді. Оларда шаршау және ұйқышылдық көп байқалады.

Жалғыз адамдар басқаларды, әсіресе, жанашыр және өздерін бақытты сезінетін адамдарды ұната бермейді. Бұл – өз кезегінде адамдармен жақсы қарым-қатынас орнатуға кедергі келтіретін олардың қорғаныс реакциясы. Жалғыз адам өзіне, өзінің жеке мәселелері мен ішкі уайымдарына ерекше көңіл бөлумен сипатталады. Оған болашақта қолайсыз жағдайлардың салдарынан орын алатын қорқыныш пен үрей тән. Басқа адамдармен сөйлесе отырып, жалғыз адам өздері туралы көбірек айтады және басқаларға қарағанда жиі әңгіме тақырыбын өзгертеді.

Жалғыздық сезімін ең өткір әрі ауыр сезінетіндердің қатарына әйел адамдар жатады. Әйел жалғыздығының міндетті белгілері – өмірдің мәнін жоғалту және сенімсіздік. Әйелдердің жалғыздығының ерекшеліктері көбінесе оларды тудырған себептерге байланысты. Жалғыздықтың себептері әйелдерде күнделікті өмірде кездесетін және өмірді толыққанды сезінудің жоғалуына тікелей немесе жанама түрде әкелетін құбылыстар болып табылады. Жалғыз әйел адамның бойындағы пессимизм, сөзсіз ер адамдарды үркітетін көңіл-күйге әкеледі. Жалғыз әйел ер адамдар болатын ортаға кез келген шақыруды үзілді-кесілді қабылдамайды. Ерлерден өзін алшақ ұстай отырып, ол өзінің өмірлік қағидаттарының дұрыстығына еш күмән келтірмеуі мүмкін.

Олар негізінен жалғыз және өмірге риза емес адамдар. Бірінші санаттағылар көбінесе сөйлеу, көру қабілеттері тарапынан, дене бітімі бойынша ақаулары бар әйелдер болып табылады. Әдетте, олар өздерін тағдырмен ерекшеленген деп санай отырып, серіктестерді іздеуге ұмтылмайды. Олардың кейбіреулері жалғыздықтың орнын толтыру үшін баланы өмірге әкелуге тәуекел етеді. Жалғыз басты әйелдердің екінші санаты – ең алдымен өзіне көңіл бөлуге үйренген отбасындағы жалғыз немесе кенже балалар. Олар ерлі-зайыптылықты жеке қажеттіліктер ретінде қабылдайды және серігіне зат ретінде қарауы да мүмкін. Аталған жағдай, яғни отбасылық эгоизм қарым-қатынастың бұзылуына және жалғыздыққа алып келеді.

Әйелдердің жалғыздық себептерінің ішіндегі ең маңыздысы – демографиялық себеп. Ерлер өлімі барлық жастағы санаттарда әйелдерден әлдеқайда асып түседі. Мысалы, 20-24 жаста ерлердің өлім-жітім көрсеткіші әйелдерге қарағанда 2,7 есе жоғары; 25-29 жас тобында көрсеткіш тағы да 2,9 есе көп. Нәтижесінде ерлердің орташа өмір сүру ұзақтығы әйелдерге қарағанда 9-10 жылға аз. Оның үстіне, бұл көрсеткіштердің өсу үрдісі айтарлықтай байқалады. Ерлер өлімінен басқа, әлеуетті ерлі-зайыптылардың санын азайтатын тағы да бірнеше жағдайлар бар: маскүнемдік, жазасын өтеу, әскерде қызмет ету. Көптеген әйелдер маскүнем, әскери қызметтегі, сотталған адамдармен отбасын құрудан бас тартады.

Жоғары білімі бар әйелдердің саны білімді ерлер санынан асып түсетіні де қазіргі заманғы өзекті мәселелер қатарын толықтырып отыр. Жыл сайын бұл айырмашылық артып келеді.

Соңғы уақытта әйелдер жалғыздығының маңызды себептерінің бірі баласыз жалғыздық болды. Өкінішке орай, баласы бар әйел үшін некеге тұру мүмкіндігі баласы жоқ әйелдерге қарағанда 3 есе аз. Осыған байланысты жас босанған әйелдердің балаларынан бас тарту жағдайлары жиілеп кетті. Қазіргі әйелдер жеке еркіндікті көбірек бағалай бастады. «Баласыз» (childless) сөзінің орнына «балалардан бос» (child-free) сөзі жиі қолданыла бастады. Әлеуметтік психологтардың зерттеулері бала асырағысы келмеген әйелдер өздерінің жұмысына қызығушылық танытып, үлкен жетістіктерге қол жеткізгендіктерін, жоғары білімді екендіктерін көрсетті; олар ана болу өмірге толық қанағаттануға мүмкіндік бермейді деп ойлайды. Бүгінгі таңда көптеген адамдар мансап пен балалар бір арнаға тоғыспайды деп санайды, тіпті «тең құқылы» некеде бала күтімі әйелдер міндеті болып қала береді [8].

Сондай-ақ әйелдер жалғыздығының типологиясын жасау да қазіргі күні маңызды мәселелер қатарына еніп отыр. Типологияны жасау барысында зерттеушілер түрлі көзқарастарды ұстанады. Десек те, әйелдер жалғыздығының келесі түрлерін көрсетуге болады:

– Өзін-өзі бағалауға байланысты жалғыздық. Бұл түр белгілі бір психологиялық кедергімен байланысты, оны көптеген әйелдер өмір бойы жеңе алмайды. Ол жұмыста, қарым-қатынаста, махаббат пен жақындықта түрлі қиындықтар туғызады. Бұл кедергі өзін-өзі адекватты бағалауға жатпайды. Өзін осылай бағалайтын әйелдер өзі туралы қоршаған ортаның пікірлерін теріске шығарады немесе міндетті түрде айналасына ұнауға тырысады. Мұндай әйелдерді жиі жағдайда жеке қарым-қатынасқа қатысты мәселелер мазалайды. Психологтар жалғыздық өзін-өзі бағалаумен тығыз байланысты деп санайды және бұл байланыс кері функциялы: өзін-өзі бағалау төмен болған сайын, жалғыздық сезімін бастан кешіру соғұрлым жоғары болмақ.

– Идеалдарға байланысты жалғыздық. Бұл жаңылыстың негізгі көзі – бұқаралық ақпарат құралдары, кино және телесериалдар беретін әртүрлі романтикалық таптаурындар. Иллюзия шыр-мауының күштілігі соншалық, әйел адамдар реалды әлемнен қол үзіп қалады. Сондықтан шынайы өмірден оқшауланған және ойлап тапқан романтикалық махаббат туралы идеалданған көзқарастар әйел жалғыздығының себебі әрі түрі болып табылады.

– Амбицияға байланысты жалғыздық. Әйел жалғыздығының осы түрін анықтайтын негізгі постулат – қазіргі әлемдегі әйелдің барлық әлеуметтік маңызы бар қызметтерімен салыстырғанда жұмыста, мансапта өзін-өзі іске асыруының абсолюттік басымдығы. Бұл қатарға жататын әйелдер әдетте, 32-37 жас шамасында, жоғары білімді, көптеген тілдерді меңгерген, арман-мақсаттарына тұтас берілген. Ол өз жұмысын (басқа әйелдерден айырмашылығы), барлығына өзін дәлелдеу құралы ретінде бағалайды. Алайда, мұндай әйелдер жеке өмірде жиі жағдайда бақытты бола бермейді [9].

Көрсетілген әйелдер жалғыздығының түрлерін анықтауға әйелдердің қарым-қатынас пен мінез-құлықтың қандай да бір стиліне жеке бейімділігін анықтайтын психологиялық ерекшеліктер, әйелдің аскриптивті сипаттамаларымен байланысты факторлар (жасы, денсаулығы, сыртқы деректері, этникалық қатыстылығы), әлеуметтік-психологиялық ерекшеліктерімен байланысты факторлар, ең алдымен өз күштеріне сенімділіктің болуы, психиканың ұтқырлығы, өзін-өзі сәйкестендірудің және адамгершілік нормаларын түсінудің ерекшеліктері ықпал еткен.

Сонымен қатар ең басты әрі маңызды факт ретінде, жалғыз басты әйелдерге жалпы әйел затының бойынан табылатын басқа да құндылықтар тән екендігін естен шығармаған абзал. Олардың бойында жалпы әйел баласының сипаттамаларымен, көзқарастарымен қатар өздеріне тән сипаттары мен пікірлері қалыптасқан.

Психология саласындағы зерттеулерге сүйенетін болсақ, әйелдердің көпшілігі жалғыздыққа қатысты келесідей жауап берген: жалғыздық – бұл ішкі жан-дүниедегі бостық (72,9%), жалғыздық – жақын достарының, сырласатын адамның болмауы (5,4%), жалғыздық – бұл жұбайы тарапынан түсініспеушілік (48,6%).

Жалғыздықты сезінуші әйелдерде фрустрацияланудың жоғары деңгейі байқалады. Аталған әйелдер көп жағдайда болып жатқан сыртқы жағдайды немесе басқа адамдарды айыптауға бейім болады. Жалғыз әйелдерден қыңырлық, босаңсу, тітіркену, шектен тыс ашу-ыза көрініс табады. Жалғыз әйелдердің кейбіреулері туындаған мәселелер үшін өздерін айыптайды, артық кінә себебінен зардап шегеді, апатия мен күйзеліске ұшырайды. Оларда мазасыздық пен көңіл-күйдің төмендігі пайда болып, тұлға тұйықталып қалады. Әйелдердің бұл санаты үйде де, жұмыста да қанағаттану сезімін еш сезінбейді.

Қиындықтармен бетпе-бет келгенде жалғыз әйелдер жағымсыз жағдаяттардан қашуы, оны қабылдамауы әбден мүмкін.

Жалғыз әйелдер өзге әйелдермен салыстырғанда қоғамдық өмірге көбірек қатысады. Жалғыз адамның бос уақыты көп, өйткені отбасылық міндеттемелерден босатылған. Сол себепті олар әлеуметтік тұрғыдан белсенді болып келеді.

Жалғыздікті тұрмыс құрмаған әйелдер мен некеде тұрған, бірақ жалғыздық сезімін сезінуге бейім әйелдер арасында жалғыздық сезімін жеңу әдістері, құралдары мен тәсілдерінде айырмашылықтар бар. Біріншілері достарына қоңырау шалып, ғылыми қызметпен айналысады, бассейнге немесе жаттығу залына барады, ал екіншілері дүкендерге барады, балалармен қыдырады, өздігінен білім алумен айналысады.

Көптеген жалғыз әйелдер үшін әлеуметтік жалғыздықтың когнитивті компонентінің орташа деңгейі тән. Олар өздерінің жалғыздығының себебі ретінде жақындары тарапынан көңіл бөлу мен өзара түсіністіктің болмауын атап өтеді. Жұмыс аптасының басында және соңында жалғыз басты әйелдерде неврозға әкелуі мүмкін жеке және ахуалдық алаңдаушылық, мазасыздық деңгейі

жоғарылайды. Жалғыздық сезімін өткеруші әйелдердің көпшілігі үшін айналасындағылар тарапынан ескертулер бойынша ауыр уайымдармен сүйемелденетін өзін-өзі бағалаудың төмендетілген сипаты тән болып келеді [10].

Жоғарыда көрсетілген теориялық талдау жалғыздық, оның ішінде әйел адамның жалғыздығына қатысты кең ауқымды мәселеге ғылыми назар аударудың қажеттілігі және оларды шешуге конструктивті көзқарасты қалыптастыру туралы қорытынды жасауға мүмкіндік береді. Әйел жалғыздығы құбылысы эмпирикалық зерттеу пәні ретінде әлі де жеткіліксіз зерттелген, ал әйел жалғыздығының сипаты мен себептері туралы мәселе көп аспектілі болып табылады және одан әрі ғылыми зерттеулерді талап етеді.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Демографический ежегодник Казахстана 2014: Стат. сб. / Агентство РК по статистике. - Астана, 2015. - 192 с.
2. Демографический ежегодник Казахстана 2015: Стат. сб. / Агентство РК по статистике. - Астана, 2016. - 195 с.
3. Демографический ежегодник Казахстана 2016: Стат. сб. / Агентство РК по статистике. Под ред. Н. С. Айдапкелова. - Астана, 2017. - 390 с.
4. Демографический ежегодник Казахстана 2017: Стат. сб. / Агентство РК по статистике. - Астана, 2018. - 245 с.
5. Демографический ежегодник Казахстана 2018: Стат. сб. / Агентство РК по статистике. - Нур-Султан, 2019. - 250 с.
6. Зинченко Е. В. Одиночество // Психология общения. Энциклопедический словарь / Под общ. ред. А. А. Бодалева. - М.: Когито-Центр, 2015. - С. 152-153.
7. Романова Н.П. Социальный статус одиноких женщин в современном российском обществе: теоретико-методологический аспект // Вестник Читинского государственного университета. - 2008. - № 3(48). - С. 113-116.
8. Шитова Н.В. Феноменология одиночества: возможные причины женского одиночества и психологическая характеристика личности одиноких женщин // Территория науки. 2007 - №2 - С. 282-286.
9. Романова Н.П. Женское одиночество: вариант типологизации // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета. - 2006. - № 21. - С. 285-305.
10. Кольцова И.В. Психологические особенности одиноких женщин в возрасте 30-40 лет // Современные научные исследования и разработки. - 2018. - № 3(20). - С. 744-748.