

*Милованова Алёна Евгеньевна
студентка 3 курса магистратуры
факультет начальных классов
Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.
Астафьева
Россия, г. Красноярск
e-mail: milovanovva@bk.ru*

*Научный руководитель: Гордиенко Е.В.,
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры психологии
Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.
Астафьева
Россия, г. Красноярск*

СУБЪЕКТИВНОЕ ОЩУЩЕНИЕ ОДИНОЧЕСТВА НА ФОНЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТА И СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ У МОЛОДЁЖИ

Аннотация: В статье рассматриваются причины усиления субъективного чувства одиночества у молодёжи на фоне развития информационных и сетевых технологий.

Ключевые слова: молодёжь, субъективное чувство одиночества, зависимость, интернет, социальные сети.

*Milovanova Alena Evgenievha
3rd year master student,
faculty of Primary School
Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev,
Russia, Krasnoyarsk*

*Scientific adviser: Gordienko E.V.,
candidate of psychological sciences, associate professor,
associate professor of the Department of Psychology
Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev,
Russia, Krasnoyarsk*

SUBJECTIVE FEELING OF LONELINESS ON THE BACKGROUND OF PSYCHOLOGICAL DEPENDENCE ON THE INTERNET AND SOCIAL NETWORKS IN YOUTH

Abstract: *The article examines the reasons for increasing the subjective feeling of loneliness in the youth environment against the background of the development of information and network technologies.*

Key words: youth, subjective feeling of loneliness, addiction, the Internet, social media.

Жизнь с каждым днём становится всё стремительней. Кажется, что у людей даже нет времени остановиться и поприветствовать друг друга, когда они встречаются друзей или знакомых. Одной из причин изменения скорости жизни является неуклонный рост популярности социальных сетей, которые оказывают большое влияние на то, как мы живем и общаемся друг с другом. Человек – существо биосоциальное и его формирование как личности возможно только в социуме. В связи с этим человек, часто не осознавая, стремится удовлетворить потребность в общении с другими людьми, используя при этом все возможные средства, в том числе социальные сети и интернет.

Появившиеся в последние годы инновации способствуют усилению коммуникативных общественных связей и должны, как будто, способствовать преодолению одиночества, но это не так: как правило, у молодых людей наблюдается отсутствие эмоционального контакта, зависимость от «поверхностных» связей, а социальные взаимодействия сведены к безличному, из-за чего молодёжь всё больше предпочитает изоляцию и сокращение межличностного общения.

Актуальность исследования обусловлена интенсивным развитием информационных и сетевых технологий, активным использованием интернета и социальных сетей и их проникновением во все сферы жизни человека. По данным на январь 2022 года 62,5% мирового населения используют интернет, число пользователей за 2021 год увеличилось на 192 млн и составило 4,95 млрд человек. Социальные сети используют 4,62 млрд человек. По сравнению с аналогичным периодом 2021 года этот показатель вырос на 10,1% [1]. Быстрый рост интернета породил исследования преимуществ и недостатков расширения онлайн-активности, в частности, продолжает активно обсуждаться феномен

компьютерной и интернет-зависимости. На поведенческом уровне такая зависимость проявляется в том, что страдающие от неё люди настолько предпочитают Интернет реальной жизни, что забывают о каждодневных делах и обязанностях. На фоне быстрого развития социальных сетей и интенсивного виртуального общения встаёт проблема возникающего чувства одиночества [2].

Одиночество как одно из самых значимых переживаемых человеком состояний изучали представители различных научных школ и направлений (З. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, Э. Пепло, А. Перлман).

Социальные сети и их влияние на личность, информационное общество и экзистенциальные риски информационной эпохи – то, что представляет интерес современной науки. Реальность, опосредованная развитием цифровых технологий, представляет собой альтернативу сложившегося, устойчивого социального мира. В этой новой реальности формируются свои особенности выстраивания идентичности человека при его взаимодействии с интернетом (Е.П. Белинская, Л.В. Баева, Е.М. Куликов, О.В. Тихонов, А.Г. Черемисин).

Рассказова Е.И. говорит о том, что интернет и социальные сети занимают значительное место в жизни молодежи, выступая в качестве средства общения, способа проведения досуга, обучения и т.д. Социальные сети очень полезный и нужный ресурс в наше время. Но важно помнить о рациональном и разумном использовании времени, которое пользователь проводит в интернете и в социальных сетях. Чрезмерное пребывание в виртуальном мире отрывает молодёжь от живого взаимодействия лицом к лицу, необходимого для полноценного развития личности и ментального здоровья [3, с. 24].

Стремительное развитие и внедрение в массовую повседневную практику информационных технологий влечет за собой кардинальные перемены стратегий мышления и структуры ценностей современного человека. Информационные доступность и образованность становятся не столько средствами достижения целей, сколько стимуляторами стремления все больше времени проводить в интернет-пространстве – в виртуальной реальности сетевой публичности.

Лица, зависимые от социальных сетей или отличающиеся их патологическим использованием, проявляют крайнюю преданность социальным сетям в ущерб межличностным отношениям, что подтверждает проведенное в 2017 году исследование, которое показало, что молодое поколение отдаёт предпочтение изоляции, а также нахождению в своём собственном воображаемом мире, а не с реальными друзьями и семьёй [4].

В новейшем философском словаре «состояние и ощущение человека, находящегося в условиях реальной или мнимой коммуникационной депривации», то есть в изолированном от общества состоянии, приводящее к разрыву социальных связей и другим неприятным последствиям называется одиночеством.

Если говорить об изоляции, то чаще всего подразумевается изоляция от общества, человека, места и т.д., а одиночеству, в свою очередь, не всегда сопутствует социальная изоляция. Чувство одиночества может присутствовать у людей, которые находятся и коммуницируют в обществе. Внешняя социальная изоляция не является одиночеством, может способствовать появлению этого чувства или усугублять его симптомы. Одиночество в отличие от внешней изоляции отражает внутренний разлад отношений личности с обществом, самим собой, и сопровождается негативными эмоциями: стрессом, страданиями, неудовлетворенностью, кризисами и т.п. [5, с. 73].

В условиях нестабильности социокультурной ситуации в современной России, то есть трансформирующегося общества, одиночество инициируется многими факторами: усилением индивидуализма, ослаблением связей в социальных группах, интенсификацией социальной мобильности, разобщенностью. Кроме того, социальное одиночество сопровождается кризисом идентичности, низким уровнем социального и межличностного доверия.

Авторы социологических и психологических очерков Н.Е. Покровский и Г.В. Иванченко выделяют три касающихся одиночества постулата, которые

принимаются современными специалистами и используются как основа для выработки рабочего инструментария:

1) одиночество – результат дефицита качественных социальных связей и общения;

2) одиночество – внутренний, субъективный опыт, который не тождествен объективной социальной изоляции;

3) одиночество обычно сопровождается негативным, стрессовым состоянием психики и только в редких случаях переживается как позитивное состояние уединенной самодостаточности.

Проблема одиночества в совокупности с развитием информационных технологий и виртуализацией отношений становится предметом особого научного интереса в наши дни. Ситуации обострения переживания одиночества могут провоцировать молодёжь к поиску путей для ухода или избегания данного состояния при помощи цифровых устройств, в том числе при помощи интернета и социальных сетей. С другой стороны, постоянное и навязчивое желание, приводящее к активному использованию Интернета и социальных сетей, может провоцировать усугубление переживания субъективного ощущения одиночества.

С этим чувством часто сталкиваются молодые люди, которые в силу особенностей своего характера не получают понимания, отзывчивости со стороны окружающих. При этом они стремятся уйти в себя, закрыться, замыкаясь в «сетевом пространстве», лишая себя возможности живого общения. Он чувствует себя потерянным и никому ненужным. Кажущаяся на первый взгляд общительность и наличие множества «друзей» в социальных сетях – миф, который достаточно быстро развеивается. Человек понимает, что за фотографиями людей в сети нет никакой душевности, открытости, не возникает дружеского контакта, который так необходим.

Список литературы:

1. Digital 2022 Global Overview Report: [Электронный ресурс] // URL: <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/> (дата обращения: 19.05.2022 г.).

2. Мишина М.М., Григорьева С.И., Губанов А.В. Интернет-зависимость и переживание одиночества современным молодым человеком // Гуманитарное пространство. 2018. № 3. С. 504-514.

3. Милова Е. А. Влияние социальных сетей на психологию личности. // ИНТЕРЭКСПО ГЕОСИБИРЬ. 2012. № 6. С. 88.

4. Status of Mind: Social Media and Young People's Mental Health and Wellbeing Submitted. London: Royal Society for Public Health, 2017.

5. Заворотных Е.Н. Социально-психологические особенности одиночества как субъективного переживания. Санкт-Петербург, 2009. 254 с.