



УДК 159.923:159.922.6-055.2

[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-7\(37\)-600-613](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-7(37)-600-613)

**Ворнікова Людмила Костянтинівна** аспірант, старший викладач кафедри диференціальної і спеціальної психології, Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, вул. Дворянська, 2, м. Одеса, <https://orcid.org/0000-0002-3218-4348>

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВІКОВИХ ЗМІН У ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ: ФАКТОРНИЙ ТА ЯКІСНИЙ АНАЛІЗИ

**Анотація.** У статті представлено факторний та якісний аналіз результатів авторського дослідження соціально-психологічних чинників вікових змін у жінок зрілого віку та порівняльний аналіз факторних моделей для двох вікових груп: молодих жінок та жінок зрілого віку. У групі жінок зрілого віку особлива увага приділена таким факторам як «Якість життя», «Стресостійкість», «Зміни, як стрес»; «Реактивне утворення» та у групі молодих жінок факторам: «Діти- ув'язнення»; «Працездатність чоловіка» та «Заміжжя»; «Вагітність» та «Діти-ув'язнення», «Стресостійкість».

У дослідженні прийняло участь 210 жінок віком від 18 до 65 років з різним соціальним статусом, професією, освітою, родинним станом, станом здоров'я та наявністю дітей.

Дослідження проводилося за допомогою «Методики вивчення стресостійкості та соціальної адаптації до стресу» Холмса й Раге; «Опитувальника якості життя Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗЯЖ-100 ядерний модуль)» за редакцією В.Є. Луньова; теста Шмішека-Мюллера «Акцент 2-90»; «Копінг в умовах загрози самоактуалізації» (WOCQ в модифікації професора Н.В. Родіной); методики Life Style Index (LSI) «Індекс життєвого стилю» розробленою Р. Плутчик, Х. Келлерман і Х. Р. Конте; «Опитувальник стресових реакцій» (адаптована україномовна версія шкали міжрольових конфліктів, шкали конфлікту робота-сім'я і конфлікту сім'я-робота) Н.В.Родіной та Н.С.Семенюк; медичної та демографічної анкет.

У науковій роботі розглядаються факторні моделі індивідуально-психологічних показників груп молодих жінок та жінок зрілого віку окремо та представлено результати порівняльного аналізу двох вікових груп жінок.

Дослідження проводилось у мирний період до початку повномасштабного вторгнення в Україну. Тому продовження дослідження у цьому напрямку допоможе краще розуміти актуальні потреби, ресурси та



проблеми, способи подолання труднощів та ступеню резильєнтності, надасть можливість розуміти динаміку зміни факторних моделей індивідуально-психологічних показників у українських жінок зрілого віку та молодих жінок для розробки ефективних стратегій підтримки їх психологічного благополуччя, якості життя та успішної самореалізації.

**Ключові слова:** Особливості жінок зрілого віку, зрілий вік, якість життя, психологічне благополуччя, соціально-психологічні чинники, факторний аналіз, якісний аналіз.

**Vornikova Liudmyla Kostyantynivna** PhD Student, Senior Lecturer of the Department of Differential and Special Psychology, Odesa I. Mechnykov National University, Dvoryanska St., 2, Odesa, <https://orcid.org/0000-0002-3218-4348>

## **SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF AGE-RELATED CHANGES IN WOMEN OF MATURE AGE: FACTOR AND QUALITATIVE ANALYZES**

**Abstract.** The article presents a factor and qualitative analysis of the results of the author's study of socio-psychological factors of age-related changes in women of mature age and a comparative analysis of factor models for two age groups: young women and women of mature age.

In the group of women of mature age, special attention is paid to such factors as "Quality of life", "Stress resistance", "Changes as stress"; "Reaction formation" and in a group of young women factors: "Children- Confinement"; "Husband's working capacity" and "Marriage"; "Pregnancy" and "Children- Confinement"

The study involved 210 women aged 18 to 65 years with different social status, profession, education, family status, health status and having children.

The study was conducted using the "Methodology for studying stress resistance and social adaptation to stress" by Holmes and Rahe; "World Health Organization Quality of Life Questionnaire (WHO 100 nuclear module)" edited by V.E. Lunyov; the Schmishek Müller test "Accent 2-90"; "Coping in the face of the threat of self-actualization" (WOCQ modified by Professor N.V. Rodina); methods of Life Style Index (LSI) developed by R. Plutchik, H. Kellerman and H. R. Conte; "Stress reactions Questionnaire" (adapted Ukrainian version of the scale of inter-role conflicts, the scale of the "work-family" conflict and the "family work" conflict) N.V. Rodina and N.S. Semeniuk; medical and demographic questionnaires.

The scientific work examines factor models of individual psychological indicators of groups of young women and women of mature age separately and presents the results of a comparative analysis of two age groups of women.



The study was conducted during the peaceful period before the start of a full-scale invasion of Ukraine. Therefore, continuation of research in this direction will help to better understand current needs, resources and problems, degree of resistance, will provide an opportunity to understand the dynamics of changes in factor models of individual psychological indicators in Ukrainian women of mature age and young women in order to develop effective strategies to support their psychological well-being, quality of life and successful self-realization.

**Keywords:** personality of women, mature age, quality of life, psychological well-being, socio-psychological factors, social status, self-realization, resilience, adaptation potential.

**Постановка проблеми.** Розглядаючи психологічне благополуччя особистості ми розуміємо його важливу роль на протязі усього життя людини. Звертаючи увагу на сучасні зміни демографічної структури суспільства, які демонструють збільшення долі людей зрілого віку, ми вважаємо необхідним більш детально вивчати якість життя у цьому віковому періоді, як предиктора психологічного благополуччя особистості.

За даними ВООЗ сучасні жінки перебуватимуть у похилому віці третину свого життя. Зокрема, серед жінок України у зрілому віці буде майже половина жінок країни, тобто 13,2 млн.. Тому вивчення психологічних детермінант вікових змін, соціально-психологічних факторів що впливають на якість життя жінок зрілого віку та дозволяють краще розуміти її потреби, проблеми та ресурси, для розробки ефективних стратегій підтримки їх психологічного благополуччя, якості життя у зрілому віці, безумовно набуває значущості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз вітчизняних наукових джерел вказує на збільшення уваги до вивчення психологічних аспектів особистості зрілого віку. Л.І. Анциферова, Є.Л. Базика, С.І. Григор'єва, Т.М. Титаренко, В.М. Ямницький досліджували духовні розвиненості, життєтворчі здібності та життєві завдання, ступені активності та соціальні інтереси[1,2]. Завдання досягнення ідентичності та тісних, теплих стосунків з іншою людиною, що приносять взаємне задоволення, на думку Т.М.Титаренко, є одним з надважливих завдань у зрілому віці[3]. Є.Л.Базика глибоко вивчає особливості якості життя саме жінок зрілого віку, трансформації їх жіночої ідентичності та психологічні особливості, вказує на вплив соціального статусу на задоволеність якістю життя[4].

**Мета статті** полягає в представленні результатів дослідження соціально-психологічних факторів, які впливають на благополуччя та якість життя жінок зрілого віку за допомогою факторного та якісного аналізів.

**Виклад основного матеріалу.** Для вирішення завдань дослідження було сформовано дві вікові групи піддопитуваних. Група молодих жінок



(ГМЖ) віком від 18 до 39 років, середній вік 22 роки 6 місяців у кількості 91 особи та група жінок зрілого віку (ГЗЖ) віком від 40 до 65 років, середній вік 52 роки 4 місяця у кількості 119 жінок з різним соціальним статусом, професією, освітою, родинним станом та станом здоров'я, наявністю дітей. Також за допомогою *демографічної анкети* ми встановили, що рівень освіти у ГМЖ  $2,76 \pm 1,068$ , у ГЗЖ  $M=4,15 \pm 1,1159$ . У дослідженні прийняли участь жінки зрілого віку з професійно-технічною освітою та освітою першого та другого рівня вищої освіти. У молодих жінок рівень освіти нижчі, ніж у жінок зрілого віку, що відповідає віковій нормі українського соціуму. Середні показники родинного стану встановили у ГМЖ  $M=1,30 \pm 0,972$ , у ГЗЖ  $M=2,20 \pm 0,953$ . Значна більшість жінок зрілого віку у офіційному шлюбі, а більшість молодих жінок холості та у неофіційному шлюбі, що відповідає віковій нормі. Середні показники професії у ГМЖ  $M=2,45 \pm 0,582$ , у ГЗЖ  $M=2,56 \pm 0,962$ . Більшість жінок зрілого віку у нашому дослідженні за фахом службовці, лікарі та психологині. Більшість молодих жінок студентки та службовці. Наявність дітей у ГЗЖ  $M=1,44 \pm 1,030$ . Більшості жінкам зрілого віку знайомі обов'язки материнства, вони виховують від одного до чотирьох дітей, лише 25 з 119 не мають дітей. Середні показники захворювання у ГМЖ  $M=0,12 \pm 0,328$ , у ГЗЖ нашого дослідження  $M=0,44 \pm 6,582$ . У дослідженні взяли участь 80 молодих жінок без симптомів захворювання та 11 молодих жінок з ознаками захворювання. Також серед досліджуваних жінки зрілого віку, серед яких 67 жінок, які не відчувають та 52 жінки, які відчувають симптоми захворювання.

За *медичною анкетой* ми з'ясували, що піддопитувані молоді жінки які у своєї більшості не стикаються з труднощами пов'язаними з гінекологічним здоров'ям. В них ще є можливість та час народити дітей за бажанням, тому питання наявності дітей у їх житті не має на них негативного впливу, лише 8 (8,8% з ГМЖ) молодих жінок мають певні труднощі з вирішенням цього питання. Більшість немає негативного переживання з питань їх вагітності, тільки 12 (13,2% з ГМЖ) переживають з цього приводу. Серед піддопитуваних молодих жінок лише чверть відчувають незадоволеність своїм статевим життям. Практична більшість молодих жінок дають позитивну оцінку своєму загальному фізичному стану.

Жінки зрілого віку відчувають негативний вплив труднощів у гінекологічному здоров'ї, присутня напруженість у питання наявності-відсутності дітей у їх житті. У 69 жінок зрілого віку (58% з ГЗЖ) негативний вплив у цьому питанні. Жінки зрілого віку не мають порівняно з молодими жінками стільки часу та фізіологічних можливостей для народження дітей, тому питання з наявності-відсутністю дітей у їх житті має на них негативний вплив. Більше половини жінок зрілого віку у нашому дослідженні відчувають незадоволеність своїм статевим життям та при цьому надають позитивну оцінку своєму загальному фізичному стану.



За допомогою методики Шмішека-Мюллера «Акцент 2-90» середні профілі особистості ГМЖ та ГЗЖ не мають суттєвих відмінностей. Вершини профіля особистості ГМЖ мають збільшення по Емотивним типом акцентуації темпераменту, Циклотимного типу акцентуації характеру та Екзальтованого типу акцентуації характеру. Серед молодих жінок показник емотивності у нижньої межі норми, показники циклотимності та екзальтованості у зоні реагування, що характеризує особливості комунікації молодих жінок, які прагнуть відчувати кожну людину з якої вступають у більш чи менш значний контакт. Емоційна сфера не завжди стійка, присутня часта зміна настою, можливо без об'єктивних значних підставин. Локус уваги має напрямок у зовнішній мир. Провідна потреба мотиваційної сфери молодих жінок нашого дослідження співчуття, переживання та співпереживання. Така потреба не може закінчуватися. Емоційні реакції на зовнішні подразники слабо контролюються. Молоді жінки дуже болісно сприймають розлуку з емоційно близькими та значними людьми. Присутня у деяких випадках емоційна незрілість, нерозуміння реальності. Такі жінки можуть приймати необмірковані рішення, в них емоційні переживання переважають над раціональним розумінням. Для ГЗЖ також важливий соціум, але у значно меншій мірі, ніж ГМЖ. Жінки зрілого віку мають більш стійку емоційну сферу ніж молоді жінки нашого дослідження. ГЗЖ не готові так легко віддаватися почуттям, в них присутня вибірковість до співчуття, переживання та співпереживання. Локус уваги має напрямок більш до себе, ніж до зовнішнього миру. Вони більш розуміються у своїх проблемах, ніж молоді жінки. Амплітуда зміни настрою значно менша, ніж у ГМЖ.

За методикою WOCQ (8-факторної моделі для ситуації самоактуалізації) у модифікації сучасної української психологині, професорки Н.В. Родіної, надала нам можливість встановити копінг-стратегії подолання труднощів та вирішення питання самоактуалізації піддопитуваних у нашому дослідженні. Встановлено, що для ГМЖ провідні копінг-стратегії: аналіз проблеми, пошук рішення проблем, пошук соціальної підтримки та самозвинувачення. Найменш актуальною для ГМЖ встановлено копінг-стратегію відчуженість. Для ГЗЖ нашого дослідження провідними копінг-стратегіями виявлено лише аналіз проблеми та пошук рішення проблем.

Для розуміння рівня напруженості психологічних захистів наших піддопитуваних ми застосовували методикау Індекс життєвого стилю (Life Style Index (LSI)). Отримані результати демонструють, що ієрархії систем захисних механізмів вікових груп піддопитуваних не мають значних розбіжностей. Деструктивні захисні механізми: придушення та проекція мають менші наповнення, ніж конструктивні: компенсація та інтелектуалізація серед обох вікових груп. Найвищу напруженість у ієрархії



системи механізмів захисту молодих жінок нашого дослідження встановив механізм регресія. У жінок зрілого віку вища напруженість у механізмі захисту інтелектуалізація. Найменший захисний механізм для усіх піддопитуваних жінок встановлено механізм реактивне утворення.

Для вивчення міжрольових конфліктів та балансу між роботою й особистим життям жінок ми провели дослідження за «*Опитувальник стресових реакцій*» (адаптована україномовна версія шкали міжрольових конфліктів, шкали конфлікту робота-сім'я і конфлікту сім'я-робота) Н.В.Родіной та Н.С.Семенюк Ми встановили наявність конфлікту у 59 молодих жінок (62,9% з ГМЖ) та у 71 жінки зрілого віку (59,7% з ГЗЖ). Такі жінки мають вище середнього та високий рівень конфлікту між сім'єю та роботою, коли робочі справи заважають сімейним.

Для груп досліджених проведено факторний аналіз (метод головних компонент, метод обертання: кватрімакс із нормалізацією Кайзер). Представлено факторну модель індивідуально-психологічних показників групи зрілих жінок. Для ГЗЖ обернена матриця зійшлася за 7 ітерацій, дозволив виділити сім факторів, які описують 54,17 % розподілу дисперсії (табл.1 Додаток 2):

1. Фактор **«Якості життя»** - охоплює 18,38% дисперсії – характеризує ваговий розподіл показників якості життя для ГЗЖ та їх зв'язок з іншими індивідуально-психологічними характеристиками особистості зрілих жінок. Ядерна група фактору включає баланс навантаження між узагальненими показниками показники якості життя: «Психологічна сфера» (911), «Загальна якість життя та стану здоров'я» (867), «Рівень незалежності» (781), «Загальна оцінка сприйняття життя» (725), «Фізична сфера» (723), «Довкілля» (699) та «Соціальна взаємодія» (638).

Найбільший позитивний вплив на якість життя ГЗЖ має гіпертимний тип акцентуації темпераменту (616) та демонстративний тип акцентуації характеру (542), негативний – тривожний тип акцентуації темпераменту (-597).

Серед копінг-стратегій підвищенню рівня якості життя сприяють стратегії «Фокусування на позитиві» (718), «Аналіз проблем» (539) та «Прийняття бажаного за дійсне» (449); зниженню якості життя – «Відчуженість» (-542).

Психологічні захисти на узагальненому рівні знижують якість життя ГЗЖ (-521), а саме: «Проекція» (-641), «Компенсація» (-589), «Регресія» (-512). Лише «Заперечення» (635) сприяє її підвищенню.

Показник активного статевого життя підвищують його якість (432).

Всі показники вразливості до стресорів негативно впливають на якість життя жінок цієї групи: «Сексуальні проблеми» (-711), «Посилення



конфліктності відносин з чоловіком» (-553), «Зміни у стані здоров'я членів сім'ї» (-516) та «Позиція на велику покупку (наприклад, дома)» (-473).

Таким чином, для ГЗЖ в оцінці якості життя домінує гармонійна психологічна сфера, незалежність та суб'єктивне сприйняття життя як задовільного. На якість життя негативно впливають базальна тривожність, невідпрацьовані психологічні захисти та стресори сімейного життя (фізіологічні, комунікативні та економічні). Такі показники як підвищення гіпертимність, демонстративність, сприйняття бажаного за дійсне (особливо) знижують об'єктивність оцінки якості життя жінками.

2. Фактор «Стресостійкість» охоплює 10,39% дисперсії – характеризує домінуючі стресори ГЗЖ та їх взаємозв'язок з іншими індивідуально-психологічними характеристиками особистості зрілих жінок.

Ієрархія стресорів ГЗЖ, що знижують їх адаптивність:

- 1) «Тюремне ув'язнення» (793);
- 2) «Вихід на пенсію» (741);
- 3) «Вагітність» (711);
- 4) «Смерть чоловіка» (711);
- 5) «Зміна звичок, пов'язаних із віросповіданням» (703);
- 6) «Розлучення» (692);
- 7) «Син чи дочка залишають будинок» (661);
- 8) «Смерть близького друга» (611);
- 9) «Звільнення з роботи» (547);
- 10) «Проблеми з начальством, конфлікти» (516);
- 11) «Зміна місця навчання» (509);
- 12) «Зміна профорієнтації, зміна місця роботи» (488);
- 13) «Реорганізація на роботі» (422);
- 14) «Незначне порушення правопорядку (штраф)» (411);
- 15) «Зміна посади, підвищення службової відповідальності» (409).

Зниженню вразливості від стресорів сприяють більш високий рівень освіти жінок (-643), зріла емоціональність («Емоційний та Екзальтований тип акцентуації темпераменту» відповідно -580 та -508), психологічний захист «Заперечення» (-420), високий рівень розвитку духовності («Духовна сфера» (-628)).

Серед конкретних показників якості життя підвищенню адаптивності ГЗЖ сприяє інформаційна мобільність («Можливість придбання нової інформації та навичок» (-643)), духовна зрілість («Духовність, релігія, особисті переконання» (-621)), комфортне життя («Транспорт (можливість переміщення)» (-507) та «Довкілля» (-482)).

Зниженню адаптивності до стресорів ГЗЖ сприяє високий рівень конфліктності між сім'єю та роботою (430).



Таким чином, основні стресори для ГЗЖ це блок типових сімейних та вікових проблем. Однак мають вплив також і сьогодення соціальні виклики – потреби в об'єктивізації віросповідання, зміни професійної орієнтації та високий ризик юридичних загроз. Стреси професійної діяльності присутні. Але їх вага мінімальна. Зниженню дезадаптивності ГЗЖ сприяє гармонійний розвиток особистості: освіченість, духовність, емоційна зрілість та гармонійно налагоджене життя (соціально-побутова зрілість).

3. Фактор **«Зміни, як стрес»** - охоплює 8,32% дисперсії – характеризує особливості стресорів для ГЗЖ, що характеризують ригідність особистості досліджених.

Ієрархія стресорів-змін ГЗЖ, що знижують їх адаптивність:

- 1) «Відмова від якихось індивідуальних навичок, зміна стереотипів» (759);
- 2) «Визначне особисте досягнення, успіх» (731);
- 3) «Зміна соціальної активності» (729);
- 4) «Травма чи хвороба» (659);
- 5) «Зміна умов мешкання» (642);
- 6) «Зміна навичок, пов'язаних з харчуванням» (617);
- 7) «Проблеми з начальством, конфлікти» (615);
- 8) «Зміна звичок, пов'язаних із проведенням дозвілля чи відпустки» (614);
- 9) «Зміна умов життя» (608);
- 10) «Відпустка» (608);
- 11) «Різдво, зустріч Нового Року, день народження» (592);
- 12) «Зміна звичок, пов'язаних зі сном, порушення сну» (526);
- 13) «Зміна умов або часу праці» (525);
- 14) «Зміна числа членів сім'ї, що живуть разом, характеру і частоти зустрічі з іншими членами сім'ї» (475);
- 15) «Реорганізація на роботі» (474).

Чинником, що сприяє посиленню дезадаптації ригідних досліджених зважають їм на роботі (-підтримка (ступень відчуття підтримки сім'ї, друзів» (484)).

Таким чином, ригідні зрілі жінки дуже чутливі як до позитивних стресорів змін (досягнення, відпустка, свята), так і до негативних. Остання дійсно несуть біль руйнівний вплив на особистість.

4. Фактор **«Реактивне утворення»** - охоплює 4,61% дисперсії – актуалізує присутність у ГЗЖ психологічного захисту «Реактивні утворювання» (640) та його зв'язок з іншими індивідуально-психологічними характеристиками особистості зрілих жінок.



Таких психологічний захист притаманний жінкам, що мають дітей («Наявність дітей» (588)), цінують активне та спокійне життя («Життєва активність, енергія та втома» (514), «Сон та відпочинок» (434) та «Навколишнє середовище жінки (безпека, комфорт)» (520), сімейні справи яких заважають їх робочим інтересам (-416) та дуже чутливі до базових сімейних стресорів «Смерть близької людини у сім'ї» (546) та «Примирення подружжя» (503).

Таким чином, використання тактики демонстрації дій, протилежних емоціям, що відчуває жінка, як захисного механізму її психологічного комфорту та спокою оточуючих притаманне зрілим жінкам. І хоча воно є проявом нещирості та маскування проблем, но дозволяю їм підтримувати відчуття психологічного благополуччя.

5. Фактор **«Працездатність чоловіка»** - охоплює 4,46% дисперсії – розкриває психологічне підґрунтя стрес-вразливості від можливості спиратися на фінансову підтримку чоловіка у ГЗЖ («Чоловік кидає роботу» (579)).

Деадаптивність ГЗЖ за цим стрес-чинником підвищується при наявності несприятливих об'єктивних умов: фінансових боргів («Закінчення терміну виплати позики, борги, що ростуть» (465)), «Позика на велику покупку» (570)) та психологічних суб'єктивних умов: звички до комфорту та свободи, що надається певним фінансовим рівнем («Довкілля» (447), «Транспорт (можливість переміщення)» (424)), а також розвинений рівень духовності - відповідальне, а не споживче відношення до браку, чоловіка та його фінансовій підтримки («Духовна сфера» (562), «Духовність, релігія, особисті переконання» (565)). Також ускладнюючим фактором є навичка жінки швидше адаптуватися до нового, що може актуалізувати для неї розуміння неузгодженості життєвих підходів її та чоловіка («Можливість придбання нової інформації та навичок» (419)). Останнє підтверджується єдиним чинником, що сприяє подоланню цієї стрес вразливості – «Демонстративний тип акцентуації характеру» (-400), який сприяє зовнішній демонстрації незалежності та самостійності, навіть через внутрішнє невміння спиратися лише на свої можливості.

Таким чином, у зрілих жінок присутня традиційна залежність від зовнішнього фінансового забезпечення, наданого чоловіком. Та позитивних чинників подолання даного типу дезадаптації у них не виявлено.

6. Фактор **«Заміжжя»** - охоплює 4,27% дисперсії – розкриває особливості зниженої емоційної реакції деяких досліджених на утворення нової сім'ї як на стрес-чинник («Одруження, весілля» (-641). «Поява нового члена сім'ї, народження дитини, онука» (-489)). Такий тип реакції притаманний жінкам з «Педантичним» (475) та «Збудливим типом акцентуації характеру» (450), у яких домінує копінг-стратегія «Поведінкова розрядка» (451) та психологічні захисти «Заміщення» (619) та «Проекція» (410).



Таким чином, перфекціоністський та збудливий тип досліджених має знижений тип реагування на позитивні сімейні стреси завдяки компенсації підвищеної реакції нервової системи типовими для даних типів поведінковими реагуваннями.

7. Фактор **«Прийняття бажаного за дійсне»** (509) - охоплює 3,74% дисперсії – характеризує нереалістично-мрійну позицію відносно негараздів для ГЗЖ, що є типовим для нашої ментальності (?). Такий тип реагування на труднощі знижується при зростанні рівня освіти жінок (-458) та рівня їх захищеності («Фізична безпека та захищеність» (-450)). А нова робота підштовхує збільшення не виправданої мрійливості та підвищених очікувань (479).

Таким чином, для ГЗЖ типовим є деяка не реалістичність сприйняття життя (фантазування та маскування не бажаного), що пояснюються як психологічний захист від відчуття вразливості, та підпитується необ'єктивністю самооцінки.

Для ГМЖ обернена матриця зійшлася за 7 ітерацій, дозволив виділити десять факторів, які описують 55,19 % розподілу дисперсії: **«Якості життя»**; **«Стресостійкість»**; **«Зміни, як стрес»**; **«Діти-ув'язнення»**; **«Фокусування на позитиві»**; **«Інтровертність»**; **«Пенсія»**; **«Психологічні захисти»**; **«Вагітність»**; **«Гіпертимний тип акцентуації темпераменту»**. Констатовано що факторна модель ГМЖ є не збалансованою. Її структура характеризує недостатню цілісність особистості молодих жінок, що знаходяться ще на етапі становлення. Багато факторів монохромні – поєднують показники по одній методикі. Якщо б ми розглядали молодих жінок як предмет дослідження, то модель потребувала б оптимізації до 4-5 факторів. Однак ми залишили все десять факторів, бо дозволяють охопити приблизно однакову в ГЗЖ дисперсію, щоб з'ясувати схожі та різноманітні тенденції експериментальної (ГЗЖ) та контрольної (ГМЖ) груп.

Далі представлено порівняльний аналіз факторних моделей для ГЗЖ та ГМЖ. ГМЖ у нашому дослідженні є контрольною, цей її статус підтверджує факторний аналіз даних груп. Перші фактори в обох групах співпадають «Якість життя», рівень охопленої їм дисперсії співпадає (14%), однак у ГМЖ він більш збалансовано по найвищому рівню узагальнення показників (таб. 1). Середній рівень ядерної групи показників якості життя у груп розрізняються: для ГМЖ домінуючими є духовне життя та зовнішні показники їх життя, а у ГЗЖ – найвищий рівень займає психологічне життя та їх самостійність. Для молодих жінок самостійність та фізична сфера найменш актуальні. Для зрілих же жінок на останніх місцях значимості саме зовнішні та соціальні обставини їх життя. Такі акцентуації на різних сферах свого життя є типовими для вікових груп. Особливістю дослідженої вибірки є пізня вікова активація



потреби в самостійності та підвищений рівень фокусування на духовній сфері у молоді.

Таблиця 1.

**Ядерна група показників якості життя для ГЗЖ та ГМЖ**

| № | Показник якості життя для ГЗЖ           | Показник якості життя для ГМЖ             |
|---|---|---|
| 1 | Психологічна сфера                      | «Загальна якість життя та стану здоров'я» |
| 2 | Загальна якість життя та стану здоров'я | Загальна оцінка сприйняття життя          |
| 3 | Рівень незалежності                     | Духовна сфера                             |
| 4 | Загальна оцінка сприйняття життя        | Довкілля                                  |
| 5 | Фізична сфера                           | Психологічна сфера та Соціальні відносини |
| 6 | Довкілля                                | Рівень незалежності                       |
| 7 | Соціальні відносини                     | Фізична сфера                             |

У обох груп позитивний найвищий вплив на якість життя мають гіпертимний та демонстративний тип акцентуація, негативний вплив мають у зрілих жінок – тривожний тип, а у молодих – циклотимний тип акцентуації темпераменту.

Стратегії подолаючої поведінки у груп розрізняються: для ГМЖ типовим є ауто агресія, а для ГЗЖ притаманна як зрілі копінг-стратегії, так і деструктивні.

Загальним психологічним захистом для груп є «Компенсація», яка негативно впливає на якість життя жінок. Психологічні захисти у жінок зрілої групи більш різноманітні, мають як позитивний, так і деструктивний вплив на їх задоволення життям.

ГМЖ бачить ресурсність у спадковості, а ГЗЖ – у якісному статевому житті.

ГМЖ практично не має стресорів, що впливають на загальний рівень показників якості їх життя, а у ГЗЖ цій чинників забагато.

Природі фактору 2 «Стресостійкість» у обох груп співпадає, і навіть орієнтири стресорів мають різницю лише в нюансах трактування впливу стресора сімейних проблем та вікових особливостях. Для зрілих жінок – це



втрата важливих сімейних зав'язків, для молодих – страхи періоду формування сімейних зав'язків. Вікові проблеми зрілих жінок – утриманні соціального статусу та захист від соціальних негараздів, для молодих жінок – отримання фінансової стабільності як захисту від проблем.

Однак форми протидії руйнівним впливам цих стрес-чинників у груп різні: зрілі жінки спираються на духовне зростання та емоційну зрілість, а молоді жінки – навпаки – знаходять вихід в ще більш глобальній особистісній дезадаптації, що притаманна крайнім формам емоційної та тривожної акцентуації темпераменті та зниженні опіки про стан свого фізичного благополуччя.

Фактор 3 «Зміни, як стрес» у груп має однакову структуру, однак відображає різні явища: у ГЗЖ – ревну ригідність їх особистості, можливо пов'язану з втомою чи негативним досвідом, а у ГМЖ – об'єктивні умови їх сьогодення: перехід на новий етап життя та діяльності, часто далеко від батьківського дома.

Починаючи з 4-го фактору між групами починаються розбіжності. У ГЗЖ четвертий фактор «Реактивне утворення» описую деструктивний механізм підвищення відчуття якісного життя завдяки демонстрації у некомфортних ситуаціях протилежних відчуттів для збереження психологічного спокою оточуючих та відтворення ілюзорного благополуччя.

А у ГМЖ це фактор «Діти- ув'язнення», що висвітлює невпевненість молоді у майбутньому. Як бачимо, молоді жінки усвідомлюють та проявляють свої страхи та не впевненості, а зрілі віддають перевагу деструктивній політиці видавання бажаного за дійсне.

Фактор 5 для ГМЖ та 1, 6 та 7 у ГЗЖ включають характеристики копінг-стратегії груп. У ГМЖ ці особистісні утворення майже не пов'язані с оцінкою якості життя крім «Самозвинувачення». Останнє знижує якість життя. У ГЗЖ ці індивідуально-психологічні характеристики особистості впливають на якість життя як на узагальненому, так и на диференційованому рівнях оцінки якості життя. Та вплив як конструктивних, так і деструктивних копінгів може підвищувати особистісну оцінку задоволеності життям.

Фактори 5 «Працевдатність чоловіка» та 6 «Заміжжя» у ГЗЖ відносяться до стресорів сімейного життя, та висвітлюють традиційну залежність жінок від матеріальної опори на чоловіка та навіть сприйняття події весілля як стресора. Ефективної проти водії цім дезадаптивним тенденціям у зрілих жінок не виявлено.

Серед стресорів сімейного життя у молодих жінок відстеженні «Вагітність» та «Діти-ув'язнення», які підкреслюють не лише економічну залежність від чоловіка, що посилюється наявністю дітей, а й соціальну захищеність у великому соціумі та у майбутній родині (страх проблем з родичами чоловіка).



У молодих жінок є це один фактор «Пенсія», що яскраво свідчить про їх переживання змін життя у пенсійному віці. Однак у зрілих жінок ця проблема не має такої гостроти. Усвідомлення майбутніх змін у них присутнє, яка як один з чинників дезадаптації у факторі «Стресостійкість».

**Висновки.** За результатом дослідження встановлено, що порівняльний аналіз факторних моделей груп зрілих та молодих жінок з'ясував більш цілісну структуру особистості зрілої жінки, багаторівневий зв'язок індивідуально-психологічних характеристики їх особистостей, ніж у молодшого покоління. Якість життя зрілої жінки більш залежить від її психологічного благополуччя, нажаль, для його стабілізації вони вдаються до деструктивних копінгів та психологічних захистів.

У молодих жінок структура моделі особистості більш фрагментована, індивідуальні вподобання у копінгах більш відповідають соціальним настановам, чим особистісному досвіду, психологічні захисти не структуровані в особистість та не впливають на якість її життя. У молодих жінок дуже гостре відчуття соціальної та родинної незахищеності, що загострює у них передчуття погіршення життя у вікових кризах, до яких їм ще дуже далеко. Більшість компенсацій дезадаптації у них пов'язано з виникненням акцентуацій особистості.

Однак у обох груп первинні чинники моделей співпадають по структурі, що підтверджує їх ментальну єдність, взаємовплив та можливість використовувати у науковому аналізі тенденцій впливу індивідуально-психологічних особливостей індивідуальності на якість життя зрілих жінок.

Подальше дослідження допоможе краще розуміти актуальні потреби, ресурси та проблеми, способи подолання труднощів та надасть можливість розуміти динаміку зміни факторних моделей індивідуально-психологічних показників у українських жінок зрілого віку та молодих жінок для розробки ефективних стратегій підтримки їх психологічного благополуччя, якості життя та успішної самореалізації у важкі часи сьогодення.

### **Література:**

1. Психологічні ресурси в умовах життєвої та суспільної кризи: соціальний та особистісний виміри / Колект. моногр. / наук. ред. О. Є. Блинова, відпов. ред. В. Ф. Казібекова. – Херсон: Вид-во ФОП Вишемирський В. С., 2021. – 364 с.
2. Кашлюк Ю. І. Психологічне здоров'я і психологічне благополуччя особистості як складові задоволеності життям. *Психологічний часопис*. 2017. Львів: № 3 (7). С. 47–58
3. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації: монографія Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
4. Базика Є.Л. Особливості самоактуалізації жінок з особливими потребами як предиктор психологічного благополуччя. *Науковий журнал «Габітус»*. Видавничий дім «Гельветика». Випуск 45. 2023. 290 с. С.95-101.



**References:**

1. Psykholohichni resursy v umovakh zhyttyevoho ta suspil'noho kryzy: sotsial'nyy ta osobystisnyy vymiry [Kolekt.monohr. nauk. red.O. YE. Blinova, vidpovid. red. V. F. Kazibekova]. - Kherson: Vyd-vo FOP Vyshemyrs'kyy V. S., 2021. - 364 s. [in Ukrainian]
2. Kashlyuk YU. (2017) I. Psykholohichne zdorov'ya ta psykholohichne blahopoluchchya osobystosti yak skladovi zadovolenosti zhyttyam. Psykholohichnyy zhurnal. L'viv: №3 (7). S. 47–58 [in Ukrainian]
3. Tytarenko T.M. (2018) Psykholohichne zdorov'ya osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloyi travmatyzatsiyi: monohrafiya Natsional'na akademiya pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsial'noyi ta politychnoyi psykholohiyi. Kropyvnyts'kyy: Imeks-LTD, 160 c. [in Ukrainian]
4. Bazyka YE.L.(2023) Osoblyvosti samoaktualizatsiyi zhinok z osoblyvymy potrebamy yak predyktor psykholohichnoho blahopoluchchya. *Naukovyy zhurnal "Habitus". Vydavnychyy dim "Hel'vetyka"*. Vypusk 45. 290 s. S.95-101 [in Ukrainian]

