

УДК 130.2

## Выявление видов одиночества, переживаемого в юности при активном виртуальном общении

**Желонкина Ольга Кимовна**

Аспирант,

Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева,  
660049, Российская Федерация, Красноярск, ул. Ады Лебедевой, 89;  
e-mail: желон-ол@yandex.ru

### Аннотация

Статья посвящена проблеме одиночества в период юности. Важность рассмотрения одиночества в юношеском возрасте обусловлена тем, что именно в этом возрасте одиночество впервые серьезно осознается и переживается человеком. Одиночество рассматривается с точки зрения системно-антропологической психологии. В условиях развития информационных и коммуникационных технологий, когда ко всем положительным последствиям их применения добавляются и отрицательные, проблема одиночества приобретает новые смыслы, например, одиночество людей, объединенных сетью. Выбор основным средством общения социальных сетей (виртуального общения) может способствовать появлению своеобразного ухода от реальности, этот процесс «затягивает» субъекта настолько, что он оказывается не в состоянии полноценно функционировать в реальном мире, следствием чего может стать переживание одиночества. В статье приводятся данные корреляционного анализа по результатам опроса молодых людей, связанного с их отношением к одиночеству, одиноким людям и к виртуальному общению. Описано применение методик по определению видов одиночества, сделана попытка соотнести возникающее в юности чувство одиночества и возможности виртуального общения для его преодоления.

### Для цитирования в научных исследованиях

Желонкина О.К. Выявление видов одиночества, переживаемого в юности при активном виртуальном общении // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2016. Том 5. № 6А.. С. 21-29.

### Ключевые слова

Одиночество, юность, виртуальное общение, социальные сети, виды одиночества, опрос, корреляционный анализ.

## Введение

Проблема одиночества затрагивает разные возрастные периоды и имеет особенности на разных этапах жизненного пути личности. В общественном сознании одиночество обычно связывается со зрелостью и пожилым возрастом. Однако в последнее время появляется все больше исследований, указывающих на то, что очень остро эта проблема стоит и в юношеском возрасте. Важность рассмотрения одиночества в юношеском возрасте обусловлена тем, что именно тогда одиночество впервые серьезно осознается и переживается человеком.

Уильям А. Садлер и Томас Б. Джонсон определяют одиночество как переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое выражает определенную форму самосознания [Лабиринты одиночества..., 1989]. Это довольно распространенное явление в современном мире. Появляется множество научных исследований, изучающих природу одиночества, его переживание в разные периоды жизни человека, причины его возникновения (А.А. Артамонова, Е.А. Мазуренко, Е.А. Заворотных, Е.Е. Рогова, Т.Р. Рашидова, Е.В. Смышляева)

Особенности современной российской действительности заключаются в переходе от традиционной коллективистской культуры к индивидуалистической идеологии. Такие изменения приводят к значительной трансформации социальных, культурных и психологических структур, определяющих деловое и межличностное взаимодействие, мотивационную направленность, эмоционально-волевую активность и социальную деятельность человека [Артамонова, 2008]. Интернет, социальные сети серьезным образом изменили социальную ситуацию для людей любого возраста.

Традиционно проблема одиночества рассматривалась исключительно как проблема общения, межличностного взаимодействия. Затем стало очевидным, что одиночество связано не столько с особенностями общения, сколько со свойствами личности. То есть человек чувствует себя одиноким независимо от наличия рядом других людей [Бакалдин, 2008].

С точки зрения системно-антропологической психологии, одиночество – это отсутствие целостности в развитии [Лукьянов, 2005]. Целостность, как известно, это не сумма частей, а единство целого и взаимодействующих частей, следовательно, отсутствие целостности, выпадение из целого, разобщенность – это основной признак одиночества [Нуреева, 2006]. В связи с этим, в системно-антропологической психологии феномен одиночества рассматривается не как следствие внешних причин или проявление индивидуальных особенностей, изоляция человека от других людей, от общества, а как некое качество жизни и состояние индивида, по тем или иным причинам ощущающего себя одиноким [Гизатуллина, 2013]. Системно-антропологическая психология позволяет рассмотреть психологию одиночества в соответствии с современными реалиями – компетентностным образованием, постиндустриальным обществом, кибернетическим производством [Клочко, 2008]. Какую роль при этом играют социальные сети и возможность виртуального общения? Человек в социальных сетях ищет спасение от одиночества или виртуальное общение становится причиной нового качества жизни, в том числе связанного с ощущением одиночества?

Актуальность нашего исследования связана с тем, что в условиях развития информационных и коммуникационных технологий, когда ко всем положительным последствиям их применения добавляются и отрицательные, проблема одиночества приобретает новые смыслы, например, одиночество людей, объединенных сетью. Так, навигация по интернет (связанная с любым видом деятельности) может способствовать появлению своеобразного ухода от реальности, этот процесс «затягивает» человека настолько, что он оказывается не в состоянии полноценно функционировать в реальном мире, следствием чего может стать переживание одиночества.

### **Оценка зависимости появления чувства одиночества от времени, затрачиваемого на виртуальное общение**

Группе респондентов (юноши и девушки от 17 до 20 лет) нами была предложена анкета, включающая вопросы, связанные с их отношением к одиночеству, а также вопросы, касающиеся виртуального общения. Целью данного опроса являлась возможность увидеть и проанализировать связь между ощущением одиночества в юности и новой социальной ситуацией развития, связанной с активным использованием социальных сетей и виртуальным общением молодых людей на современном этапе развития информационного общества.

Из 90 опрошенных на вопрос «Вы когда-нибудь испытывали чувство одиночества?» 72,5% (87 человек) ответили «да», 27,5% (3 человека) ответили «нет». Одиноким человеком, по мнению респондентов, можно назвать:

- человека, у которого мало друзей (27,5 % опрошенных);
- человека, у которого нет отношений с партнером противоположного пола (8,39%);
- человека, который испытывает дискомфорт, когда вынужден быть один 64,17%).

Большинство респондентов связывают ощущение одиночества с неумением быть одному, с дискомфортом, когда человек вынужден быть один и ему не с кем общаться. Такое отношение к одиночеству в период юности вызвано высокой потребностью в общении со сверстниками, которая ярко проявляется еще в подростковом возрасте. Но в юности потребность в общении связана с необходимостью молодых людей строить жизненные планы, определяться с профессией, находить свое место в социальном окружении среди взрослых людей и своих сверстников.

На современном этапе развития информационных и сетевых технологий большой популярностью среди подростков и юношества пользуются социальные сети. Виртуальное общение стало неотъемлемой частью жизни молодых людей. Этот быстрый способ коммуникации дает большие возможности для общения, для расширения круга знакомств, для поиска необходимой информации, но, возможно, и обедняет общение, которое теперь сводится к коротким текстовым сообщениям без необходимости встретиться и пообщаться лично друг с другом. Виртуальное общение сродни уединению, а это есть одно из проявлений одиночества. Помогает ли общение в социальных сетях и по электронной почте преодолеть чувство одиночества? На этот вопрос положительно ответили 15% опрошенных, а 85% респондентов считают, что виртуальное

общение помогает только на время забыть о состоянии одиночества. Если обратить внимание на количество времени, проводимое молодыми людьми в сети, то реальных контактов действительно может становиться все меньше и меньше. На вопрос «Сколько времени Вы проводите в социальной сети?» выбор респондентов распределился следующим образом:

- время от времени, если нужно связаться с кем-то для быстрого решения вопроса – 20%;
- каждый день 2 часа и более – 51,7%;
- в течение дня всегда в online – 21,2%;
- 1-2 раза в неделю – 4,2%.

Два часа и более и всегда в online проводят в социальных сетях 72,9% опрошенных. Чем больше времени человек общается в сети, тем меньше у него происходит реальных контактов, следствием чего и может стать одиночество.

Итак, большинство юношей и девушек считают, что виртуальное общение только на время помогает забыть о состоянии одиночества, но также большинство опрошенных не видят связи большого количества времени, проводимого в социальных сетях и появления чувства одиночества как состояния, которое они связывают с отсутствием реальных контактов и друзей. Это противоречие может быть связано с непониманием респондентов состояния одиночества, испытываемого в данный момент.

### **Определение видов переживаемого одиночества в условиях виртуального общения**

Наряду с разработанной нами анкетой, мы использовали методики, направленные на определение видов переживаемого одиночества. Методика «Дифференциальный опросник переживания одиночества», созданная Е.Н. Осиным и Д.А. Леонтьевым, показала, что 5,8% опрошенных имеют высокие баллы по шкале «Общее переживание одиночества». Это связано с недостатком эмоциональной близости или контактов с людьми и осознанием респондентами себя как одинокого человека. Большинство (84,2%) опрошенных показывают низкие баллы по этой же шкале, что свидетельствует о том, что респонденты не испытывают болезненного переживания одиночества, связанного с нехваткой близости или общения, не считают себя одиночками. Наряду с этим, по шкале «Зависимость от общения», которая отражает неприятие одиночества, неспособность оставаться одному 58,12% респондентов имеют высокие баллы, что свидетельствует о негативном представлении респондентов об одиночестве и их желании искать общение, чтобы избежать ситуации уединения, которая связывается респондентами с неприятными или болезненными переживаниями. Низкие баллы по этой шкале (41,8%), отражают спокойное, толерантное отношение к переживанию одиночества, ситуациям уединения и одиноким людям. Высокие баллы по шкале «Позитивное одиночество», измеряющей способность человека находить ресурс в уединении, творчески использовать его для самопознания и саморазвития у 65,8% респондентов свидетельствуют о том, что они испытывают положительные эмоции в ситуациях уединения, умеют ценить

их. Низкие баллы по этой шкале у 34,2% опрошенных указывают на неспособность респондентов находить ресурс в одиночестве и отсутствие положительных эмоций в ситуации уединения.

Опросник С.Г. Корчагиной позволяет определить другие виды одиночества [Корчагина, 2008]. Так, 55,5% опрошенных переживают **диссоциированное одиночество**. Оно выражается в тревожности, возбудимости и демонстративности характера, противоборстве в конфликтах, сочетании высокой и низкой эмпатии, эгоистичности и подчиняемости в межличностных отношениях. 27,3% респондентов переживают **отчуждающее одиночество**, которое проявляется в возбудимости, тревожности, циклотимности характера, противоборстве в конфликтах, неспособностью к сотрудничеству, подозрительности и зависимости в межличностных отношениях, у 16,4% опрошенных выявлено состояние **диффузного одиночества**, которому соответствует подозрительность в межличностных отношениях, а также противоречащие личностные характеристики: сопротивление и приспособление в конфликтах, возбудимость, тревожность и эмотивность характера, коммуникативная направленность.

Такое разноплановое восприятие и понимание молодыми людьми одиночества, вероятно, определяется как их личностными особенностями, так и социальной ситуацией. По мнению Ю.М. Орлова, «Одиночество может уничтожить личность, но может направить ее на путь восхождения к индивидуальности» [Орлов, 1991].

Так как участники опроса активно пользуются социальными сетями, мы предположили существование связи между испытываемым молодыми людьми чувством одиночества и виртуальным общением, которое стало для них неотъемлемой частью жизни.

В процессе корреляционного анализа была выявлена положительная связь между уровнем общего переживания одиночества и ощущением интереса к себе молодых людей противоположного пола при общении в сети ( $r$ -Пирсона = 0,298 при  $p \leq 0,06$ ). Период юности – это период поиска любви и привязанности, поиска спутника жизни. Если в реальности этого нет, то молодые люди ищут отклика в сети. Но чувство одиночества при этом не исчезает. Чем выше уровень состояния одиночества (по опроснику Корчагиной), тем меньше уверенность опрошенных, что виртуальное общение способствует общительности и коммуникабельности. Нами выявлена отрицательная связь между этими переменными ( $r$ -Пирсона = -0,239 при  $p \leq 0,32$ ). Это подтверждает положение о том, что виртуальное общение не спасает от одиночества, это лишь иллюзия того, что человек не одинок. Между переменными «состояние одиночества» (по опроснику Корчагиной) и неуверенностью, что виртуальные друзья в процессе сетевого общения правдивы и искренни обнаружена положительная связь ( $r$ -Пирсона = 0,369 при  $p \leq 0,01$ ).

Респонденты, которые указывают, что испытывали чувство одиночества, также отмечают, что несогласие с человеком им выразить проще через социальную сеть, чем с глазу на глаз ( $r$ -Пирсона = 0,266 при  $p \leq 0,011$ ). Респонденты, считающие, что общение в социальных сетях помогает им и в жизни быть более активным, также отмечают, что свое несогласие с человеком им проще высказать через социальную сеть ( $r$ -Пирсона = 0,274 при  $p \leq 0,009$ ). Вероятно, что человек, испытывающий одиночество, лишен не только личных контактов, но и теряет навык в выражении своих

чувств, мнения, а сеть стирает или минимизирует этот барьер. Но если молодые люди считают, что общение в сети помогает им и в жизни быть более активными, но при этом выражать несогласие все же проще через сеть, то можно предположить, что общение в сети активности в реальной жизни не добавляет. Скорее, это иллюзия, как и то, что общение в сети помогает избежать одиночества.

Отрицательная связь обнаружена между переменными «Диссоциированное одиночество» (по Корчагиной) и «Объяснение в чувствах человеку противоположного пола при личном общении» ( $r$ -Пирсона =  $-0,225$  при  $p \leq 0,043$ ). Т. е. те, кто испытывает данный тип одиночества, предпочитают объясняться в своих чувствах через сеть, а не при личном общении.

Состояние одиночества, испытываемое респондентами (по Корчагиной), имеет обратную связь с удовлетворенностью своим положением среди сверстников ( $r$ -Пирсона =  $-0,273$  при  $p \leq 0,014$ ), а также обратную связь с удовлетворенностью своим положением среди сверстников противоположного пола ( $r$ -Пирсона =  $-0,317$  при  $p \leq 0,004$ ).

### Заключение

Таким образом, обобщая результаты корреляционного анализа на данном этапе исследования, можно отметить, что юноши и девушки, испытывая состояние одиночества, стремятся к увеличению контактов через социальные сети. Но чем больше времени в сети они проводят, тем больше у них виртуальных друзей, а это, в свою очередь, имеет обратную связь с важностью для человека того, кто с ним общается по сети – юноша или девушка ( $r$ -Пирсона =  $-0,277$  при  $p \leq 0,008$ ), т. е. общение в сети обезличено.

В данной статье мы сделали попытку проанализировать субъективное понимание молодыми людьми состояния одиночества и их переживание этого состояния на момент опроса, а также их отношение к виртуальному общению и его влияние на возникновение чувства одиночества. Результаты опроса указывают на необходимость дальнейшего изучения данной проблемы, в частности, на выявление взаимосвязи видов одиночества, психологических особенностей личности и типов межличностных отношений в период юности в условиях быстроразвивающегося виртуального мира.

### Библиография

1. Артамонова А.А. Переживание одиночества как фактор развития личностного потенциала студентов-первокурсников: дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2008. 167 с.
2. Бакалдин С.В. Одиночество и его связь с функциями «Я»: дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2008. 170 с.
3. Гизатуллина А.Г. Системно-антропологический анализ психологии одиночества. Томск: Изд-во Томского университета, 2013. 184 с.
4. Корчагина С.Г. Психология. М.: Московский психолого-социальный институт, 2008. 228 с.

5. Ключко В.Е. Системная антропологическая психология и образовательная практика // Психология обучения. 2008. № 8. С. 10-23.
6. Лабиринты одиночества: сб. статей / сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989. 624 с.
7. Лукьянов О.В. Экзистенциальная социотерапия и проблема спасения от одиночества // Экзистенциальное измерение в консультировании и психотерапии. Вильнюс: Институт гуманистической и экзистенциальной психологии, 2005. С. 161-189.
8. Нуреева Р.К. Духовное одиночество: опыт социально-философского исследования: дис. ... канд. филос. наук. Уфа, 2006. 148 с.
9. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. М.: Просвещение, 1991. 287 с.
10. Рашидова Т.Р. Одиночество человека: философско-антропологическое осмысление проблемы: дис. ... канд. филос. наук. Москва, 2012. 155 с.
11. Рогова Е.Е. Одиночество в условиях современного общества: дис. ... д-ра филос. наук. Краснодар, 2012. 297 с.
12. Рябикина З.И., Богомолова Е.И. Возможные изменения субъектной позиции личности в связи с нарастающей виртуализацией ее бытия // Человек. Сообщество. Управление. 2013. № 2. С. 76-90.
13. Савенкова Е.В. Карнавальная составляющая виртуального общения // Вестник Самарской гуманитарной академии. 2010. № 1 (7). С. 33-41.
14. Смышляева Е.В. Социально-педагогические условия организации виртуального общения молодежи: дис. ... канд. пед. наук. Кострома. 2009. 135 с.
15. Тихонов Г.М. Феномен одиночества: теоретические и эмпирические аспекты: дис. ... д-ра филос. наук. Ижевск, 2006. 359 с.

## **Identification of types of loneliness, experienced in youth during active virtual communication**

**Ol'ga K. Zhelonkina**

Postgraduate,

Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev,

660049, 89 Ady Lebedevoi st., Krasnoyarsk, Russian Federation;

e-mail: gelon-ol@yandex.ru

### **Abstract**

The article is devoted to the problem of loneliness in youth. The importance of considering loneliness in youth is due to the fact that in this age loneliness is understood seriously, experienced

by a man for the first time. The author of this article considers loneliness from the point of view of system-anthropological psychology. In terms of development of information and communication technologies, when all the negative effects of their use add to the positive ones, the problem of loneliness acquires new meanings, for example, the loneliness of people united by a network. The choice of social networks, i.e. virtual communication, as a primary means of communication can lead to escape from reality. This process tightens the subject so much that he is not able to fully function in the real world; the experience of loneliness may be consequence of this fact. The author presents the data of correlation analysis based on the results of survey of young people connected with their attitude to loneliness, lonely people and virtual communication. The article considers the use of methods on determination of types of loneliness. The author makes an attempt to correlate the sense of loneliness arising in youth; he also identifies the impact of virtual communication on overcoming loneliness.

### For citation

Zhelonkina O.K. (2016) Vyyavlenie vidov odinochestva, perezhivaemogo v yunosti pri aktivnom virtual'nom obshchenii [Identification of types of loneliness, experienced in youth during active virtual communication]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 5 (6A), pp. 21-29.

### Keywords

Loneliness, youth, virtual communication, social networks, types of loneliness, survey, correlation analysis.

### References

1. Artamonova A.A. (2008) *Perezhivanie odinochestva kak faktor razvitiya lichnostnogo potentsiala studentov-pervokursnikov. Dokt. Diss.* [The experience of loneliness as a factor of development of personal potential of first-year students. Doct. Diss.]. Moscow.
2. Bakaldin S.V. (2008) *Oдиночество и его связь с функциями "Я": Докт. Diss.* [Loneliness and its connection to the function of "Ego". Doct. Diss.]. Krasnodar.
3. Gizatullina A.G. (2013) *Sistemno-antropologicheskii analiz psikhologii odinochestva* [Systematic and anthropological analysis of the psychology of loneliness]. Tomsk: Publishing house of the Tomsk State University.
4. Klochko V.E. (2008) *Sistemnaya antropologicheskaya psikhologiya i obrazovatel'naya praktika* [Systematic anthropological psychology and educational practice]. *Psikhologiya obucheniya* [Educational psychology], 8, pp. 10-23.
5. Korchagina S.G. (2008) *Psikhologiya* [Psychology]. Moscow: Moscow: Psychology-Social Institute.

6. Luk'yanov O.V. (2005) Ekzistentsial'naya sotsioterapiya i problema spaseniya ot odinochestva [Existential sociotherapy and the problem of salvation from loneliness]. In: *Ekzistentsial'noe izmerenie v konsul'tirovanii i psikhoterapii* [Existential dimension in counseling and psychotherapy]. Vil'nyus: Institute of Humanistic and Existential Psychology, pp. 161-189.
7. Nureeva R.K. (2006) *Dukhovnoe odinochestvo: opyt sotsial'no-filosofskogo issledovaniya. Dokt. Diss.* [Spiritual loneliness: the experience of social and philosophical studies. Doct. Diss.]. Ufa.
8. Orlov Yu.M. (1991) *Voskhozhdenie k individual'nosti* [Ascent to the individuality]. Moscow: Prosveshchenie Publ.
9. Pokrovskii N.E. (1989) *Labirinty odinochestva* [Labyrinth of solitude]. Moscow: Progress Publ.
10. Rashidova T.R. (2012) *Odinochestvo cheloveka: filosofsko-antropologicheskoe osmyslenie problem. Dokt. Diss.* [Loneliness of a man: philosophical and anthropological understanding of the problem. Doct. Diss.]. Moscow.
11. Rogova E.E. (2012) *Odinochestvo v usloviyakh sovremennogo obshchestva. Dokt. Diss.* [Loneliness in the context of modern society. Doct. Diss.]. Krasnodar.
12. Ryabikina Z.I., Bogomolova E.I. (2013) Vozmozhnye izmeneniya sub"ektnoi pozitsii lichnosti v svyazi s narastayushchei virtualizatsiei ee bytiya [Possible changes of a subject position of the personality in view of growing virtualization of being]. *Chelovek. Soobshchestvo. Upravlenie* [Man. Society. Management], 2, pp. 76-90.
13. Savenkova E.V. (2010) Karnaval'naya sostavlyayushchaya virtual'nogo obshcheniya [Carnival component of virtual communication]. *Vestnik Samarskoi gumanitarnoi akademii* [Bulletin of the Samara Humanitarian Academy], 1 (7), pp. 33-41.
14. Smyshlyaeva E.V. (2009) *Sotsial'no-pedagogicheskie usloviya organizatsii virtual'nogo obshcheniya molodezhi. Dokt. Diss.* [Socio-pedagogical conditions of organization of virtual communication of young people. Doct. Diss.]. Kostroma.
15. Tikhonov G.M. (2006) *Fenomen odinochestva: teoreticheskie i empiricheskie aspekty. Dokt. Diss.* [The phenomenon of loneliness: theoretical and empirical aspects. Doct. Diss.]. Izhevsk.