



УДК 159.923

## Представления об одиночестве в России и Болгарии (на примере студентов)

О. Ю. Стрижицкая, И. Р. Муртазина,  
Л. В. Бабакова, Н. Х. Александрова

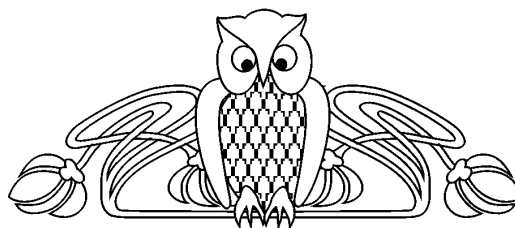
Стрижицкая Ольга Юрьевна, доктор психологических наук, профессор, кафедра психологии развития и дифференциальной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, o.strizhitskaya@spbu.ru

Муртазина Инна Ралифовна, кандидат психологических наук, доцент, кафедра психологии личности, Санкт-Петербургский государственный университет, i.r.myrtazina@spbu.ru

Бабакова Лилия Виткова, кандидат психологических наук, ассистент, кафедра музыкальной педагогики и дирижирования, Академия музыкальных, танцевальных и изобразительных искусств, Пловдив, Болгария, babakova\_lilia@abv.bg

Александрова Наталия Христова, доктор психологических наук, профессор, Международная высшая бизнес-школа, София, Болгария, alexandrovan@yahoo.com

Одиночество является одной из фундаментальных проблем современного человека. При этом одиночество традиционно ассоциируется с негативными проявлениями и характеристиками, в то время как оно может обладать и ресурсной функцией. Актуальность исследования связана с его направленностью на многогранность понимания одиночества и выявление его ресурсных механизмов. Цель исследования, представленного в статье, заключается в сравнении представлений об одиночестве у российских и болгарских студентов. Выдвинуто предположение, что, во-первых, между нашими странами много общего и это дает возможность ожидать общего ценностно-смыслового поля, во-вторых, несмотря на смысловую близость представлений об одиночестве, выраженность отдельных ее параметров будет различаться. Исследование выполнено на выборке ( $N = 442$ ) российских ( $n = 229$ ) и болгарских ( $n = 213$ ) студентов возрасте от 17 до 27 лет ( $M = 20,8$  года,  $SD = 1,64$ ; 359 женщин и 83 мужчины), проживающих в Санкт-Петербурге (Российская Федерация), Софии и Пловдиве (Болгария). Всем респондентам был задан вопрос: «Что для Вас значит одиночество?». Письменные ответы проанализированы посредством метода контент-анализа с последующим расчетом частоты встречаемости смысловой группы и подгрупп, выполнением сравнительного анализа (угловое преобразование Фишера). Отмечено, что ответы как болгарских, так и российских студентов лежат примерно в одном смысловом поле. Показано, что в обеих группах присутствовали как положительные, так и отрицательные характеристики одиночества. Установлено, что российские студенты чаще упоминают положительные свойства одиночества. Они интерпретируют одиночество чаще через возможности, которые оно им дает. Болгарские студенты чаще упоминают негативные аспекты, выражают больше опасений, связанных с одиночеством. Подобные результаты подтверждают нашу гипотезу об общем смысловом поле и при этом демонстрируют специфику представлений об одиночестве в этих



двух группах. Полученные результаты могут быть использованы для разработки программ, направленных как на снижение негативного влияния одиночества, так и на развитие его ресурсных функций.

**Ключевые слова:** одиночество, позитивное одиночество, представление, российские студенты, болгарские студенты, кросс-культурное исследование.

Поступила в редакцию: 06.05.2020 / Принята: 07.09.2020 / Опубликована: 21.12.2020

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution License (CC-BY 4.0)

DOI: <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2020-9-4-367-376>

### Введение

Социальная активность и включенность являются одними из ключевых характеристик функционирования человека на разных этапах его развития [1]. Начиная с подросткового возраста и заканчивая периодом старения поиск, включение, изменения в структуре социальной активности человека являются ключевыми характеристиками не только развития (на ранних этапах), но и сохранения психического здоровья в целом (на поздних этапах). Социальная активность рассматривается в разных плоскостях – от характеристик и параметров самой активности до ее эффектов, таких как адаптация и благополучие человека. В нашей работе мы решили обратиться к явлению, тесно связанному с социальной активностью и ее характеристиками, – одиночеству.

Одиночество можно назвать одним из наиболее распространенных явлений в современном обществе [2], характерным для всех возрастных групп [3]. Как отмечает Н. В. Гришина, проблема одиночества относится к фундаментальным проблемам человеческого существования. С позиции экзистенциального подхода одиночество имеет универсальный характер и положительную природу; причины одиночества кроются в условиях человеческого бытия и существуют на протяжении всей его жизни [4, с. 162–163].

Весь жизненный цикл человека можно представить как баланс между одиночеством и включенностью в социальное взаимодействие [5]. При этом в самом общем виде одиночество можно понимать как переживание собственной невовлеченности в контакты с другими людьми [6]. Одиночество является многомерным конструктом,



оно может быть как добровольным, так и вынужденным, объективным (реальное отсутствие возможности взаимодействия с другими людьми) и субъективным (отсутствие психологического контакта с окружением). Как положительное, добровольное состояние оно тесно граничит с понятиями свободы и независимости, связано с личным пространством человека, возможностями рефлексии и самопознания. Н. В. Гришина акцентирует внимание на целесообразности выделения, наряду с одиночеством как феноменом, ассоциирующимся с негативными переживаниями, одиночества как факта экзистенциальной отделенности человека от других [4]. Экзистенциальная одиночество – «признание того факта, что человек находится наедине со своими экзистенциальными проблемами и со своей жизнью, что он сам переживает свою жизнь и проживает её один, никто не может это сделать за него» [4, с. 167]. Это объективный факт человеческого существования, такой же как и смерть. Одиночество характеризуется сложной амбивалентной природой, соединяющей позитивные и негативные аспекты. Непринятие этого ведет к страху одиночества и попыткам совладать с ним посредством установления близких и удовлетворяющих отношений с другими людьми [4, с. 177].

В современном обществе все большую ценность приобретают саморазвитие, самовыражение и самоактуализация на фоне все большей динамичности социальных процессов. Особенно для западного общества характерна возрастающая ценность качества жизни, в частности качества отношений. В этих условиях одиночество может становиться не только жизненной ситуацией, но и сознательным выбором в пользу саморазвития и самосовершенствования [7–9]. Одиночество также может становиться альтернативой социальным и общественным обязанностям, давать свободу выбора и высвободить время для отдыха. В рамках эволюционной модели авторы предполагают, что одиночество может представлять собой особый период в жизни человека, когда происходит перестройка системы социальных связей, переоцениваются отношения, разрываются старые связи с тем, чтобы им на смену пришли другие, обеспечивающие близость и взаимопонимание [10,11]. Но происходит это не одномоментно, и потому возникает период, когда старые связи уже расторгнуты, а новые еще не выстроены, в этот период человека можно назвать одиноким, но это своего рода динамическое одиночество, необходимое для построения новой системы отношений. Эти идеи находят подтверждение и в других исследованиях, согласно которым в моменты подобного одиночества обостряются процессы социальной перцепции и социального интеллекта, человек находится в поиске оптимальных контактов и становится более чувствительным к окружающей социальной действительности [12]. Одновременно эволюционная модель включает и

одинокость как временное состояние, связанное с самосохранением, – это время, когда усиливается самоинтерес, направленность на себя [7, 13–15]. В такие моменты у человека могут присутствовать сразу две противоположные мотивации – на поиск новых контактов и связей и на избегание новых социальных контактов.

Хотя одиночество, на первый взгляд, тесно связано в первую очередь со средовыми факторами, исследования показывают, что определенный вклад вносят и генетические факторы [16–18]. Эти данные согласуются с результатами исследования М. Лири [19], которые показали, что поиск уединения может быть обусловлен выраженной потребностью в уединении, которая не сводится к слабой потребности в близости с другими людьми. Таким образом, можно говорить о том, что у человека может быть и определенная предрасположенность к состоянию одиночества, а возможно, и потребность в нем время от времени. Болгарские исследователи [20] считают, что есть три группы факторов, которые влияют на переживание одиночества: социальные контакты (количество и качество отношений), стандарты и критерии отношений (предпочтения, ожидания и желания личных отношений) и факторы, которые влияют на отношения (низкая самооценка, плохое здоровье) и т. д. В их исследованиях также было показано, что одиночество имеет определенную гендерную и возрастную специфику. В исследовании Н. Александровой было установлено, что у пожилых мужчин самой распространенной формой одиночества является интимно-личностное одиночество. Это свидетельствует о личных недостатках и разочаровании в пожилом возрасте. У женщин межличностные отношения являются наиболее важным предиктором для благополучия в пожилом возрасте.

Одиночество рассматривается и как несоответствие между желаемым и наличным уровнем социальной включенности [3, 9]. Особенно остро это несоответствие может проявляться в чрезвычайных ситуациях, когда человек вынужденно оказывается в ситуации ограниченного взаимодействия, например, в условиях пандемии. В то же время для понимания психологических эффектов таких вынужденных ситуаций изоляции и условного одиночества (условного, поскольку сохраняется возможность взаимодействовать через системы телекоммуникаций, однако это взаимодействие, как правило, не в полной мере решает проблему социального включения) необходимо понимание базовых механизмов его функционирования и влияния на человека в нормальных условиях.

Исследования роли культурных факторов в переживании одиночества [21] показали, что эти переживания могут быть связаны с преобладанием в обществе коллективизма и индивидуализма. Коллективизм предполагает большую значимость общественных ценностей, ориентацию на социум



в сравнении с индивидуалистическими ценностями, которые предполагают большую важность и значимость индивидуальных потребностей, что приводит к большей активности, избирательности и может сказываться на качестве контактов, снижая переживание одиночества. При этом большинство исследований одиночества выполнены на западных выборках, поэтому подобные выводы требуют дальнейшего подтверждения на более разнообразных восточных выборках. В то же время исследования одиночества у жителей больших городов по сравнению с небольшими населенными пунктами отмечают, что в связи с нестабильностью общественных процессов, конкуренцией, размыванием личных границ переживание одиночества в мегаполисах более интенсивно [22–24].

Для современных научных исследований характерен акцент на негативных коррелятах одиночества. Так, одиночество связывается с ростом вредных привычек, ухудшением субъективного и объективного здоровья, исследования в США и Европе показали, что одиночество увеличивает вероятность смертности после 50 лет от любых причин [2, 8]. Поиск в базах данных по запросу «одиночество» выдает тысячи статей о вреде одиночества. Тем не менее реалии современной жизни таковы, что все больше людей добровольно и осознанно выбирают одиночество как временное или постоянное решение. И постепенно раскрывается интерес к ресурсной составляющей одиночества (для примера [25]). Разрабатываются методы, позволяющие разносторонне подойти к феномену одиночества [6]. Несмотря на это, исследований «позитивного одиночества» остается мало [26]. Следует также отметить, что существует некоторая дихотомия одиночества – положительное – отрицательное. Однако можно предположить, что в зависимости от объективных и субъективных факторов один и тот же человек может испытывать разные виды одиночества, более того, можно допустить, что это может происходить одновременно.

В нашем исследовании мы подошли к проблеме одиночества с позиций кросс-культурных различий. Россия и Болгария исторически и культурно являлись и являются близкими странами. Обе страны в основе имеют славянские корни, но не ограничены ими (Россия в ходе освоения Сибири и Дальнего Востока вступила в союз со множеством разных народов, передав им часть своей культуры и впитав отдельные элементы их культуры, основу болгарского народа составляют славяне, но наравне с ними протоболгары и фракийцы). Обе страны находились под восточным игом (для России татаро-монгольское иго, для Болгарии – османское), благодаря чему в культуры вплелись отдельные элементы восточной философии. Наконец, обе страны говорят на славянских, исключительно близких друг другу языках. В то же время страны различаются размерами, ресур-

сами, традициями, что позволяет предположить различия в психологических и социальных характеристиках.

**Цель** исследования, представленного в статье, – сравнить представления об одиночестве у российских и болгарских студентов.

**Гипотеза** исследования заключалась в том, что, во-первых, между нашими странами много общего и это дает возможность ожидать общего ценностно-смыслового поля, во-вторых, несмотря на смысловую близость представлений об одиночестве, выраженность отдельных ее параметров будет различаться.

## Материалы и методики

**Участники.** В исследовании приняли участие 442 человека в возрасте от 17 до 27 лет ( $M = 20,8$  года,  $SD = 1,64$ ; 359 женщины и 83 мужчины), проживающие в Санкт-Петербурге (Россия), Софии и Пловдиве (Болгария). Все респонденты проходили обучение на момент проведения исследования (специальности включали психологию, педагогику, медицину, филологию, математику, историю, экономику, хоровое дирижирование, инструментальное исполнительство, хореографию, рисование). Участие в исследовании было добровольным («выборка по возможности»). В российскую выборку вошли 229 человек (184 женщины и 45 мужчин) в возрасте от 17 до 23 лет. Средний возраст испытуемых – 18,97 года ( $SD = 1,52$ ). В болгарскую выборку вошли 213 человек (175 женщин и 38 мужчин) в возрасте от 19 до 37 лет. Средний возраст испытуемых – 22,67 года ( $SD = 1,83$ ). Исследование проводилось до начала режима самоизоляции как в России, так и в Болгарии.

**Методики.** В связи с множеством существующих представлений об одиночестве как таковом мы предположили, что существующий инструментарий во многом отражает взгляд исследователя на проблему. При этом для нас было важно понять, что сами люди – в нашем случае студенты – вкладывают в понятие «одиночество». Русский термин «одиночество» в повседневном использовании чаще ассоциируется с негативными проявлениями и потому ближе к английскому *loneliness*. В то же время в российской научной традиции, на наш взгляд, отсутствует термин, который бы соответствовал западному *solitude*, по сути, являющемуся позитивной версией одиночества. Однако предлагаемые версии, такие как уединение, скорее отражают пространственные характеристики одиночества, нежели содержательные.

С другой стороны, в рамках нашего проекта было важно сравнить представления об одиночестве среди россиян и болгар. Чтобы решить эти две задачи, мы решили использовать контент-анализ. Всем респондентам был задан вопрос: «Что для Вас значит одиночество?». Респонденты отвечали письменно. Полученные результаты были проанализированы с помощью контент-ана-



лиза. Выделенные категории прошли экспертную оценку: в России и Болгарии соответствие ответов выделенным категориям оценивали по два независимых эксперта-психолога. Контент-анализ выполнялся отдельно на российской и болгарских выборках. На основе полученных данных был проведен анализ по полу и гражданству.

Следует отметить, что, хотя мы применяли наши методы на молодежной выборке, полученные результаты скорее описывают репрезентации представлений об одиночестве в обществе, нежели возрастные характеристики.

**Методы.** Первичные данные исследования обрабатывались посредством метода контент-анализа с расчетом частоты встречаемости смысловой группы и подгрупп. Методами статистической обработки результатов являлись дескриптивный, сравнительный (угловое преобразование Фишера).

## Результаты и их обсуждение

Контент-анализ позволил выявить три укрупненные группы ответов на вопрос «Что для Вас значит одиночество?»: 1) положительное отношение к одиночеству; 2) негативное отношение к одиночеству; 3) нейтральное отношение к одиночеству. Как в российской, так и в болгарской части выборки наиболее представленными были группы «положительного» и «отрицательного» одиночества.

В табл. 1 представлены данные по распределению ответов в группе «положительное одиночество» в российской и болгарской выборках. Среди российской выборки 197 из 229 студентов в своих ответах использовали положительные высказывания об одиночестве. В то же время в болгарской выборке такие высказывания были

Таблица 1 / Table 1

### Положительное отношение к одиночеству в российской и болгарской выборках (N = 442)

#### Positive attitude to loneliness in the Russian and Bulgarian group samples (N = 442)

Чувства/мысли	Юноши		Девушки		Общий показатель		φ*
	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	
	Российская выборка						
	n = 45		n = 184		n = 229		
Уединение	14	31,1	81	44	95	41,5	–
Отдых от людей, расслабление	4	8,9	27	14,7	31	13,54	–
Спокойствие, гармония	7	15,6	14	7,6	21	9,17	–
Пространство для размышлений	2	4,4	14	7,6	16	6,99	–
Источник вдохновения и творчества	4	8,9	10	5,4	14	6,11	–
Источник развития	0	–	10	5,43	10	4,37	–
Свобода, независимость	1	2,2	6	3,3	7	3,06	–
Защита от стресса	0	–	1	0,54	1	0,44	–
Сон	0	–	1	0,54	1	0,44	–
Комфорт	0	–	1	0,54	1	0,44	–
Всего	32	–	165	–	197	–	–
	Болгарская выборка						
	n = 38		n = 175		n = 213		
Уединение	2	5,26	18	10,29	20	9,39	–
Отдых от людей, расслабление	10	26,32	10	5,71	20	9,39	2,369; p = 0,01
Спокойствие, гармония	8	21,05	10	5,71	18	8,45	2,643; p = 0,01
Пространство для размышлений	2	5,26	4	2,29	6	2,82	–
Общение со собой	0	0	4	2,29	4	1,88	–
Свобода, независимость	10	26,32	6	3,43	16	7,51	3,945; p = 0,01
Время для самосовершенствования	2	5,26	4	2,29	6	2,82	–
Возможность лени	2	5,26	1	0,57	3	1,41	–
Временное дистанцирование от повседневной жизни	0	0	6	3,43	6	2,82	–
Всего	39	–	69	–	108	–	–

Примечание. <sup>1</sup> – количество респондентов, упоминавших данную категорию в своих ответах.



выявлены лишь у 108 из 213 респондентов. Из таблицы видно, что в ответах российских и болгарских студентов много общего. Так, первые четыре категории довольно близки между собой. В обеих группах положительный эффект одиночества можно интерпретировать как некоторую ресурсную функцию – одиночество, исходя из ответов наших респондентов, позволяет лучше себя понять, расслабиться, продумать свою жизнь, стратегии ее освоения, настроиться на саморазвитие и творчество.

При этом стоит отметить, что российские студенты чаще упоминают положительные составляющие одиночества. К примеру, в российской

выборке большее число молодых людей воспринимает одиночество как уединение, возможность побыть наедине с самим собой, своими мыслями и чувствами ( $\phi^* = 8,162; p = 0,01$ ). Интересно также, что частота упоминания положительных свойств одиночества болгарскими юношами и девушками примерно одинакова, в то время как болгарские девушки упоминают эти аспекты в два с лишним раза реже в сравнении с российскими (см. табл. 1).

Анализ негативных высказываний об одиночестве показал, что как и в случае с позитивными высказываниями, в ответах российских и болгарских студентов присутствует много схожих суждений (табл. 2). Они отмечали непонимание,

Таблица 2 / Table 2

**Негативное отношение к одиночеству в российской и болгарской выборках (N = 442)**  
**Negative attitude to loneliness in the Russian and Bulgarian group samples (N = 442)**

Чувства/мысли	Юноши		Девушки		Общий показатель		φ*
	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	
	Российская выборка						
	n = 45		n = 184		n = 229		
Изоляция	13	28,9	36	19,6	49	21,4	–
Тоска, грусть	5	11,1	26	14,1	31	13,54	–
Покинутость близкими людьми	5	11,1	22	12	27	11,79	–
Непонимание со стороны других	3	6,7	6	3,3	9	3,93	–
Страх, паника	2	4,4	6	3,3	8	3,5	–
Пустота	2	4,4	5	2,7	7	3,06	–
Тюрьма	1	2,2	2	1,1	3	1,31	–
Отсутствие эмоциональных связей с окружающими	0	–	2	1,1	2	0,87	–
Барьер, мешающий идти вперед	1	2,2	1	0,54	2	0,87	–
Смерть	0	–	1	0,54	1	0,44	–
Всего	32		107		139		
Чувства/мысли	Болгарская выборка						
	n = 38		n = 175		n = 213		
	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	
Отсутствие человека, с которым можно поделиться	8	21,05	39	22,29	47	22,07	–
Непонимание со стороны других	14	36,84	41	23,43	55	25,82	1,643; p = 0,05
Покинутость близкими людьми	6	15,79	36	20,57	42	19,72	–
Пустота, бездна	2	5,26	12	6,86	14	6,57	–
Изоляция	3	7,90	9	5,14	12	5,63	–
Длительное и мучительное чувство / страдание	2	5,26	9	5,14	11	5,16	–
Чувство безнадежности	0	–	8	4,57	8	3,76	–
Стагнация, деградация, регресс	0	–	4	2,29	4	1,88	–
Страх, ужас, кошмар, боль	0	–	4	2,29	4	1,88	–
Чувство бесполезности и отчаяние	0	–	6	3,43	6	2,82	–
Наказание	0	–	1	0,57	1	0,47	–
Отчуждение	0	–	3	1,71	3	1,41	–
Клиническое состояние / депрессия	0	–	4	2,29	4	1,88	–
Всего	35		177		211		

Примечание. См. табл. 1.



физическую и эмоциональную изоляцию, страх, панику, негативные эмоции и даже смерть. При этом, как и в первом случае, частота ответов различалась. Несколько большее число упоминаний негативных аспектов одиночества наблюдалось в болгарской выборке, при этом, как и в первом случае, ответы молодых людей по частоте практически не различались, а болгарские девушки существенно чаще упоминали такие негативные аспекты одиночества, как покинутость близкими людьми, непонимание со стороны окружающих, отсутствие людей, с которыми можно было бы поделиться своими мыслями. Интересно отметить, что как в российской, так и в болгарской выборке вопрос, включавший в себя лишь один наиболее распространенный термин – «одиночество», вызвал как положительные, так и негативные ассоциации. Это позволяет предположить, что в

наших ментальных репрезентациях понятие «одиночество» может иметь разнообразные, зачастую противоположные значения (см. табл. 2).

Были также обнаружены нейтральные описания одиночества, в основном как естественной части жизни. Количество таких упоминаний было относительно невелико (результаты представлены в табл. 3).

Нами был проведен сравнительный анализ отношения к одиночеству в российской и болгарской группах и выявлен ряд различий (данные представлены в табл. 4).

При сопоставлении результатов двух групп было выявлено, что в сознании российских молодых людей одиночество в большей мере, чем у болгарской молодежи, связано с положительными аспектами. Так, в российской выборке большее число молодых людей воспринимает одиночество

Таблица 3 / Table 3

Нейтральное отношение к одиночеству в российской выборке (N = 442)  
Neutral attitude to loneliness in the Russian group sample (N = 442)

Чувства/мысли	Юноши		Девушки		Общий показатель		φ*
	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	
	Российская выборка						
	n = 45		n = 184		n = 229		–
Необходимость	3	6,7	18	9,8	21	9,2	–
Временное состояние	5	11,1	15	8,2	20	8,73	–
Не думал	2	4,4	0	–	2	0,87	–
Всего	10		33		43		–
	Болгарская выборка						
	n = 38		n = 175		n = 213		–
Необходимость	3	7,90	6	3,43	9	4,23	–

Примечание. См. табл. 1.

Таблица 4 / Table 4

Отношение к одиночеству в российской и болгарской выборках: сравнительный анализ (N = 442)  
Attitude to loneliness in the Russian and Bulgarian group samples: a comparative analysis (N = 442)

Восприятие одиночества	Выборка (Россия) (n = 229)		Выборка (Болгария) (n = 213)		φ*
	Количество <sup>1</sup>	%	Количество <sup>1</sup>	%	
Уединение	95	41,5	20	9,39	8,162; p = 0,01
Отдых от людей, расслабление	31	13,54	20	9,39	–
Спокойствие, гармония	21	9,17	18	8,45	–
Пространство для размышлений	16	6,99	6	2,82	2,101; p = 0,05
Свобода, независимость	7	3,06	16	7,51	2,112; p = 0,05
Покинутость близкими людьми	27	11,79	42	19,72	2,301; p = 0,05
Изоляция	49	21,4	12	5,63	5,084; p = 0,01
Страх, паника	8	3,5	4	1,88	–
Непонимание со стороны других	9	3,93	55	25,82	7,017; p = 0,01
Необходимость	21	9,2	9	4,23	2,133; p = 0,05

Примечание. См. табл. 1.



как уединение, возможность побыть наедине с самим собой ( $\varphi^* = 8,162$ ;  $p = 0,01$ ), как пространство для размышлений, обдумывания своих идей и планов ( $\varphi^* = 2,101$ ;  $p = 0,05$ ). Для болгарской группы в большей степени характерно выделение негативных аспектов одиночества – покинутости близкими ( $\varphi^* = 2,301$ ;  $p = 0,05$ ), непонимания со стороны окружающих ( $\varphi^* = 7,017$ ;  $p = 0,01$ ). Интересным, на наш взгляд, является следующее: российские молодые люди в большей степени, нежели болгарские студенты, делают акцент на том, что одиночество представляет собой необходимый элемент повседневной жизни человека ( $\varphi^* = 2,133$ ;  $p = 0,05$ ).

## Выводы

Проведенный анализ подтвердил, что в сознании как российских, так и болгарских молодых людей одиночество ассоциируется как с негативными, так и с позитивными аспектами и это создает некую общую почву для анализа и интерпретации данного явления в обеих странах. Также результаты показали, что характеристики, приписываемые одиночеству, будь то положительные или негативные, в целом находятся в едином поле значений. Вместе с тем мы обнаружили, что для российской выборки более характерен позитивно-ресурсный взгляд на одиночество, а болгарские молодые люди делают больший акцент на негативе. Полученные различия могут быть связаны с тем, что одиночество имеет не только личное, но в определенной степени и социально детерминированное содержание. Будучи достаточно консервативным и ориентированным на традиционные ценности, болгарское общество поддерживает ценность «связанности», включенности в сообщество, а следовательно, страх остаться в изоляции в нем выше. Похожие тенденции относительно роли включенности в семейную систему как фактора предотвращения одиночества среди пожилых болгар описывает в своей диссертации Л. В. Бабакова [27]. Делать подобные предположения о российском обществе проблематично, поскольку для России характерна высокая вариативность культурных, этнических и религиозных установок.

Следует отметить некоторые ограничения данного исследования, в частности, некоторый дисбаланс в соотношении девушек и юношей, связанный с добровольностью участия в исследовании, с одной стороны, и с тем, что мужчины в целом реже участвуют в психологических исследованиях, а также реже «завершают» участие в них – с другой. В связи с этим полученные гендерные различия скорее намекают тенденции для новых исследований, нежели устанавливают безусловные особенности восприятия одиночества молодыми людьми.

Полученные результаты демонстрируют неоднородность, многогранность понятия одиночества, показывают, что одиночество пережи-

вается в координатах не только пространства и связанности, но и потребности в самопознании, саморазвитии, собственной настройке, создании планов и стратегий жизни.

Другим важным результатом нашего исследования стало кросс-культурное сравнение представлений об одиночестве у российских и болгарских молодых людей. Наши данные подтвердили, что содержательно представления схожи. Можно сказать, российские и болгарские студенты находятся в едином смысловом поле относительно понятия «одиночество», что было ожидаемо, учитывая историческую близость и дружбу россиян и болгар. Однако мы смогли продемонстрировать и то, что при схожих описаниях акценты в ментальных репрезентациях одиночества расставлены несколько по-разному. Это не только дает интересную информацию собственно о представлениях об одиночестве у российских и болгарских молодых людей, но и позволяет полагать, что смысл, вкладываемый в понятие одиночества, непосредственно связан с кросс-культурными особенностями и в странах, культурно более различных, нежели Россия и Болгария, эти представления могут иметь более существенные различия.

**Благодарности и финансирование:** *Российская часть исследования выполнена при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (проект № 19-513-18015 «Одиночество и независимость на разных этапах жизненного цикла: перспективы и подходы в Болгарии и России»). Болгарская часть исследования выполнена при финансовой поддержке Национального научного фонда Болгарии (проект КПОБ Россия 14 «Одиночество и независимость на разных этапах жизненного цикла: перспективы и подходы в Болгарии и России»).*

**Информация о вкладе каждого автора:** *О. Ю. Стрижицкая – концепция и дизайн исследования, интерпретация результатов; И. Р. Муртазина – сбор и обработка данных, интерпретация результатов российской выборки; Л. В. Бабакова – сбор и обработка данных, интерпретация результатов болгарской выборки; Н. Х. Александрова – сбор и обработка данных, интерпретация результатов болгарской выборки.*

## Библиографический список

1. Шамионов Р. М. Социальная активность молодежи : системно-диахронический подход // Российский психологический журнал. 2019. Т. 16. № 1. С. 166–188. DOI: 10.21702/rpj.2019.1.8
2. Stickley A., Koyanagi A., Roberts B., Richardson E., Abbott P., Tumanov S., McKee M. Loneliness : Its Correlates and Association with Health Behaviours and Outcomes in Nine Countries of the Former Soviet Union // PLoS ONE. 2013. Vol. 8, № 7. P. e67978. DOI: 10.1371/journal.pone.0067978



3. Peplau L. A., Perlman D. Perspective on loneliness // Peplau L. A., Perlman D., eds. Loneliness : A sourcebook of current theory, research and therapy. New York : John Wiley and Sons, 1982. P. 1–18.
4. Гришина Н. В. Экзистенциальная психология. СПб. : Изд-во Санкт-Петерб. ун-та, 2018. 494 с.
5. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / пер. с англ. Т. С. Драбкиной. М. : Независимая фирма «Класс», 1999. 576 с.
6. Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. Дифференциальный опросник переживания одиночества : структура и свойства // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10, № 1. С. 55–81.
7. Averill J. R., Sundararajan L. Experiences of solitude : Issues of assessment, theory, and culture // Coplan R. J., J. C. Bowker, eds. The handbook of solitude : Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone. Blackwell : John Wiley and Sons, Ltd., 2014. P. 90–108.
8. Леонтьев Д. А. Экзистенциальный смысл одиночества // Экзистенциальная традиция : философия, психология, психотерапия. 2011. Вып. 19, № 2. С. 101–108.
9. Layden E. A., Cacioppo J. T., Cacioppo S. Loneliness predicts a preference for larger interpersonal distance within intimate space // PLoS ONE. 2018. Vol. 13, № 9. P. e0203491. DOI: 10.1371/journal.pone.0203491
10. Boomsma D. I., Cacioppo J. T., Slagboom P., Posthuma D. Genetic Linkage and Association Analysis for Loneliness in Dutch Twin and Sibling Pairs Points to a Region on Chromosome 12q23–24 // Behavior Genetics. 2006. Vol. 36, № 1. P. 137–146. DOI: 2060/10.1007/s10519-005-9005-z
11. Cacioppo J. T., Cacioppo S., Boomsma D. I. Evolutionary mechanisms for loneliness // Cognition & Emotion. 2014. Vol. 28, № 1. P. 3–21. DOI: 2060/10.1080/02699931.2013.837379
12. Gardner W. L., Pickett C. L., Jefferis V., Knowles M. On the Outside Looking // Personality and Social Psychology Bulletin. 2005. Vol. 31, № 11. P. 1549–1560. DOI: 10.1177/0146167205277208
13. Лэнгле А. Грандиозное одиночество. Нарциссизм как антропологическо-экзистенциальный феномен // Консультативная психология и психотерапия. 2002. Т. 10, № 2. С. 34–58.
14. Мацута В. В. Аутокоммуникация человека : функциональный аспект : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Томск, 2010. 23 с.
15. Rokach A. Loneliness then and now : Reflections on social and emotional alienation in everyday life // Current Psychology. 2001. Vol. 23, iss. 1. P. 24–40. DOI: 10.1007/s12144-004-1006-1
16. Eggum-Wilkens N. D., Lemery-Chalfant K., Aksan N., Goldsmith H. H. Self-Conscious Shyness : Growth during Toddlerhood, Strong Role of Genetics, and No Prediction from Fearful Shyness // Infancy. 2015. Vol. 20, № 2. P. 160–188. DOI: 10.1111/infa.12070
17. Boomsma D. I., Willemsen G., Dolan C. V., Hawkey L. C., Cacioppo J. T. Genetic and Environmental Contributions to Loneliness in Adults : The Netherlands Twin Register Study // Behavior Genetics. 2005. Vol. 35, № 6. P. 745–752. DOI: 10.1007/s10519-005-6040-8
18. Schermer J. A., Martin N. G. A behavior genetic analysis of personality and loneliness // Journal of Research in Personality. 2019. Vol. 78, February. P. 133–137. DOI: 10.1016/j.jrp.2018.11.011
19. Leary M. R. Sociometer theory and the pursuit of relational value : Getting to the root of self-esteem // European Review of Social Psychology. 2005. Vol. 16. P. 75–111. DOI: 10.1080/10463280540000007
20. Александрова Н. Малка книжка за голямата самота. София : ИК «Проф. Петко Венедиков», 2015. 129 с.
21. Aizawa Y., Whalley M. A. Gender, Shyness, and Individualism-Collectivism : A Cross-Cultural Study // Race, Gender & Class. 2006. Vol. 13, iss. 1–2. P. 7–25. DOI: 10.2307/41675217
22. Bowman C. C. Loneliness and social change // American Journal of Psychiatry. 1955. Vol. 112, iss. 3. P. 194–198. DOI: 10.1176/ajp.112.3.194
23. Riesman D., Denney R., Glazer N. The Lonely Crowd. New Haven, CT : Yale University Press, 2001. 385 p.
24. Алёйникова О. С. Одиночество : философско-культурологический анализ : автореф. дис. ... канд. филос. наук. СПб., 2005. 19 с.
25. Иванченко Г. В. Возрасты одиночества // Развитие личности. 2007. № 1. С. 55–80.
26. Long C. R., Averill J. R. Solitude : An Exploration of Benefits of Being Alone // Journal for the Theory of Social Behaviour. 2003. Vol. 33, № 1. P. 21–44. DOI: 2060/10.1111/1468-5914.00204
27. Бабакова Л. В. Повседневные неприятности и удовлетворенность жизнью в связи со стратегиями совладания в период старения (на примере Болгарии) : дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2017. 215 с.

---

**Образец для цитирования:**

Стрижницкая О. Ю., Муртазина И. Р., Бабакова Л. В., Александрова Н. Х. Представления об одиночестве в России и Болгарии (на примере студентов) // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2020. Т. 9, вып. 4 (36). С. 367–376. DOI: <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2020-9-4-367-376>

---





## Representations of Loneliness in Russia and Bulgaria (the Case Study of Students)

Olga Yu. Strizhitskaya, Inna R. Murtazina,  
Lilia V. Babakova, Natalia Ch. Alexandrova

Olga Yu. Strizhitskaya, <https://orcid.org/0000-0002-7141-162X>, Saint Petersburg State University, 6, Makarova emb., Saint Petersburg 199034, Russia, o.strizhitskaya@spbu.ru

Inna R. Murtazina, <https://orcid.org/0000-0002-2204-4376>, Saint Petersburg State University, 6, Makarova emb., Saint Petersburg 199034, Russia, i.r.murtazina@spbu.ru

Lilia V. Babakova, <https://orcid.org/0000-0001-8666-4323>, Academy of music, dance and fine arts, 2 Todora Samodumova St., Plovdiv 4000, Bulgaria, babakova\_lilia@abv.bg

Natalia Ch. Alexandrova, <https://orcid.org/0000-0001-9077-2247>, International business high school, 14 Gurko St., Sofia 2140, Bulgaria, alexandrovan@yahoo.com

Loneliness is one of the fundamental problems of modern people. However, loneliness is traditionally associated with negative expressions and characteristics, at the same time it may also have a resource function. The relevance of the study is associated with its focus on the multifaceted understanding of loneliness and identification of its resource mechanisms. *The purpose of the study* presented in the article is to compare the idea of loneliness among Russian and Bulgarian students. An assumption was made: firstly, there is much in common between two countries, which makes it possible to expect a common value-semantic field, and secondly, despite the semantic similarity of ideas about loneliness, expressiveness of its individual parameters will vary. The study was carried out on a sample ( $N = 442$ ) of Russian ( $n = 229$ ) and Bulgarian ( $n = 213$ ) students aged 17 to 27 years old ( $M = 20.8$  years,  $SD = 1.64$ ; 359 women and 83 men), living in St. Petersburg (the Russian Federation), Sofia and Plovdiv (Bulgaria). All respondents were asked the question: "What does loneliness mean to you?". The written answers were analyzed using the method of content analysis, followed by calculating the frequency of occurrence of the semantic group and subgroups, and performing a comparative analysis (Fisher angular transformation). It was noted that the answers of both Bulgarian and Russian students lie in approximately the same semantic field. It was demonstrated that in both groups both positive and negative characteristics of loneliness were present. We established that Russian students more often mention the positive properties of loneliness. They interpret loneliness more often through the opportunities that it gives them. Bulgarian students often mention negative aspects; they express more fear related to loneliness. Similar results confirm our hypothesis about the general semantic field, and, at the same time, demonstrate particular nature of ideas about loneliness in these two groups. The results can be used to develop programs aimed both at reducing negative impact of loneliness, and on development of its resource functions.

**Keywords:** loneliness, positive loneliness, representations, russian students, bulgarian students, cross-cultural research.

**Acknowledgments:** Russian part of this work was supported by the Russian Foundation for Basic Research (project No. 19-513-18015 «Loneliness vs. independence across lifespan: perspectives and insights from Bulgaria and Russia»). Bulgarian part

of this work was supported by the National Scientific Foundation of Bulgaria (project No. KII06 Россия 14 «Loneliness vs. independence across lifespan: perspectives and insights from Bulgaria and Russia»).

Received: 06.05.2020 / Accepted: 07.09.2020 / Published: 21.12.2020

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution License (CC-BY 4.0)

## References

1. Shamionov R. M. Social Activity of Youth: A Systematic Diachronic Approach. *Russian Psychological Journal*, 2019, vol. 16, no. 1, pp. 166–188 (in Russian). DOI: 10.21702/rpj.2019.1.8
2. Stickley A., Koyanagi A., Roberts B., Richardson E., Abbott P., Tumanov S., McKee M. Loneliness: Its Correlates and Association with Health Behaviours and Outcomes in Nine Countries of the Former Soviet Union. *PLoS ONE*, 2013, vol. 8, no. 7, p. e67978. DOI: 10.1371/journal.pone.0067978
3. Peplau L. A., Perlman D. Perspective on loneliness. In: L. A. Peplau, D. Perlman, eds. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York, John Wiley and Sons, 1982, pp. 1–18.
4. Grishina N. V. *Ekzistentsial'naya psikhologiya* [Existential psychology]. St. Petersburg, Izd-vo Sankt-Peterb. un-ta, 2018. 494 p. (in Russian).
5. Yalom I. *Existential Psychotherapy*. Moscow, Nezavisimaya firma "Klass" Publ., 1999. 576 p. (in Russian, trans. from English).
6. Osin E. N., Leont'yev D. A. Multidimensional Inventory of Loneliness Experience: Structure and Properties. *Psychology Journal of the Higher School of Economics*, 2013, vol. 10, no. 1, pp. 55–81 (in Russian).
7. Averill J. R., Sundararajan L. Experiences of solitude: Issues of assessment, theory, and culture. In: R. J. Coplan, J. C. Bowker, eds. *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone*. Blackwell, John Wiley & Sons, Ltd., 2014, pp. 90–108.
8. Leont'yev D. A. Existential Meaning of Loneliness. *Ekzistentsial'naya traditsiya: filozofiya, psikhologiya, psikhoterapiya* [Existential Tradition: Philosophy, Psychology, Psychotherapy], 2011, iss. 19, no. 2, pp. 101–108 (in Russian).
9. Layden E. A., Cacioppo J. T., Cacioppo S. Loneliness predicts a preference for larger interpersonal distance within intimate space. *PLoS ONE*, 2018, vol. 13, no. 9, p. e0203491. DOI: 10.1371/journal.pone.0203491
10. Boomsma D. I., Cacioppo J. T., Slagboom P., Posthuma D. Genetic Linkage and Association Analysis for Loneliness in Dutch Twin and Sibling Pairs Points to a Region on Chromosome 12q23–24. *Behavior Genetics*, 2006, vol. 36, no. 1, pp. 137–146. DOI: 10.1007/s10519-005-9005-z
11. Cacioppo J. T., Cacioppo S., Boomsma D. I. Evolutionary mechanisms for loneliness. *Cognition & Emotion*, 2014, vol. 28, no. 1, pp. 3–21. DOI: 10.1080/02699931.2013.837379



12. Gardner W. L., Pickett C. L., Jefferis V., Knowles M. On the Outside Looking. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2005, vol. 31, no. 11, pp. 1549–1560. DOI: 10.1177/0146167205277208
13. Lengle A. Great Loneliness. Narcissism as an Anthropological and Existential Phenomenon. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2002, vol. 10, no. 2, pp. 34–58 (in Russian).
14. Matsuta V. V. *Autokommunikatsiya cheloveka: funktsional'nyy aspekt* [Human Auto-Communication: Functional Aspect]. Thesis Diss. Cand. Sci. (Psychol.). Tomsk, 2010. 23 p. (in Russian).
15. Rokach A. Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life. *Current Psychology*, 2001, vol. 23, iss. 1, p. 24–40. DOI: 10.1007/s12144-004-1006-1
16. Eggum-Wilkens N. D., Lemery-Chalfant K., Aksan N., Goldsmith H. H. Self-Conscious Shyness: Growth during Toddlerhood, Strong Role of Genetics, and No Prediction from Fearful Shyness. *Infancy*, 2015, vol. 20, no. 2, pp. 160–188. DOI: 10.1111/infa.12070
17. Boomsma D. I., Willemsen G., Dolan C. V., Hawkey L. C., Cacioppo J. T. Genetic and Environmental Contributions to Loneliness in Adults: The Netherlands Twin Register Study. *Behavior Genetics*, 2005, vol. 35, no. 6, pp. 745–752. DOI: 10.1007/s10519-005-6040-8
18. Schermer J. A., Martin N. G. A behavior genetic analysis of personality and loneliness. *Journal of Research in Personality*, 2019, vol. 78, February, pp. 133–137. DOI: 2060/10.1016/j.jrp.2018.11.011
19. Leary M. R. Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology*, 2005, vol. 16, pp. 75–111. DOI: 10.1080/10463280540000007
20. Alexandrova N. *Malka knizhka za golyamata samota* [Small Book about Loneliness]. Sofiya, IK Prof. Petko Venedikov, 2015. 129 p. (in Bulgarian).
21. Aizawa Y., Whatley M. A. Gender, Shyness, and Individualism-Collectivism: A Cross-Cultural Study. *Race, Gender & Class*, 2006, vol. 13, iss. 1–2, pp. 7–25. DOI: 10.2307/41675217
22. Bowman C. C. Loneliness and social change. *American Journal of Psychiatry*, 1955, vol. 112, iss. 3, pp. 194–198. DOI: 10.1176/ajp.112.3.194
23. Riesman D., Denney R., Glazer N. *The Lonely Crowd*. New Haven, CT, Yale University Press, 2001. 385 p.
24. Aleynikova O. S. *Odinochestvo: filosofsko-kul'turologicheskii analiz* [Loneliness: Philosophic and Cultural Analysis]. Thesis Diss. Cand. Sci. (Philos.). St. Petersburg, 2005. 19 p. (in Russian).
25. Ivanchenko G. V. Ages of Loneliness. *Razvitiye lichnosti* [Development of Personality], 2007, no. 1, pp. 55–80 (in Russian).
26. Long C. R., Averill J. R. Solitude: An Exploration of Benefits of Being Alone. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 2003, vol. 33, no. 1, pp. 21–44. DOI: 2060/10.1111/1468-5914.00204
27. Babakova L. V. *Povsednevnye nepriyatnosti i udovletvorennost' zhizn'yu v svyazi so strategiyami sovladaniya v period stareniya (na primere Bolgarii)* [Daily hassles and life satisfaction in the context of coping behavior during aging (on a Bulgarian sample)]. Diss. Cand. Sci. (Psychol.). St. Petersburg, 2017. 215 p. (in Russian).

---

**Cite this article as:**

Olga Yu. Strizhitskaya, Inna R. Murtazina, Lilia V. Babakova, Natalia Ch. Alexandrova. Representations of Loneliness in Russia and Bulgaria (the Case Study of Students). *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2020, vol. 9, iss. 4 (36), pp. 367–376 (in Russian). DOI: <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2020-9-4-367-376>

---