

УДК 316.728-042.3:[616.98:578.834.1]-036.21COVID-19
DOI: 10.26565/2077-5105-2021-25-05

Дар'я Яшкіна

аспірантка кафедри політичної соціології соціологічного факультету
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна,
майдан Свободи, 4, Харків, 61122, Україна,
e-mail: dariayashkina@karazin.ua ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-4454-4555>

ЖИТТЯ СОЛО ПІД ЧАС ПАНДЕМІЇ COVID-19: МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД СОЦІОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ*

У статті здійснюється огляд досліджень, що стосуються життя соло під час пандемії COVID-19 та спровокованих нею карантинних обмежень у різних країнах світу. Наводиться визначення поняття «життя соло», аналізується відповідний йому феномен. З огляду на існуючі публікації щодо життя соло за умов пандемії, виокремлюються основні проблеми, з якими можуть стикатися його представники, а саме: проблеми соціального самопочуття, проблеми сприйняття та слідування карантинним обмеженням, проблеми зайнятості та трудових відносин, фізичної ізоляції та проблеми пошуків романтичних стосунків. Розглядаються способи подолання зазначених проблем, зокрема такі, як створення «бульбашок» спілкування, інтенсифікація комунікації з родичами, друзями, колегами. Визначаються найбільш придатні методи дослідження зазначеної соціальної групи. Робиться висновок про необхідність комплексного вивчення життя соло з використанням як кількісних, так і якісних методів. Окреслюються такі обмеження використання даних здійсненого аналізу, як недостатня розвинутість категоріального апарату, що викликає труднощі при зіставленні результатів різних досліджень; акцент на проблемах жінок, які додержуються стилю життя соло; відмінності реалізації карантинних заходів у різних країнах та контролі за їхнім дотриманням. Зважаючи на те, що більшість країн, у яких проводилися аналізовані дослідження, є соціально та економічно більш розвиненими, ніж Україна, доводиться, що в нашій країні деякі з перелічених проблем можуть бути більш глибокими: можуть виникнути нові труднощі, зумовлені ситуацією на пострадянському просторі. Визначається коло питань, що актуалізують дослідження життя соло в Україні під час пандемії, а саме: проблеми самотніх людей похилого віку; економічний стан людей, які проживають соло; неефективність соціальної політики, спрямованої на підтримку соло-індивідів. Робиться висновок про те, що головним питанням у вивченні життя соло в Україні є визначення його соціокультурної специфіки.

Ключові слова: стилі життя, феномен життя соло, пандемія COVID-19, соціологічні дослідження, соціальне самопочуття представників життя соло.

Постановка проблеми.

Від початку 2020 року світова наука зосередила свою увагу на наймасштабнішому сучасному виклику для усього людства – пандемії COVID-19¹. Окрім апріорі актуальних досліджень у сфері медицини, вірусології, епідеміології та інших галузей

науки, від яких безпосередньо залежить виживання людства та збереження фізичного здоров'я людини, надзвичайної актуальності набувають дослідження у сфері економіки (оскільки пандемія нанесла безпрецедентні збитки для економіки більшості країн); правознавства (карантинні заходи,

* Стаття підготовлена та опублікована в рамках НДР №0121U109814 «Соціолого-математичне моделювання ефективності управління соціально-епідемічними процесами для забезпечення національної безпеки України».

1 11 березня 2020 року Світова організація здоров'я оголосила COVID-19 пандемією.

що реалізуються в рамках політики різних країн, ставлять під сумнів дотримання прав людини); психології (оскільки психічний стан людей під час таких стресових подій потребує особливої уваги) та соціології (оскільки ця наука комплексно досліджує поведінку, настрої та стан різних соціальних груп, спільнот та суспільств під впливом карантинних умов).

Світова соціологічна наука вже накопичила певний досвід дослідження стану різних соціальних груп за умов пандемії, що змінила звичний, повсякденний світ людей. До таких досліджень вдається й вітчизняна наука. При цьому основний фокус уваги українських соціологів зосереджується на впливі пандемії на українське суспільство в цілому, на гендерних та вікових відмінностях наслідків пандемії, її впливі на окремі вразливі групи (наприклад на людей з інвалідністю). Проте, на нашу думку, ще однією соціальною групою, яка потребує уваги соціологів, є індивіди, які переживають пандемію соло. Традиційно соціологічна наука зосереджується на дослідженні сім'ї як первинному осередку суспільства, але останнім часом все більш розповсюдженими стають дослідження індивідів, які обирають поодинокий стиль життя (оскільки чисельність цієї групи невпинно зростає по всьому світу) [1]. Під час пандемії ця група зазнає чимало ризиків, більш того, вони суттєво відрізняються від тих, що зазнають «сімейні» люди, які переживають карантинні події під одним дахом із родичами та близькими. Тож, стан людей, які обирають (вимушено чи ні) життя соло, має, на нашу думку, досліджуватися окремо.

Вітчизняна соціологія поки що не має досвіду досліджень зазначеної соціальної групи, зосереджуючись на вивченні впливу пандемії на життєдіяльність української сім'ї. Безперечно, абсолютна більшість населення нашої країни перебуває у шлюбі, але й домогосподарств, що складаються з однієї людини, в Україні нараховується (за різними оцінками) від 13% [2] до 19% [35] від їхньої загальної кількості. На нашу думку, це є вагомим аргументом на користь нагальної потреби у здійсненні наукових, зокрема соціологічних, досліджень проблем життєдіяльності зазначеної соціальної групи в умовах пандемії COVID-19. Ще одним аргументом на користь цього є той

факт, що, за даними західних досліджень, люди, які сповідують стиль життя соло, є більш соціально активними за «сімейних індивідів» [3].

Стверджуючи нагальну необхідність соціологічних розвідок щодо обраної нами проблеми, ми чітко усвідомлюємо ті ефекти, що спричиняють умови пандемії в області методів дослідження, в тому числі, а, можливо, й перш за все, цієї вразливої групи респондентів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Як вже було зазначено, соціологічна наука доволі широко висвітлює питання соціальних змін у світі під час пандемії. Моніторингові дослідження проводяться багатьма міжнародними центрами, наприклад WAPOR (Всесвітня організація з досліджень суспільної думки [4]) наводить на своєму сайті перелік досліджень, що проводяться в різних країнах; в межах WVS (Світового дослідження цінностей [5]) в онлайн-форматі включено додатковий блок питань, присвячений життю в умовах пандемії; автори EVS (Європейського дослідження цінностей [6]) додали блок з питаннями щодо пандемії у десяту хвилю свого дослідження; компанія Ipsos [7] включила до свого моніторингу вивчення ставлення до вакцинації від COVID-19; Gallup International [8] проводить світове дослідження «Covid-19 та світ після нього».

Серед досліджень, які висвітлюють вплив пандемії на життя обраної нами соціальної групи, слід виокремити такі, як «Who is the Most Stressed During the COVID-19 Pandemic? Data From 26 Countries and Areas» [9]; «Responding to the Pandemic as a Family Unit: Social Impacts of COVID-19 on Rural Migrants in China and Their Coping Strategies» [10]; «When Paid Work Invades the Family: Single Mothers in the COVID-19 Pandemic» [11]; «Alone in a Time of Pandemic: Solo-Living Women Coping With Physical Isolation» [12]; «Shutting Down Sex» [13]; «Towards a 'Virtual' World: Social Isolation and Struggles during the COVID-19 Pandemic as Single Women Living Alone» [14]. Перелічені дослідження цікаві для нас з позиції того, що вони визначають проблеми, з якими стикаються представники стилю життя соло під час COVID-19 (зауважимо, що більшість таких досліджень

(не тільки вище перелічені) переважно торкаються проблем саме жінок, залишаючи поза увагою проблеми чоловіків, що представляють зазначений стиль життя).

До вивчення соціальних наслідків пандемії для українського суспільства звертаються такі дослідницькі центри, як: Ipsos Global Advisor в Україні [15], IC HAHY (банк соціологічних даних пандемії COVID-19) [16], Factum Group, Info Sapiens, центр Разумкова та інші.

Мета даної статті полягає у виявленні спільних проблем, з якими стикаються люди, що переживають пандемію COVID-19 соло в різних країнах світу, тобто в різних соціокультурних умовах.

Виклад основного матеріалу

Загальна характеристика феномену життя соло

Історія виникнення феномену життя соло почалася з епохи другого модерну (за З. Бауманом), коли актуалізувалися процеси індивідуалізації. З розвитком цих процесів суспільства поступово доходили до ідеї про трансформацію інституту шлюбу, про те, що шлюб можна легко розірвати, що подружжя можуть розлучатися тощо. В той час емансипаційний рух був на своєму піці, жінки вже мали право на працю, тобто отримали фінансову самостійність, що давало їм змогу після розлучення не вступати в новий шлюб. Отже, шлюб перестає бути вимушеним економічним союзом та стає союзом за вибором. Саме про поширення можливості вибору писали класики теорії індивідуалізації У. Бек, Е. Бек-Гернштейн, З. Бауман та інші. Саме ці можливості вибору і призводять до виникнення нових стилів життя. Одним з таких стилів є життя соло.

Американський дослідник Е. Кляйнберг розглядав «життя соло» як «окреме проживання міського мешканця, що характеризується наявністю персоналізованого життєвого простору (окреме житло), відсутністю партнера, дітей та інших родичів, самостійним веденням домогосподарства (ні з ким не поділяє витрати і доходи)» [23]. У цьому контексті варто підкреслити, що проживання соло та самотність не є тотожними феноменами, бо відчувати самотність можуть як «сімейні» індивіди, так і ті, що проживають соло. З огляду на це, актуалізується питання, як часто соло-індиві-

ди відчують самотність за умов ізоляції, дотримання фізичної дистанції та інших карантинних умов. Посилювати відчуття самотності та погіршувати стан соціального самопочуття може ще й те, що, як правило, ті, хто дотримується життя соло, схильні до більш активного соціального життя [3]. Цієї ж думки дотримуються дослідники інтимності та турботи за межами сім'ї С. Росенелі та Ш. Баджон: соціальне життя людей, які проживають соло, більшою мірою пов'язано із дружбою та подібними відносинами (спілкування в дружньому середовищі, відносини з колегами), ніж із інтимними (партнерськими/шлюбними/сексуальними) стосунками. Тому їхня комунікабельність більшою мірою залежить від повсякденного життя, що реалізується в громадських місцях та заходах [24], від роботи, стосунків з сусідами.

Цікавим дослідницьким питанням є ставлення суспільства до представників життя соло. Ця категорія індивідів, на думку дослідниці Б. Депауло, є доволі стигматизованою [25]. І хоча сьогодні, на відміну від того, що було в недалекому минулому, прихильникам життя соло не відмовляють у можливостях вести сексуальне життя без шлюбу, вільно розпоряджатися власними коштами [26] тощо, традиційні уявлення про сім'ю як про фундамент суспільного життя у більшості населення залишаються доволі усталеними, соціальна політика більшості країн світу спрямована на сім'ю, а люди, які не збираються одружуватися, все ще засуджуються.

Життя соло під час пандемії

Щоб реалізувати мету цієї публікації, ми звернулися до аналізу перелічених вище досліджень щодо життя соло під час пандемії. Зазначимо, що існуючі дослідження не репрезентують ані людство в цілому, ані всю групу представників життя соло. Частіше за все вони зосереджені на певних аспектах життя представників життя соло під час пандемії. Враховуючи цю обставину, ми проаналізували деякі публікації в мережі інтернет, які висвітлюють зміни в житті соло під впливом карантинних обмежень. Це надало нам можливість отримати більш вичерпну інформацію щодо основних проблем представників такого стилю життя в умовах пандемії. Окремо слід зауважити, що завдання нашого дослідження не перед-

бачали аналіз соціокультурної специфіки та проблем, характерних для певних суспільств та культурних середовищ.

Звернемось до результатів зробленого нами аналізу. Згідно з одержаними завдяки цьому аналізу даними, проблеми людей, які проживають соло, в карантинний період можна поділити на п'ять груп: *проблеми соціального самопочуття, проблеми сприйняття та слідування карантинним обмеженням, проблеми зайнятості та трудових відносин, проблеми фізичної ізоляції та проблеми пошуків романтичних стосунків*. Проте варто зазначити, що досвід представників життя соло різниться в залежності від обставин, за якими вони обрали цей стиль життя: для когось це вимушене зовнішніми обставинами рішення, для когось рішення під тиском внутрішніх настанов. Для соціологічного дослідження цього феномену має значення аналіз таких характеристик представників даного стилю життя, як вік, стать, стан здоров'я, ресурси, кар'єрні досягнення тощо [12]. Але головним, що загострює фокус уваги на житті соло-індивідів у період пандемії, є те, що бути одинаком до пандемії було лише частиною їхнього життя, а під час пандемії стан людини, яка проживає соло, став визначальною характеристикою її життя [26]. Тож розглянемо основні проблеми, що виникли у представників життя соло під час карантинних обмежень.

1. Проблеми соціального самопочуття

Глобальне дослідження COVIDiSTRESS розглядає психологічний стан, зокрема рівень стресу індивідів, під час пандемії у понад 40 країнах світу. Дослідники дійшли висновку, що рівень стресу перш за все пов'язаний із рівнем занепокоєння самою хворобою, але поряд із цим автори перелічують такі фактори, як умови праці, дистанційна освіта та інше [27]. Ще одним фактором є стигматизація цієї соціальної групи. Індійська дослідниця Раші Бхаргава, досліджуючи жінок, які проживають соло, зазначила, що до пандемії (2017-2018 роки) жінки вже стикалися із проблемами стигматизації, пандемія лише посилила цю стигму, оскільки всі соціальні мережі наповнені повідомленнями, «мемами» та відео, де підноситься важливість сімейної підтримки, романтичних стосунків та «домашнього щастя» [28], щастя соло здається

неможливим та суспільно несприйнятним.

У дослідженні Б. Ласкомб одна з респонденток зазначила, що пошук спілкування під час пандемії може виглядати як прояв безсилля, оскільки: «...нелегко сказати комусь: *«ей, я не хочу бути одна у вечір вівторка, ...може хтось прийти і поспілкуватись зі мною декілька годин?»* Ситуація загострюється тоді, коли коло друзів переважно одружені та вечір їхнього вівторка апріорі не буде самотнім [26]. Така ситуація спричиняє більший психологічний тиск на індивіда через статус соло та сприйняття його оточуючими.

На психоемоційний стан представників життя соло суттєво впливає обмеження життєвого простору. Про це свідчить дослідження жінок цього стилю життя, здійснене в Словенії під час локдауну. Опитані жінки зазначили, що кордони, які раніше були чимось умовним, стали реальним фізичним обмеженням пересування. Це спричиняє дискомфорт у зв'язку з відсутністю спонтанності у повсякденному житті, яке представники соло життя вважають своєю перевагою (взагалі це перевага незалежності, свободи та певною мірою перевага гедонізму). Відсутність спонтанності проявляється не тільки у неможливості незапланованих подорожей, але також у неможливості випадкових зустрічей або подій. Респондентки вказують на відчуття постійного зовнішнього і внутрішнього контролю [12]: зовнішній контроль – зі сторони держави, внутрішній контроль – розуміння того, що будь-яка спонтанність у даній ситуації може спричинити нові випадки зараження.

Саме внутрішній контроль є визначальним у формуванні ще одного чиннику тиску на життя соло під час пандемії – свідомого вимушеного пригнічення власних соціальних потреб, зумовленого соціальною відповідальністю. Британські дослідниці, які самі додержуються життя соло, так описували свій стан під час локдауну: «Погода у ці дні хороша та сонячна. Я часто чую, як діти грають у саду поруч із моєю квартирою. Але збільшення кількості підтверджених випадків та кількості загиблих свідчать про те, що я повинна *придушити* своє бажання бути соціальною» [29]. Тобто пригнічує та негативно впливає на самопочуття саме усвідомлення того, що природне прагнення до «живого спілкування» може нанести шкоду оточуючим, тому прагнення

має бути придушене. Дослідниці також підкреслюють, що пошук та бажання побути із собою наодинці є симптомом сучасного життя, але вимушена ізоляція та тиша між віртуальними спілкуваннями пригнічує та провокує відчуття незахищеності, страху та розчарування [29].

До цікавих висновків прийшли дослідники, які поставили за мету з'ясувати, які групи населення відчувають більший стрес за умов пандемії. Попри гіпотезу про те, що найвищий рівень стресу будуть відчувати ті, хто залишився вдома сам, аніж ті, хто проживає під одним дахом ще з кимось, зв'язку між кількістю людей у домогосподарстві та рівнем стресу майже немає. А ось сімейний стан впливає на рівень стресу індивідів: одружені чи ті, хто перебуває у стосунках, відчувають менше стресу, ніж ті, хто не має таких стосунків [9]. Але відзначимо, що, за даними вивчення взаємозв'язку якості відносин та психічного здоров'я під час локдаунів, пари із незадовільними (наприклад аб'юзивними) відносинами відчували себе гірше за людей, які проживали соло [30].

Попри перелічені фактори, що пригнічували самопочуття представників життя соло, вони знаходили та знаходять шляхи для покращення свого самопочуття: частіше дзвонять друзям та родичам, надсилають одне одному подарунки на 14 лютого з подяками, додаються до груп у соціальних мережах для спільного перегляду фільмів та дегустацій вина тощо [26]. А дехто вбачав у ізоляції можливість побути наодинці із собою, запевнюючи себе, що локдаун скоро закінчиться і світ стане, яким був [12].

2. Проблеми сприйняття та слідування карантинним обмеженням

Повертаючись до дослідження COVIDiSTRESS, зазначимо, що, чим більший стрес людина відчуває, тим менше вона слідує керуючим принципам поведінки під час пандемії: більш стурбовані люди проявляли більше поведінкової поступливості. Це загальна тенденція, яка проявлялась у різних країнах по-різному [27]. У випадку ж з представниками життя соло, які, як вже було зазначено, у порівнянні з «сімейними» людьми є більш соціально активними та відчувають значний рівень стресу, особливої актуальності набуває їхнє сприйняття та дотримання карантинних правил та обмежень, оскільки від відповідальнос-

ті кожного залежить розповсюдження вірусу. Дослідження життя соло у Словенії виявило деякі тенденції сприйняття та слідування правилам під час локдауну. Так, більшість респондентів бачила в них сенс та намагалася слідувати їм, але повністю це вдавалося робити лише певний час. Майже всі респонденти зазначили, що вони втрачають здатність слідувати правилам не через неслухняність, а тому, що «...нам потрібно зберігати здоровий глузд». Найбільше карантинним обмеженням слідували ті, хто перехворів та не хотів цього для своїх близьких, а також ті, хто вірив, що саме завдяки цьому кількість тих, хто хворіє, менше, ніж в Італії, наприклад. А найважчим було усвідомлення того, що «...ми – суспільство, що орієнтовано на сім'ю...я зовсім один» [12].

3. Проблеми зайнятості та трудових відносин

Е. Кляйненберг наголошує на тому, що кар'єрне зростання та прагнення до нього є пріоритетами для стилю життя соло [3], але через пандемію умови праці змінюються (переважно в бік погіршення). Так, одну з респонденток дослідження Time звільнили ще на початку карантину, це посилює її ізоляцію. Пов'язана з цим відсутність фінансів спровокувала постійні тривожні настрої та побоювання щодо неспроможності сплачувати за оренду житла та хвилювання за своє психічне здоров'я. Так вона прийшла до вживання антидепресантів [26]. Для всіх тих, хто не лишився роботи, справжнім викликом став її дистанційний формат, незалежно від сімейного стану (для сімейних людей, несімейних, осіб з дітьми, без дітей). Виокремимо специфічні проблеми, з якими стикалися ті, хто віддає перевагу проживанню соло:

- відсутність переходу від активного робочого дня та великої кількості комунікації до домашнього спокою (у вигляді поїздки додому машиною або громадським транспортом): учасники дослідження вказують, що після робочих зустрічей у Zoom їх поглинає повна тиша та усвідомлення своєї самотності;
- вихід із ситуації самотності у власному домі прихильники життя соло бачать у повному поринанні в роботу та працюють поза меж робочого часу та часу доби; дослідження демонструють, що кількість годин

роботи у період дистанційного формату збільшилася у всіх, але особливістю життя соло тут є те, що в цьому стилі життя в умовах ізоляції взагалі нема причин переставати працювати [26]. Оскільки у випадку життя соло вдома відсутні традиційні сімейні сніданки/обіди, нема з ким спілкуватися (окрім соціальних мереж, дзвінків та інше), власне, нема кому відволікати від роботи, такий стиль життя заснований на повному самоконтролі та раціоналізації;

- дистанційна робота впливає і на якість роботи: на робочому місці відбувається обмін думками, бесіди під час обідньої перерви, що спонукає до професійного розвитку [14]; дистанційна робота виключає такий формат розвитку;

- відбуваються зміни у самодисципліні: коли ніхто тебе не бачить, окрім колег у Zoom, ти постійно вдома, кордони між домом та роботою зникають та змінюють ставлення й до роботи, й до власної оселі [14];

- відмічається також падіння прибутку, особливо від цього страждають уразливі групи: так, дослідження молодих китайських мігрантів показало, що через їхню молодість, відсутність накопичень та, зазвичай, роботу у сфері послуг, вони зазнали великого удару, оскільки багато з них втратили роботу взагалі через скорочення у сфері послуг, дехто через відсутність грошей залишився без даху над головою. Характерною проблемою для мігрантів-одинаків та взагалі для тих, хто живе соло, є те, що у випадку відсутності роботи ніхто не компенсує це (як це робиться у сім'ї, коли у випадку звільнення одного члена сім'ї інший заробляє, щоб забезпечити домогосподарство усім необхідним [10]). У випадку із життям соло у цій ситуації можуть допомогти соціальні мережі (у сенсі стосунків між людьми), спілкування з родичами чи друзями, які можуть підтримати та допомогти. Але, як вже зазначалося, така ситуація може викликати осуд зі сторони суспільства, що негативно вплине на самопочуття індивіда, який проживає соло.

4. Проблеми фізичної ізоляції

По всьому світу під час локдаунів документували занепокоєність людей, які живуть соло. Го Цзин у своєму «щоденнику ізоляції» Уханю писав: «Я можу сказати, що навколо є інші люди тільки через випадкові шуми в коридорі» [13].

Дані досліджень, що проаналізовані нами, демонструють, що, коли життя соло стає не вибором, а примусом залишатися на самоті, тоді представники цього стилю існування втрачають комфорт власного життя: те, що до вимушеної ізоляції здавалося їм комфортним і тим, чого вони прагнули, перестає таким бути [14]. Дім вони порівнюють із в'язницею та прагнуть скорішого повернення до соціального світу [28]. Обираючи стратегії «виживання» за умов постійного перебування на самоті, частіше за все люди інтенсифікували щоденне спілкування з друзями, родичами та іншими завдяки онлайн-платформам та телефону [12]. Водночас учасники дослідження зазначали, що відчували роздратування та/або втомленість, пов'язані із постійним використанням цифрових технологій [12].

Респонденти відмічають відсутність фізичного контакту як проблему, що призводить до відчуття самотності та потреби у дотиках, підкреслюючи, що фізичне перебування поряд – незамінна частина взаємодій між людьми. У пошуках виходу із ситуації відсутності фізичного перебування поряд з іншими людьми прихильники життя соло застосовували різні стратегії поведінки. Найбільш поширеними виявились дві стратегії. Перша передбачає зустрічі на відкритому просторі на вулиці із збереженням фізичної дистанції (що сприймається як контакт «ближчий», ніж комунікація через девайси). Часто такими карантинними друзями стають сусіди, з якими інформанти зустрічалися на терасі або у придомовому дворі. Інша стратегія більш радикальна та була певною мірою відповіддю на заходи, які не брали до уваги різні домовленості про спільне проживання і обтяжливий досвід фізичної ізоляції тих, хто живе один. Такі індивіди вирішили цю проблему, створивши соціальні групи або «бульбашки», тобто замкнуті невеликі кола людей, які контролюють свої контакти. Так, одна з респонденток розповідає: «...я зустрічаюсь з колегою, з якою часто спілкувалася ще до епідемії, ми припускаємо, що якщо один з нас інфікований, то, вірогідно, ми удвох...». Тобто люди створюють свого роду «штучні карантинні родини» - кола людей, які спілкуються між собою та мають неоголошені домовленості щодо того, що ніхто з них більше не порушує ізоляцію [12].

5. Проблеми пошуків романтичних стосунків під час карантину

Як вже було зазначено, статус життя соло був досить стигматизований навіть у докарантинні часи. Найбільш уразливими представники життя соло вважають себе під час будь-якої хвороби, коли вони вимушені доглядати себе та турбуватися про себе самостійно. Пандемія лише посилила цю проблему. Для багатьох молодих представників такий стиль життя сприймається як певного роду режим «очікування», який посилюється під час карантину. Ізраїльська дослідниця К. Лахард зауважує, що довге перебування жінки у статусі соло не відповідає суспільним очікуванням. За цих умов «нормальність», яку жінки створювали на шляху до життя соло, руйнується [28].

З іншого боку, молоді представники життя соло мають труднощі з можливістю побачень та створення романтичних відносин, а також з налагодженням інтимних, сексуальних зв'язків. У таких соціальних мережах для знайомств, як Tinder, вони можуть знайти кандидатів для таких зв'язків, але зустріч з ними вони вимушені відкладати [12]. Застосунки для знайомств стали основними засобами для пошуку партнерів, оскільки традиційні методи знайомств через друзів або в громадських місцях стають неможливими. Компанія Match Group, яка володіє такими застосунками, як Tinder, OkCupid та Hinge, констатує зростання кількості користувачів із приходом COVID-19, проте статистика також демонструє зниження темпів розвитку таких знайомств, індивіди обирають партнерів більш ретельно і більш цілеспрямовано. Тобто від кількості переходять до якості спілкування [31].

Життя соло під час пандемії: українські реалії

Перелічені проблеми, з якими стикаються індивіди, які проживають на самоті, були виявлені у жителів різних країн під час карантинних обмежень та локдаунів. Зазначені проблеми не зумовлені соціокультурною специфікою країн, в яких проводилися дослідження, та є загальним для представників життя соло у всіх цих країнах. Проте зауважимо, що більшість із них є соціально та економічно більш розвиненими, ніж Україна, тому деякі з перелічених проблем в українських реаліях можуть бути більш глибокими. Окрім того, можуть

виникнути нові труднощі, зумовлені специфікою пострадянського простору. Варто відзначити, що економічна криза в Україні спричинила втрату робочих місць, довгу відсутність заробітної плати тощо, що особливо позначається на людях, які проживають соло. Якщо вони залишаються без роботи, то їхнє домогосподарство залишається без засобів існування, немає нікого, хто б компенсував фінансову втрату. У цьому випадку потрібно, щоб вони мали достатньо сильні кола підтримки: родичів поза межами домогосподарства чи друзів, які мають змогу допомагати у такій ситуації. Зазначене вище актуалізує необхідність проведення соціологічних досліджень, спрямованих на вивчення проблем представників життя соло та можливостей їхнього вирішення в сучасній Україні. Так, з огляду на ситуацію із дотриманням карантинних заходів, актуалізується питання, що утримує українців від порушення цих заходів. Більшість українців зазначають, що їх хвилює ризик зараження родичів та близьких [15] (це може бути чинником, що змушує дотримуватися карантинних заходів), але в ситуації, коли індивід проживає на самоті, він може не пов'язувати власне порушення карантину із поширенням інфекції і підвищенням ризику захворювання.

Актуальним залишається дослідження стану людей похилого віку, які проживають соло. Викликано це переважно тим, що рівень цифрової освіченості людей похилого віку значно нижчий за молодші покоління, тож якщо для молодих людей засобом врятування від самотності є соціальні мережі, то для людей похилого віку цей шлях часткового вирішення проблеми майже заблокований. Проте варто відзначити, що українські громадські організації звертають увагу на цю проблему. Так, в Україні діє програма «Мій телефонний друг», яка направляє волонтерів до людей похилого віку, які живуть самі.

Стосовно питання стигматизації, то ті, хто обирають життя соло на пострадянському просторі, вірогідно, відчувають більшу стигму щодо себе через укоріненість інституту сім'ї у свідомості громадян, які зростали у радянській ідеології. Українська дослідниця О. Стрельник зазначає, що сім'я є безперечною цінністю, але ми майже нічого не знаємо про стратегії та шляхи створення сімей молоддю, моделей пошуку нею парт-

нерів тощо [32]. Не існує аналітичних досліджень щодо використання молодими українцями застосунків для знайомств. Натомість світові дослідження свідчать, що пошук партнера стає одним з найважчих випробувань для сучасної молоді. Статистичні дані демонструють, що сучасні молоді люди рідше за минулі покоління вступають в інтимні зв'язки, рідше бачать довгострокові перспективи побачень тощо [33].

Виокремивши основні питання актуалізації досліджень, ми маємо зауважити, що соціологічне вивчення життя соло потребує визначення найбільш придатних для цього дослідницьких процедур. Зазначимо, що практично всі дослідження, що були нами розглянуті, проводилися методом інтерв'ю за допомогою онлайн-платформ. Дослідниками було відмічено, що учасники були сильно мотивовані в участі в дослідженні та вважали такий досвід доволі терапевтичним, оскільки вони бажали, аби їх почули та щоб їхні думки та досвід були враховані. Це демонструє, на думку авторів дослідження «Alone in a Time of Pandemic», що дослідження можуть грати важливу роль в екстремальних ситуаціях, надаючи громадянам платформу для висловлювання. У свою чергу, це може допомагати краще справлятися з кризами [12]. Зазначимо, що не тільки якісні дослідження можуть надати інформацію про представників життя соло. Так, японські дослідники провели кількісне дослідження серед людей, які переживають пандемію соло. Це рішення вони обґрунтували таким чином: на відміну від глибоких інтерв'ю, на розшифровку та кодування яких може піти багато часу, онлайн-опитування може охопити велику кількість респондентів у короткі терміни. Швидкість розповсюдження вірусу та зміни обмежувальних політик зумовлюють нагальну потребу дослідження різних соціальних груп, в тому числі й представників

життя соло. Кількісне онлайн-опитування надає можливість моніторингу змін під час різних етапів боротьби з пандемією [34].

З огляду на зазначене вище, доречним є комплексне дослідження людей, які проживають соло, як за допомогою кількісних, так і за допомогою якісних методів соціологічного дослідження. Окремим напрямом роботи для проведення досліджень життя соло є розробка категоріального апарату в межах соціологічної концептуалізації феномену.

Висновки

Здійснений нами аналіз досліджень щодо життя соло в умовах карантину дозволив виявити загальні проблеми представників цього стилю життя у різних країнах світу, зокрема США, Словенії, Індії, Китаї, Канаді та Великої Британії. Виявлені проблеми негативно впливають на всіх сфери людського буття. Їхніми наслідками можуть бути: погіршення психоемоційного стану соло-індивідів; поглиблення почуття самотності, депресія, придушення емоцій та бажань, підвищена тривожність, зниження комфорту життя як такого; погіршення стану здоров'я; економічна нестача через втрату роботи; неможливість дотримання карантинних норм; значні труднощі з пошуком романтичних партнерів та репродуктивних настанов тощо. Водночас інтенсифікується комунікація з родичами, друзями, колегами.

Проте проблеми та їхні наслідки можуть різнитися в залежності від культурних традицій певних країн, їхнього економічного становища, якості соціальної політики. Саме тому перспективами для подальшого вивчення життя соло під час пандемії є дослідження соціокультурної, зокрема української, специфіки стилю життя соло. Такі дослідження допоможуть оптимізувати соціальну політику, спрямовану на підтримку вразливих груп населення під час карантину.

Отримано 30.04.2021

Список літератури

1. Ortiz-Ospina E. The rise of living alone: how one-person households are becoming increasingly common around the world Our World in Data 2019. URL: <https://ourworldindata.org/living-alone> (дата звернення: 10.04.2021)
2. Соціально-демографічні характеристики домогосподарств України у 2020 році (за даними вибіркового обстеження умов життя домогосподарств) Державна служба статистики України. Київ, 2020. 88 с. URL: http://www.ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2020/zb/07/zb_cdhd_20.pdf (дата звернення: 10.04.2021)
3. Klinenberg E. Going solo: The Extraordinary Rise and Surprising Appeal of Living Alone. Moscow: ANF. 2018.
4. World Association for Public Opinion Research. Lincoln, 2021. URL: <https://wapor.org/resources/covid-19-public-opinion-research/> (дата звернення: 09.04.2021).

5. World Values Survey Association. Vienna, 2020. URL: <https://www.worldvaluessurvey.org/WVSNewsShow.jsp?ID=437> (дата звернення: 09.04.2021).
6. European Social Survey. URL: <https://www.europeansocialsurvey.org/> (дата звернення: 09.04.2021).
7. Ipsos. 2021. Three in Four Adults Globally Say They Would Get a Vaccine for COVID-19. URL: <https://www.ipsos.com/en-us/news-polls/WEF-covid-vaccine-global> (дата звернення: 10.04.2021)
8. Results, S. and Result, S., 2021. 3rd wave of the Gallup International Survey on the Corona Crisis. URL: <https://www.gallup-international.com/survey-results/survey-result/3rd-wave-of-the-gallup-international-survey-on-the-corona-crisis> (дата звернення: 10.04.2021).
9. Kowal, M., Coll-Martín, T., Ikizer, G., Rasmussen, J., Eichel, K., Studzińska, A., Koszałkowska, K., Karwowski, M., Najmussaḡib, A., Pankowski, D., Lieberoth, A., & Ahmed, O. (2020). Who is the Most Stressed During the COVID-19 Pandemic? Data From 26 Countries and Areas. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, (4), pp. 946-966. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1111/aphw.12234> (дата звернення: 10.04.2021)
10. Shuangshuang T., Xin L. Responding to the Pandemic as a Family Unit: Social Impacts of COVID-19 on Rural Migrants in China and Their Coping Strategies. *Humanities and Social Science Communication*. №8(8). 2021. URL: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-00686-6.pdf> (дата звернення: 22.03.2021)
11. Hertz, R., Mattes, J. and Shook A., 2020. When Paid Work Invades the Family: Single Mothers in the COVID-19 Pandemic. *Journal of Family Issues*. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1177/0192513X20961420> (дата звернення: 16.04.2021)
12. Kamin T, Perger N, Debevec L, Tivadar B. Alone in a Time of Pandemic: Solo-Living Women Coping With Physical Isolation. *Qualitative Health Research*. 2021; №31(2):203-217. DOI: [10.1177/1049732320971603](https://doi.org/10.1177/1049732320971603)
13. McKenzie L., Shutting Down Sex. *Anthropology in Action*, 2020, №27(3), pp.9-13. 2020. DOI: <https://doi.org/10.3167/aia.2020.270302> (дата звернення: 16.04.2021)
14. Gao G. and Sai L., Towards a 'Virtual' World: Social Isolation and Struggles During the COVID-19 Pandemic as Single Women Living Alone. *Gender, Work & Organization*. 2020. №27(5), pp.754-762. DOI: [10.1111/gwao.12468](https://doi.org/10.1111/gwao.12468) (дата звернення: 10.03.2021)
15. Сілецька О. Рік з covid-19 в Україні – що змінилося в сприйнятті українців. Ipsos Global Advisor в Україні. 2021. URL: https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2021-04/Ipsos%20COVID%20research%20in%20Ukraine%202021_MarchApr_153-4-ua%20.pdf (дата звернення: 10.03.2021)
16. Банк соціологічних даних пандемії COVID-19. IC НАНУ. 2021. URL: <https://i-soc.com.ua/ua/bank-sociologichnih-danih-pandemii-covid-19/> (дата звернення: 10.03.2021)
17. Дембіцький С.С., Злобіна О.Г., Сидоров М.В.-С., Мамонова Г.А. Стан психологічного дистресу серед різних соціальних груп в Україні під час пандемії covid-19. *Український соціум*. 2020. № 2 (73). С. 74-92.
18. Вплив пандемії covid-19 на людей з інвалідністю в Україні. Інформаційна записка. 2020. URL: https://decentralization.gov.ua/uploads/library/file/700/UKR_Briefing_Note_COVID_PwD.pdf (дата звернення: 10.04.2021)
19. Нестерова М. и др. Переселенці: життя до і під час COVID-19 Зовнішнє експертне онлайн дослідження потреб внутрішньо переміщених осіб у період карантину, запровадженого через пандемію COVID-19 та в умовах виходу з нього. 2020. URL: https://www.humanitarianresponse.info/sites/www.humanitarianresponse.info/files/documents/files/07_2020_sss_report_idps_life_before_and_during_the_covid-19_ukr.pdf (дата звернення: 10.04.2021)
20. Кисельова О. Гендерний вимір пандемії COVID-19. 2020. URL: https://mof.gov.ua/storage/files/covid_final.pdf (дата звернення: 10.04.2021)
21. Як живе молодь України під час COVID-19? 2020. URL: https://www.ua.undp.org/content/ukraine/uk/home/library/democratic_governance/COVID-19-impact-on-youth-in-Ukraine.html (дата звернення: 16.04.2021)
22. Шадріна А. Не заможем. Секс, любовь и семья за пределами брака. 2014. URL: http://loveread.ec/view_global.php?id=55887 (дата звернення: 16.04.2021)
23. Любимова Е. Понятие и анализ исследовательской жизни соло. URL: https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/61404/1/978-5-7741-0327-0_068.pdf (дата звернення: 10.04.2021)
24. Roseneil S., Budgeon S. Cultures of Intimacy and Care beyond 'the Family': Personal Life and Social Change in the Early 21st Century. *Current Sociology*. 2004. №52(2). Pp. 135-159. DOI: [doi:10.1177/0011392104041798](https://doi.org/10.1177/0011392104041798) (дата звернення: 1.03.2021)
25. De Paulo B. Singled Out: How Singles Are Stereotyped, Stigmatized, and Ignored, and Still Live Happily Ever After. 2006.
26. Luscombe B. Being Single Was Just a Part of Their Lives Before the Pandemic. Then It Became the Defining One. 2021. URL: https://time.com/5955250/single-during-covid-19-pandemic/?fbclid=IwAR1dYgQcltz6RNC_9qzW-ZEshGa5_GUpGiVHGFDLWFrN7nrSQJo1e6iIR8 (дата звернення: 10.04.2021)
27. Lieberoth A et al. Stress and Worry in the 2020 coronavirus Pandemic: Relationships to Trust and Compliance with Preventive Measures Across 48 Countries in the COVIDiSTRESS Global Survey. *Royal Society Open Science* 8: 200589. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1098/rsos.200589> (дата звернення: 9.03.2021)
28. Bhargava R., Chilana R. What Contagion, Confinement and Companionship Mean for Single Women in Lockdown. 2020. URL: <https://scroll.in/article/963425/what-contagion-confinement-and-companionship-mean-for-single-women-in-lockdown> (дата звернення: 22.03.2021)
29. Gao G., Sai L. Towards a 'Virtual' World: Social Isolation and Struggles During the COVID-19 Pandemic as Single Women Living Alone. *Gender, Work and Organization*. 2020. №27(5), pp. 754-762. DOI: <https://doi.org/10.1111/gwao.12468> (дата звернення: 10.04.2021)
30. Pieh C, O'Rourke T, Budimir S, Probst T. Relationship quality and mental health during COVID-19 lockdown. *PLoS ONE* 2020. №15(9): e0238906. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238906> (дата звернення: 22.03.2021)
31. Segran E. Love, delayed. As the pandemic rages on, single people are feeling the anxiety of missed opportunities. 2020. URL: <https://www.vox.com/the-highlight/21550996/dating-love-coronavirus-covid-19-singles-relationships> (дата звернення: 1.03.2021)

32. Беловольченко Г. Життя соло. Розповідаємо, чому дехто свідомо обирає самотність, а державі вигідні шлюби. 2021. URL: <https://zaborona.com/zhittyia-solo-rozpo-vidayemo-chomu-dehto-svidomo-obiraye-samotnist-a-derzhavi-vigidni-shlyubi/> (дата звернення: 21.04.2021)
33. The Atlantic. Why Are Young People Having So Little Sex? 2018. URL: <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2018/12/the-sex-recession/573949/> (дата звернення: 16.04.2021)
34. Dales L., Kottmann N. Looking to Capture Practices of Intimacy in Times of Social Distancing: Mixed-Methods Research on Singles in Japan. URL: <https://www.cfr.ac.uk/looking-to-capture-practices-of-intimacy-in-times-of-social-distancing-mixed-methods-research-on-singles-in-japan/> (дата звернення: 10.03.2021)
35. Haerpfer C., Inglehart R., Moreno A., Welzel C., Kizilova K., Diez-Medrano J., M. Lagos P. Norris E. Ponarin & B. Puranen et al. (eds.). 2020. World Values Survey: Round Seven – Country-Pooled Datafile. Madrid, Spain & Vienna, Austria: JD Systems Institute & WWSA Secretariat. DOI: doi.org/10.14281/18241.13

Дар'я Яшкіна

аспірантка кафедри політичної соціології соціологічного факультета Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, e-mail: dariayashkina@karazin.ua ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-4454-4555>

ЖИЗНЬ СОЛО ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19: МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ СОЦИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

В статье проводится обзор исследований, касающихся жизни соло во время пандемии COVID-19 и спровоцированных ею карантинных ограничений в разных странах мира. Дается определение понятию «жизнь соло», анализируется соответствующий ему феномен. Учитывая существующие публикации о жизни соло в период пандемии, определяются основные проблемы, с которыми могут сталкиваться его представители, а именно: проблемы социального самочувствия, проблемы восприятия и следования карантинным ограничениям, проблемы занятости и трудовых отношений, проблемы физической изоляции и проблемы поисков романтических отношений. Рассматриваются способы преодоления указанных проблем, в том числе такие, как создание «пузырей» общения, интенсификация коммуникации с родственниками, друзьями, коллегами. Определяются более подходящие способы исследования указанной социальной группы. Делается вывод о необходимости комплексного изучения жизни соло с использованием как количественных, так и качественных методов. Выделяются такие ограничения использования данных проведенного анализа, как недостаточная разработанность категориального аппарата, что вызывает затруднения при сопоставлении результатов различных исследований; акцент на проблемах женщин, придерживающихся стиля жизни соло; отличия реализации карантинных мероприятий в разных странах и контроля за их соблюдением. Учитывая, что большинство стран, в которых проводились анализируемые исследования, социально и экономически более развиты, чем Украина, указывается, что в нашей стране некоторые из перечисленных проблем могут быть более глубокими: могут возникнуть новые трудности, обусловленные ситуацией на постсоветском пространстве. Определяется круг вопросов, актуализирующих исследование жизни соло в Украине во время пандемии, а именно: проблемы одиноких пожилых людей; экономическое положение людей, проживающих соло; неэффективность социальной политики, направленной на поддержание соло-индивидов. Делается вывод о том, что главным вопросом в изучении жизни соло в Украине является определение его социокультурной специфики.

Ключевые слова: *стиль жизни, феномен жизни соло, пандемия COVID-19, социологические исследования, социальное самочувствие представителей жизни соло.*

Daria Yashkina

PhD student of the Department of Political Sociology, School of Sociology, V. N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine, e-mail: dariayashkina@karazin.ua ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-4454-4555>

SOLO LIVING DURING THE COVID-19 PANDEMIC: INTERNATIONAL SOCIOLOGICAL RESEARCH EXPERIENCE

The present paper concerns the research related to solo life during the COVID-19 pandemic and the resulting quarantine restrictions in different countries around the world. The definition of the concept of «solo life» is given, and the corresponding phenomenon is analyzed. Taking into account the existing publications about solo living in a pandemic, the main problems that its representatives may face are highlighted, namely: problems of social well-being, problems of perception and compliance with quarantine restrictions, problems

of employment and labor relations, physical isolation and problems of finding romantic relationships. The ways to overcome these problems are considered, in particular, such as creating «bubbles» of communication, intensifying communication with relatives, friends, and colleagues. The most appropriate research methods for the specified social group are determined. It is concluded that there is a need for a comprehensive study of solo living using both quantitative and qualitative methods. Such limitations of using the data of the analysis carried out as insufficient development of the categorical apparatus, which causes difficulties in comparing the results of various studies, are outlined; focus on the problems of women who adhere to the solo lifestyle; differences in the implementation of quarantine measures in different countries and monitoring their compliance. Despite the fact that most of the countries where the analyzed studies were conducted are socially and economically more developed than Ukraine, it is proved that in our country some of the listed problems may be deeper: new difficulties may arise due to the situation in the post-Soviet space. The range of issues that update the study of solo living in Ukraine during the pandemic is determined, namely: the problems of single elderly people; the economic situation of people living solo; the ineffectiveness of social policies aimed at supporting solo individuals. It is concluded that the main issue in the study of solo living in Ukraine is the determination of its socio-cultural specifics.

Keywords: lifestyle, phenomenon of solo living, COVID-19 pandemic, sociological research, social well-being of solo living representatives.

References

- Ortiz-Ospina, E. (2019) The rise of living alone: how one-person households are becoming increasingly common around the world Our World in Data [online]. Available at: <https://ourworldindata.org/living-alone> (Accessed: 10.04.2021)
- Social and Demographic Characteristics of Households of Ukraine (according to the data of sample survey of life condition of households of Ukraine) State Statistics Service of Ukraine. Kyiv 2020. Available at: http://www.ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2020/zb/07/zb_cdhd_20.pdf (Accessed:10.04.2021) [in Ukrainian]
- Klinenberg, E. (2018) Going solo: The Extraordinary Rise and Surprising Appeal of Living Alone. Moscow: ANF
- World Association for Public Opinion Research (2021). Available at: <https://wapor.org/resources/covid-19-public-opinion-research/> (Accessed: 09.04.2021).
- World Values Survey Association (2020). Available at: <https://www.worldvaluessurvey.org/WVSNewsShow.jsp?ID=437> (Accessed: 09.04.2021).
- European Social Survey. Available at: <https://www.europeansocialsurvey.org/> (Accessed: 09.04.2021).
- Ipsos (2021) Three in Four Adults Globally Say They Would Get a Vaccine for COVID-19. Available at: <https://www.ipsos.com/en-us/news-polls/WEF-covid-vaccine-global> (Accessed: 10.04.2021)
- Results, S. and Result, S. (2021) 3rd wave of the Gallup International Survey on the Corona Crisis. Available at: <https://www.gallup-international.com/survey-results/survey-result/3rd-wave-of-the-gallup-international-survey-on-the-corona-crisis> (Accessed: 10.04.2021).
- Kowal, M., Coll-Martín, T., Ikizer, G., Rasmussen, J., Eichel, K., Studzińska, A., Koszałkowska, K., Karwowski, M., Najmussaib, A., Pankowski, D., Lieberoth, A., & Ahmed, O. (2020) 'Who is the Most Stressed During the COVID-19 Pandemic? Data From 26 Countries and Areas' Applied Psychology: Health and Well-Being, (4), pp. 946-966. doi: <https://doi.org/10.1111/aphw.12234> (Accessed: 10.04.2021)
- Shuangshuang T., Xin L. (2021) 'Responding to the Pandemic as a Family Unit: Social Impacts of COVID-19 on Rural Migrants in China and Their Coping Strategies' Humanities and Social Science Communication. 8(8). Available at: <https://www.nature.com/articles/s41599-020-00686-6.pdf> (Accessed: 22.03.2021)
- Hertz, R., Mattes, J. and Shook A. (2020) 'When Paid Work Invades the Family: Single Mothers in the COVID-19 Pandemic' Journal of Family Issues. 2020. doi:<https://doi.org/10.1177/0192513X20961420> (Accessed:16.04.2021)
- Kamin, T., Perger, N., Debevec, L., Tivadar, B. (2021) 'Alone in a Time of Pandemic: Solo-Living Women Coping With Physical Isolation' Qualitative Health Research, 31(2), pp. 203-217. doi: 10.1177/1049732320971603
- McKenzie, L. (2020) 'Shutting Down Sex' Anthropology in Action, 27(3), pp.9-13. doi: <https://doi.org/10.3167/aia.2020.270302> (Accessed:16.04.2021)
- Gao, G. and Sai, L. (2020) 'Towards a 'Virtual' World: Social Isolation and Struggles During the COVID-19 Pandemic as Single Women Living Alone' Gender, Work & Organization. 27(5), pp.754-762. doi: 10.1111/gwao.12468 (Accessed:10.03.2021)
- Striletska, O. (2021) 'Year of covid-19 in Ukraine – what has changed in the perception of Ukrainians' Ipsos Global Advisor в Україні. Available at: https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2021-04/Ipsos%20COVID%20research%20in%20Ukraine%202021_MarchApr_153-4-ua%20.pdf (Accessed:10.03.2021) [in Ukrainian]
- COVID-19 Pandemic Sociological Data Bank (2021) IC HAHY. Available at: <https://i-soc.com.ua/ua/bank-sociologichnih-danih-pandemii-covid-19/> (Accessed: 10.03.2021)
- Dembitskiy S. S., Zlobina O. G., Sydorov M. V.-S., Mamonova H. A. (2020) 'The state of psychological distress among various social groups in Ukraine during the COVID-19 pandemic' Ukr. Soc. um, 2 (73), pp. 74-92. doi: <https://doi.org/10.15407/socium2020.02.074> [in Ukrainian]
- Office of the high commissioner for human rights united nations human rights monitoring mission in Ukraine (2020) Impact of the covid-19 pandemic on people

- with disabilities in Ukraine. Information note. Available at: https://decentralization.gov.ua/uploads/library/file/700/UKR_Briefing_Note_COVID_PwD.pdf (Accessed: 10.04.2021) [in Ukrainian]
19. Nesterova, M., Sokolovskaya, O., Vershinina, V., Konoshevich, N., Monastyrsky, E. (2020) Immigrants: life before and during COVID-19 External expert online study of the needs of internally displaced persons during and out of the quarantine of the COVID-19 pandemic. Available at: https://www.humanitarianresponse.info/sites/www.humanitarianresponse.info/files/documents/files/07_2020_sss_report_idps_life_before_and_during_the_covid-19_ukr.pdf (Accessed: 10.04.2021) [in Ukrainian]
 20. Kiseleva, O. (2020) Gender dimension of the COVID-19 pandemic. Available at: https://mof.gov.ua/storage/files/covid_final.pdf (Accessed: 10.04.2021) [in Ukrainian]
 21. How do the youth of Ukraine live during COVID-19? (2020) Available at: https://www.ua.undp.org/content/ukraine/uk/home/library/democratic_governance/COVID-19-impact-on-youth-in-Ukraine.html (Accessed: 16.04.2021) [in Ukrainian]
 22. Shadrina, A. (2014) 'Single. Sex, love and family outside of marriage' NLO. Available at: http://loveread.ec/view_global.php?id=55887 (Accessed: 16.04.2021) [in Russian]
 23. Lyubimova, E. (n.d.) 'Solo Living: Definition and Analysis of Research' Available at: https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/61404/1/978-5-7741-0327-0_068.pdf (Accessed: 10.04.2021)
 24. Roseneil, S., Budgeon, S. (2004) 'Cultures of Intimacy and Care beyond 'the Family': Personal Life and Social Change in the Early 21st Century'. *Current Sociology*, 52(2), pp. 135-159. doi: doi:10.1177/0011392104041798 (Accessed: 1.03.2021)
 25. De Paulo, B. (2007) 'Singed Out: How Singles Are Stereotyped, Stigmatized, and Ignored, and Still Live Happily Ever After' St. Martin's Griffin.
 26. Luscombe, B. (2021) Being Single Was Just a Part of Their Lives Before the Pandemic. Then It Became the Defining One. Available at: https://time.com/5955250/single-during-covid-19-pandemic/?fbclid=IwAR1dYGqcltZ6RN_C_9qzW-ZEshGa5_GUpGiVHGfIDLwRn7nrSQJo1e6iiR8 (Accessed: 10.04.2021)
 27. Lieberoth, A. et al. (2021) 'Stress and Worry in the 2020coronavirus Pandemic: Relationships to Trust and Compliance with Preventive Measures Across 48 Countries in the COVIDiSTRESS Global Survey' *Royal Society Open Science*, 8(2). doi: <https://doi.org/10.1098/rsos.200589> (Accessed: 9.03.2021)
 28. Bhargava, R., Chilana, R. (2020) What Contagion, Confinement and Companionship Mean for Single Women in Lockdown. Available at: <https://scroll.in/article/963425/what-contagion-confinement-and-companionship-mean-for-single-women-in-lockdown> (Accessed: 22.03.2021)
 29. Gao, G., Sai, L. (2020) 'Towards a 'Virtual' World: Social Isolation and Struggles During the COVID-19 Pandemic as Single Women Living Alone' *Gender, Work and Organization*. 27(5), pp. 754-762. doi: <https://doi.org/10.1111/gwao.12468> (Accessed: 10.04.2021)
 30. Pieh, C., O'Rourke, T., Budimir, S., Probst, T. (2020) 'Relationship quality and mental health during COVID-19 lockdown' *PLoS ONE*, 15(9). doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238906> (Accessed: 22.03.2021)
 31. Segran, E. (2020) 'Love, delayed. As the pandemic rages on, single people are feeling the anxiety of missed opportunities' *Vox*. Available at: <https://www.vox.com/the-highlight/21550996/dating-love-coronavirus-covid-19-singles-relationships> (Accessed: 1.03.2021)
 32. Belovolchenko, G. (2021) Life solo. We explain why some people consciously choose loneliness and the state benefits from marriages. Available at: <https://zaborona.com/zhittya-solo-rozpovidayemo-chomu-dehto-svidomo-obiraye-samotnist-a-derzhavi-vigidni-shlyubi/> (Accessed: 21.04.2021)
 33. Julian, K. (2018) 'Why Are Young People Having So Little Sex?' *The Atlantic*. Available at: <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2018/12/the-sex-recession/573949/> (Accessed: 16.04.2021)
 34. Dales, L., Kottmann, N. Looking to Capture Practices of Intimacy in Times of Social Distancing: Mixed-Methods Research on Singles in Japan. Available at: <https://www.crfr.ac.uk/looking-to-capture-practices-of-intimacy-in-times-of-social-distancing-mixed-methods-research-on-singles-in-japan/> (Accessed: 10.03.2021)
 35. Haerpfer C., Inglehart R., Moreno A., Welzel C., Kizilova K., Diez-Medrano J., M. Lagos P. Norris E. Ponarin & B. Puranen et al. (eds.) (2020) *World Values Survey: Round Seven - Country-Pooled Datafile*. Madrid, Spain & Vienna, Austria: JD Systems Institute & WWSA Secretariat. doi: [doi: https://doi.org/10.14281/18241.13](https://doi.org/10.14281/18241.13)