

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

DOI: 10.19181/vis.2025.16.1.9

EDN: RSUITO



Влияние офлайн и онлайн-практик на подростковое одиночество

Ссылка для цитирования: Ткач С., Русакова М. М., Санадзе Я. Д. Влияние офлайн и онлайн-практик на подростковое одиночество // Вестник Института социологии. 2025. Том 16. № 1. С. 163–179. DOI: 10.19181/vis.2025.16.1.9; EDN: RSUITO.

For citation: Tkach S., Rusakova M. M., Sanadze Ya. D. The impact of offline and online practices on teenage loneliness. *Vestnik instituta sotziologii*. 2025. Vol. 16. No. 1. P. 163–179. DOI: 10.19181/vis.2025.16.1.9; EDN: RSUITO.



SPIN-код: 6740-2773

Ткач Сергей¹

¹Санкт-Петербургский государственный университет,
Санкт-Петербург, Россия

s.tkach@spbu.ru



SPIN-код: 8271-1174

Русакова Майя Михайловна¹

¹Санкт-Петербургский государственный университет,
Санкт-Петербург, Россия

m.rusakova@spbu.ru



SPIN-код: 5405-2133

Санадзе Яков Давидович¹

Санкт-Петербургский государственный университет,
Санкт-Петербург, Россия

y.sanadze@spbu.ru

Аннотация. В статье рассмотрены подходы к исследованию одиночества, а также феномена одиночества в толпе. Особенное внимание уделено влиянию цифровизации на распространенность одиночества. При помощи построенной регрессионной модели наименьших квадратов установлено, как цифровизация влияет на субъективное чувство одиночества. Построенная модель позволила объяснить 91% вариативности зависимой переменной – субъективного чувства одиночества. Выборочная совокупность составила 136 438 человек – подростки в возрасте 14–17 лет в 86 регионах страны, 26% респондентов проживали в сельской местности, 21% – в поселках городского типа, 38% – в городах до 500 тыс. жителей, 10% – в крупных городах (от 500 тыс. до 1 млн. жителей) и 5% в городах-миллионниках, 39% подростков были мужского пола и 61% – женского. В основу теоретической модели легли гуманистический экзистенциализм Ж.-П. Сартра, теория структуризации Э. Гидденса и теория копинг-стратегий Е. Гентина и Р. Чен. Полученные результаты демонстрируют, что феномен одиночества в толпе слабо распространен среди российских подростков. Среди онлайн-практик, в которых проявляются изменения, привносимые цифровизацией в повседневность, снижают чувство одиночества пассивное потребление контента (просмотр видео, чтение новостей, поиск нужной информации и т. д.). Производство контента (ведение блога, творческая деятельность), наоборот, повышает такое чувство у подростков. Зависимость чувства одиночества от офлайн-практик большей частью может быть интерпретирована тем, к каким копинг-стратегиям эти практики могут быть отнесены: активным или пассивным. Пассивные копинг-стратегии (поедание вкусных блюд, посещение торговых центров и т. д.) приводили к росту чувства одиночества, а активные копинг-стратегии (поиск новых знакомств, посещение кружков и секций и т. д.) приводили, соответственно, к снижению чувства одиночества. Обнаруженные в этом исследовании закономерности позволяют сформулировать направления дальнейших исследований механизмов, посредством которых та или иная практика формирует или, наоборот, защищает подростков от чувства одиночества.

Ключевые слова: копинг-стратегии, чувство одиночества, гуманистический экзистенциализм, структуриализм, одиночество в толпе, подростковое одиночество, онлайн-практики, цифровизация

Введение

Одиночество, как социальный феномен, находится на острие общественных дискуссий. Широкий спектр мнений простирается от заявлений политиков и ученых об эпидемии одиночества¹ до критики излишнего алармизма вокруг этой темы [10]. Особенные опасения связаны с подростками, которые оказываются более атомизированными, нежели их сверстники из предыдущих поколений, и жизнь которых неразрывно связана с онлайн-практиками, привнесенными в их жизнь цифровизацией как социальным явлением [30]. Ж. В. Пузанова отмечает, что исследованиям подросткового одиночества уделяется больше внимания, нежели одиночеству в других возрастных группах [8]. Это обусловлено, полагает социолог, рассмотрением одиночества, как явления, оказывающего негативное влияние на социализацию и адаптацию подростков. Подростковое одиночество,

¹ Loneliness – What Characteristics and Circumstances are Associated with Feeling Lonely? (Apr. 2018). P. 2–3 // Office for National Statistics. URL: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/articles/lonelinesswhatcharacteristicsandcircumstancesareassociatedwithfeelinglonely/2018-04-10> (дата обращения: 18.08.2023).

отсюда, видится особенно опасным явлением, так как нарушения ранней социализации могут сохраняться на протяжении всей жизни человека. Кроме того, А. Г. Гизатуллина демонстрирует, что распространенность одиночества в подростковой среде выше, чем в других возрастных группах, что опровергает существующие стереотипы о коммуникабельности подростков [4].

О преимущественно негативно эмоционально окрашенном переживании одиночества в подростковом возрасте пишут и другие авторы: С. В. Малышева, Н. А. Рождественская. Авторы демонстрируют, что ощущаемое чувство одиночества подростками приводит к личностным изменениям, в особенности связанным со снижением самооценки [6]. Понимание одиночества подростками как преимущественно негативного переживания отмечается и в работе Н. В. Перешейной [7].

Как отмечает О. Ланг, именно цифровизация и привносимые ею социальные изменения повседневности могут стоять за возможной эпидемией одиночества [25]. Цифровизация как социальное явление выражается в привносимых в жизнь подростков онлайн-практиках. Такие практики, ориентированные на сближение с другими через коммуникацию, поиск новых знакомств, имеют неоднозначное влияние на субъективное чувство одиночества. В краткосрочной перспективе, о чем пишет А. В. Андреевская, онлайн-общение снижает чувство одиночества среди молодежи, однако в долгосрочной перспективе, особенно при росте объемов цифровых практик, усиливает это чувство, что требует более детального рассмотрения влияния онлайн-практик [2].

Другим заслуживающим внимание явлением в тематике исследований одиночества становится одиночество в толпе – разрыв между наблюдаемыми активными социальными связями и субъективно ощущаемым одиночеством. Отсюда особенно значимым видится вопрос, какие практики подростковой жизни в офлайн и онлайн-среде оказываются ключевыми в формировании чувства одиночества, и насколько явление одиночества в толпе оказывается распространенным среди них. Причины подросткового одиночества во многих работах, включает Ж. В. Пузанова, рассматриваются в призме психологии и социальной психологии, однако значительным потенциалом для объяснения причин одиночества обладает социология и социологические теории [8]. На это указывает и отечественный классик – И. С. Кон [5].

Связь цифровизации и одиночества

В общественных науках исследования одиночества имеют давнюю традицию: от исследования причин одиночества до влияния одиночества на экономическое благополучие населения. Важными в контексте настоящего исследования видятся работы, которые описывают связь повседневных практик и социального одиночества. В частности, Л. Паплау называет такие практики «ситуациями», обращаясь к терминологии социальной психологии. Исследователь замечает, что жизненные ситуации различаются по возможностям, которые они предоставляют для социального контакта и установления новых отношений [28].

В контексте анализа влияния социального явления цифровизации на одиночество заслуживает внимания работа Е. Гентина и Р. Чен. Авторы показывают, что открытость к онлайн-коммуникации напрямую связана с субъективным чувством одиночества. Сильное глубоко переживаемое одиночество приводит к выбору пассивной копинг-стратегии – подростки смиряются со своим одиночеством и отказываются предпринимать серьезные попытки подружиться с кем-либо как онлайн, так и офлайн [20]. О превалировании практик над социально-демографическими характеристиками среди факторов одиночества отмечается также и в работе К. Дилорико и Б. Райли. Исследователи показывают, что практики планирования будущего и активной деятельной позиции в настоящем оказываются куда более значимыми, нежели гендер, раса, национальность и возраст, если речь идет о подростках [16].

В исследовательской литературе существуют три основные позиции о том, как цифровизация повлияла на одиночество. В рамках первой позиции описывается утопическая картина, в которой цифровые технологии автоматизируют нашу повседневность и разрывают, таким образом, существующие в ней связи. В качестве классического примера рассуждений такого рода можно представить монографию К. Фрей и М. Осборн [19]. Авторы пессимистично смотрят на цифровизацию в частности и технологии в целом, отмечая в неомарксистском ключе, что они призваны, скорее, разрушать устоявшиеся повседневные коммуникативные практики, ведя нас к безжизненному и стерильному миру. О негативном влиянии цифровизации и цифровых технологий на одиночество пишет также О. В. Бесчетнова со соавторами. Исследователи утверждают, что увеличение продолжительности интернет-активности подростков, которая не сопровождается чувством удовлетворения, приводит к росту уровня фрустрации и одиночества [3].

Вторая позиция выражается в предположении о позитивном эффекте, цифровизации. Согласно данной позиции, цифровые технологии способствуют созданию новых социальных связей. Идея восходит к парадигме технологического оппортунизма, которая изложена, например, в программной статье М. Манна [33]. Автор подходит к мысли, что технологии в целом и цифровые технологии в частности способны создавать новые практики через экономическую теорию потребностей: технология, развиваясь, способна почти что бесконечно отодвигать представления людей о достойной жизни. В частности, в работе Д. Ли и др. авторы приводят классификацию новых форм коммуникации, которые возникли в сообществах социальных сетей [24]. В строгом смысле речь идет о возникновении качественно новых практик общения, которые отличаются в своей сути от ранее существовавших. На это, например, указывает У. Эко в своей открытой лекции «От Интернета к Гутенбергу: текст и гипертекст», где он выражает осторожный оптимизм, что цифровизация не только позволит связывать людей, которые до появления интернета никогда не смогли бы вступить друг с другом в дискуссию, но и обогащать общение. Например, отмечает философ, это возможно посредством использования в сообщениях активных ссылок, медиафайлов и иных средств¹. К похожим выводам приходят и Р. Уэй и др.

¹ Эко У. От Интернета к Гутенбергу: текст и гипертекст. URL: <http://umbertoeco.ru/ot-interneta-k-gutenbergu-tekst-i-gipertekst/> (дата обращения: 18.08.2023).

Исследователи демонстрируют, что активное использование мобильных телефонов не только позволяет снизить чувство субъективного одиночества у подростков, но и положительно сказывается на их ментальном здоровье [26].

Наконец, третья позиция в дискуссии о связи цифровизации и одиночества заключается в том, что онлайн-практики не оказывают вовсе никакого влияния. Она представлена, например, в концепции цифрового капитализма, разработанной в монографии С. Зубофф [34]. Общение и поиск знакомств в интернете воспроизводит уже существующие практики, отмечает автор, но лишь в цифровой среде. Отсюда люди, бывшие одиночками офлайн, остаются такими и в интернете.

Говоря же об одиночестве в толпе, также распространенном в обществе в условиях цифровизации, само явление видится контринтуитивным по своей природе, а потому его открытие в социологии восходит к традиции исследования группового поведения. В частности, А. Авени открывает это явление при анализе групповой динамики толпы футбольной команды, празднующей победу [12]. В, казалось бы, сплоченной единой эмоцией толпе, замечает автор, находится место одиночеству. Всестороннее рассмотрение этого явления, в дальнейшем, было приведено в работе Качиоппо и др., где авторы указывают на распространение этого явления в современном мире [14]. Большое число исследований концентрируют свое внимание на долгосрочных последствиях одиночества в толпе. М. Шафер и др. демонстрируют, что перенесенный опыт такого одиночества совместно с травлей в школе влияют на уровень самооценки во взрослой жизни и способность строить устойчивые дружеские отношения [32]. Феномен одиночества в толпе приобретает все более широкое распространение в академической литературе. О нем пишут в контексте подросткового насилия и обеспечения безопасности [29], современного социального урбанизма [13]. Отдельного внимания заслуживают работы, поднимающие проблемы роста одиночества в связи с интернет-эскапизмом. Онлайн-практики не объединяют, а, наоборот, разъединяют пользователей, так как они носят преимущественно пассивный характер. Пользователи большей частью ищут информацию, смотрят видео, читают новости и книги, но не вступают в дискуссии. На эту тему пишет, например, С. Охно [27] и Дж. Гамильтон [23]. Среди практик, которые способствуют развитию такого одинокого эскапизма, Д. Хагстром и В. Кальдо выделяют многопользовательские ролевые онлайн-игры [22]. Особенно такая тенденция интернет-эскапизма усилилась после локдаунов пандемии COVID-19 [18].

Такие рассуждения приводят к вопросу о необходимости построения модели факторов одиночества среди подростков для выявления вклада отдельных практик в условиях цифровизации в субъективно ощущаемое чувство. Стоит отметить, что существует множество исследований, где эмпирической базой выступают взрослые респонденты, например, это работы Дж. Де Йонг-Гервельд [15], Л. Антонио-Толанд [11] и др. Однако недостаточно исследованным видится вопрос, как онлайн-практики как проявление цифровизации, а также офлайн-практики подростков оказывают влияние на переживаемое ими субъективное чувство одиночества, и насколько распространенным для подростков оказывается одиночество в толпе.

Методология исследования

В основе теоретической модели лежит логика гуманистического экзистенциализма Ж.-П. Сартра: какое-либо конституирующее высказывание человека о себе происходит из череды его поступков [31]. Человек может назвать себя одиноким, отсюда, только из жизни, наполненной действиями, которые подтверждают в нем уверенность в одиночестве. Переводя эту логику на язык социологии, можно указать, что субъективное чувство одиночества рождается из множества практик, которые определяют, насколько человек будет считать себя одиноким.

Однако, кроме отношения наполнения, связь между практиками и одиночеством может быть выражена более сложно. Практики могут не только перформативно создавать одиночество, но могут и выполнять роль интеграционных и дезинтеграционных. Иными словами, одни практики будут способствовать образованию социальных связей, а другие, наоборот, будут их разрушать. Практики образуют устойчивые формы социальных взаимодействий, как об этом писал Э. Гидденс, посредством структуры [21]. Социальное взаимодействие, отсюда, будет своим своеобразием наделять или, наоборот, лишать человека чувства одиночества. Некоторые увлечения будут хорошими поводами подружиться и открыться другим. А некоторые, наоборот, будут делать подростков более закрытыми. Кроме того, как уже было показано на примере исследования Р. Чен и Е. Гентина, такие практики могут быть интерпретированы с позиции копинг-стратегий. Базовым допущением здесь выступает то, что человек по своей природе социален и тянется к другим. Также, как показано выше, подростки воспринимают одиночество преимущественно как негативное чувство, а потому будут стараться как-то справиться с ним. Пассивной копинг-стратегией будет смирение с одиночеством, а активной, наоборот, интеграция в различные клубы, кружки, поиск знакомств и общения. Под копинг-стратегией будет пониматься множество практик, к которым прибегает подросток, чтобы справиться с негативной (стрессовой) для него ситуацией одиночества. Отдельные практики такой стратегии, соответственно, могут быть названы копинг-практиками.

Такая теоретическая модель позволяет сформулировать методику анализа. В качестве основного метода в работе выступает построение регрессионной модели наименьших квадратов. Зависимой переменной выступает ответ респондентов на вопрос «Как часто ты чувствуешь себя одиноким даже в компании друзей?». Чем больше значение переменной, тем реже подросток испытывает чувство одиночества. В качестве независимых переменных выступают разного рода практики самих подростков.

Цель исследования: определить, как социальное явление цифровизации, выраженное в онлайн-практиках, а также офлайн-практики влияют на субъективно переживаемое подростками чувство одиночества.

В задачи исследования входило определение уровня субъективно ощущаемого одиночества среди опрошенных подростков, выделение наиболее популярных практик досуга в цифровом обществе среди подростков,

построение регрессионной модели зависимости уровня одиночества от практик. Объектом исследования выступает субъективное понимание подростками чувства одиночества. Предмет исследования: влияние социального явления цифровизации на формирование субъективного одиночества у подростков.

Выборочная совокупность составила 136 438 человек – подростков в возрасте от 14 до 17 лет в 86 регионах страны, 26% респондентов проживали в сельской местности, 21% – в поселках городского типа, 38% – в городах до 500 тыс. жителей, 10% – в крупных городах (от 500 тыс. до 1 млн. жителей) и 5% в городах-миллионниках, 39% подростков были мужского пола и 61% – женского. Сбор данных проходил в период с 20.06.2022 по 02.10.2022. Помощь в распространении анкеты среди подростков оказывали государственные органы, отвечающие за защиту прав детей (Детские общественные советы при уполномоченных по правам ребенка в субъектах РФ, региональные министерства). Выборочная совокупность формировалась стихийно. Подростки получали ссылку для заполнения анкеты на различных образовательных платформах, порталах, в социальных сетях, через каналы внутренних рассылок образовательных организаций.

Результаты

Представленная в методологии теоретическая модель связывает онлайн и офлайн-практики с субъективно ощущаемым подростками одиночеством. Онлайн-практики понимаются авторами как проявление социального явления цифровизации в жизни подростков. В качестве офлайн-практик были отобраны прогулки с друзьями; общение с учителями; проведение времени со знакомыми из секций, клубов; занятия спортом; проведение времени с домашними животными; общение с одноклассниками; игры; проведение времени с парнем/девушкой; сходить вкусно поесть; проведение времени наедине с собой; посещение торговых центров. К числу онлайн-практик были отнесены общение; заведение новых знакомств; просмотр видео на YouTube; поиск нужной информации; онлайн-игры; чтение новостей; прохождение онлайн-курсов; онлайн-шоппинг, творческая деятельность; ведение блога, канала; чтение электронных книг, комиксов, манги. Подбор данных практик в качестве независимых переменных должен был охватить разнообразие форм времяпрепровождения подростков в офлайн-жизни и онлайн. В анкете данные переменные представляли собой варианты ответов на вопрос о типичном времяпрепровождении, в котором респондентам предлагалось выбрать все подходящие варианты ответа. Для анализа вопрос был перекодирован в дихотомические переменные. Для практик общения с учителями и одноклассниками, а также заведения новых знакомств в интернете использовалась четырехкомпонентная ранговая шкала степени согласия с утверждениями «Мне правда приятно общаться со многими учителями», «Общение с боль-

шинством одноклассников мне по-настоящему нравится», «Я пользуюсь интернетом, чтобы завести новые знакомства», где 1 – полностью не согласен, а 4 – полностью согласен. В качестве зависимой переменной был выбран вопрос «Как часто ты чувствуешь себя одиноко даже в компании друзей?», представляющей собой ранговую четырехкомпонентную шкалу, где 1 – всегда, а 4 – никогда. Описательные статистики используемых в анализе переменных приведены в таблице 1, сгруппированы для онлайн и офлайн-практик и упорядочены в алфавитном порядке.

Таблица 1 (Table 1)

Описательные статистики используемых в анализе переменных
Descriptive statistics of the variables used in the analysis

Переменные	Ср. знач.	Ст. откл.	Мин. знач.	Медиана	Макс. знач.
Офлайн-практики					
Занятия спортом	0,29	0,45	0,00	0,00	1,00
Игры	0,46	0,50	0,00	0,00	1,00
Общение с одноклассниками	1,89	0,91	1,00	2,00	5,00
Общение с учителями	1,83	0,77	1,00	2,00	5,00
Посещение торговых центров	0,08	0,28	0,00	0,00	1,00
Проведение времени наедине с собой	0,39	0,49	0,00	0,00	1,00
Проведение времени с домашними животными	0,23	0,42	0,00	0,00	1,00
Проведение времени с парнем/девушкой	0,19	0,39	0,00	0,00	1,00
Проведение времени со знакомыми из секций, клубов	0,09	0,29	0,00	0,00	1,00
Прогулки с друзьями	0,59	0,49	0,00	1,00	1,00
Сходить вкусно поесть	0,23	0,42	0,00	0,00	1,00
Онлайн-практики					
Ведение блога, канала	0,06	0,23	0,00	0,00	1,00
Заводить новые знакомства	2,45	0,92	1,00	2,00	5,00
Общение в социальных сетях	0,76	0,43	0,00	1,00	1,00
Онлайн-игры	0,46	0,50	0,00	0,00	1,00
Онлайн-игры	0,46	0,50	0,00	0,00	1,00
Онлайн-шопинг	0,19	0,39	0,00	0,00	1,00
Поиск нужной информации	0,60	0,49	0,00	1,00	1,00
Просмотр видео на YouTube	0,62	0,49	0,00	1,00	1,00
Творческая деятельность	0,15	0,35	0,00	0,00	1,00
Чтение новостей	0,29	0,45	0,00	0,00	1,00
Чтение электронных книг, комиксов, манги	0,29	0,45	0,00	0,00	1,00
Зависимая переменная					
Субъективно ощущаемое одиночество	3,22	0,72	1,00	3,00	5,00

Модель влияния практик цифровизации (онлайн-практик) и офлайн-практик на одиночество

В результате проведенного анализа была получена регрессионная модель, которая позволяет оценить вклад разного рода практик в субъективно переживаемое чувство одиночества. Подробнее факторы представлены в Таблице 2. Они сгруппированы на практики, привнесенные цифровизацией (то есть онлайн-практики), и офлайн-практики, а затем проранжированы по силе оказываемого эффекта: сначала позитивного, а потом негативного.

Таблица 2 (Table 2)

Коэффициенты независимых переменных, $R^2 = 0,91$ *Coefficients of independent variables, $R^2 = 0.91$*

Независимые переменные	Coef	Ст. откл.	t	p-значение	[,025	,975]
Офлайн-практики						
Прогулки с друзьями	0,4223	0,006	74,109	0,000	0,411	0,433
Общение с учителями	0,2841	0,004	79,850	0,000	0,277	0,291
Проведение времени со знакомыми из секций, клубов	0,2592	0,010	27,024	0,000	0,240	0,278
Занятия спортом	0,2487	0,006	40,931	0,000	0,237	0,261
Проведение времени с домашними животными	0,1402	0,007	21,286	0,000	0,127	0,153
Общение с одноклассниками	0,1084	0,003	34,413	0,000	0,102	0,115
Игры	0,0792	0,007	11,553	0,000	0,066	0,093
Проведение времени с парнем/девушкой	0,0632	0,007	8,727	0,000	0,049	0,077
Сходить вкусно поесть	-0,3705	0,187	-1,980	0,048	-0,737	-0,004
Проведение времени наедине с собой	-0,1627	0,006	-27,078	0,000	-0,174	-0,151
Посещение торговых центров	-0,0206	0,010	-2,061	0,039	-0,040	-0,001
Онлайн-практики						
Общение в социальных сетях	0,6946	0,006	110,871	0,000	0,682	0,707
Заведение новых знакомств	0,5084	0,002	207,589	0,000	0,504	0,513
Просмотр видео на YouTube	0,1708	0,006	28,941	0,000	0,159	0,182
Поиск нужной информации	0,1160	0,006	19,176	0,000	0,104	0,128
Онлайн-игры	0,1051	0,007	15,424	0,000	0,092	0,118
Чтение новостей	0,0578	0,006	9,151	0,000	0,045	0,070
Прохождение онлайн-курсов	0,0226	0,007	3,051	0,002	0,008	0,037
Онлайн-шопинг	-0,0751	0,007	-10,177	0,000	-0,090	-0,061
Творческая деятельность	-0,0531	0,008	-6,608	0,000	-0,069	-0,037
Ведение блога, канала	-0,0318	0,012	-2,668	0,008	-0,055	-0,008
Чтение электронных книг, комиксов, манги	-0,0173	0,006	-2,741	0,006	-0,030	-0,005

Интерпретируя результаты, полученные в ходе проведенного анализа, мы можем выделить те практики, которые реализуются подростками преимущественно офлайн, и те, которыми они занимаются большей частью онлайн. Для начала разберем вклад в субъективно ощущаемое чувство одиночества офлайн-практик.

Наиболее важной практикой, снижающей чувство субъективного одиночества, являются прогулки и общение с друзьями. Тремя другими практиками, которые сильнее остальных профилактируют чувство субъективного одиночества, являются общение с учителями, общение со знакомыми из секций, клубов, а также занятия спортом. Другими словами, феномен «одиночества в толпе», о котором пишут Дж. Качиоппо и др., является, скорее, редким явлением для российской молодежи. Занятия спортом же могут как непосредственно вести к появлению новых знакомств (занятия командными видами спорта или посещение спортивных секций), так и влиять на общее субъективное самочувствие и, отсюда, на уровень пессимизма в оценке своего одиночества. Выделяемые практики могут быть обозначены в качестве активных копинг-практик.

Другие отобранные для анализа социальные практики оказывают статистически значимое, однако слабое влияние на уровень ощущаемого одиночества: общение с одноклассниками, домашними животными, романтическим партнером.

Если же говорить про офлайн-практики, которые негативно сказываются на чувстве одиночества, то это вкусное питание, походы в торговый центр и различный досуг в наедине с собой.

Среди практик, привнесенных в повседневность подростков цифровизацией, наибольший вклад в субъективно ощущаемое одиночество вносят общение в интернете и поиск новых знакомств. Эти практики мы можем отнести к активным копинг-практикам. Подростки, которые явно обозначают для себя общение, как приоритетную практику досуга, испытывают наименьшее чувство одиночества. Менее выраженный, однако значимый, позитивный вклад оказывают увлечение компьютерными играми, просмотр видео на YouTube, поиск нужной информации, чтение новостей, просмотр обучающих видео. Эти практики создают условия для общения через формирование общих тем для разговора или условий, в которых такой разговор может произойти.

Среди наиболее значимых негативных факторов можно выделить онлайн-шоппинг и творческую деятельность. Менее сильный негативный вклад вносят чтение книг и ведение своего блога. Все эти практики можно рассматривать в виде копинг-практик, к которым прибегают подростки, чтобы справиться с негативным переживанием одиночества. Совокупно мы можем резюмировать, что подростки, выбирающие активные копинг-практики (поиск знакомств в интернете, посещение кружков, секций и т. д.), меньше испытывают одиночество, нежели те, кто выбирают пассивные – избегающие стратегии (совершение покупок в торговых центрах, в интернете, вкусно покушать и т. д.). Также снижению чувства

субъективного одиночества в меньшей степени способствуют практики, ориентированные на формирование условий, в которых могут возникнуть новые знакомства или ситуации общения.

Выводы

Результаты проведенного исследования лишь частично подтверждают гипотезу о связи копинг-стратегий и одиночества. Наиболее популярной практикой, привнесенной в повседневность цифровизацией, выступает пассивное потребление контента: поиск информации, чтение новостей, книг, комиксов, манги, просмотр видео и фильмов. Однако основная часть таких практик, наоборот, снижает уровень ощущаемого одиночества (кроме чтения книг). Активное производство контента, наоборот, способствует одиночеству: творческая деятельность, ведение собственных блогов, каналов. Это также поднимает вопросы о справедливости выделяемого Е. Гентиной и Р. Чен деления копинг-стратегий на активные и пассивные. Активная деятельность приумножает одиночество, а пассивная, наоборот, снижает его. Гипотезу, однако, удастся подтвердить для приводимых в работе Е. Гентиной и Р. Чен примеров активных копинг-стратегий: общение и поиск знакомств действительно снижают чувство одиночества сильнее любых других практик. Это позволяет задаться вопросом, что в условиях цифровизации разделение на практики, способствующие одиночеству и профилактирующие его, находится в иной плоскости. Таким разделением может быть время, проводимое онлайн: с одиночеством связывается, как правило, более длительное использование интернета в течение дня [1]. Подростки, создающие контент, могут тратить на использование интернета значительно больше времени, нежели подростки, преимущественно потребляющие контент. Такая гипотеза требует проверки в дальнейших исследованиях.

Также заслуживает интерес само разделение на практики производства и потребления онлайн-контента. Более ранние исследования показывают, что практика производства онлайн-контента негативно влияет на субъективное благополучие подростков, а потребления – позитивно [9]. Это позволяет задать вопрос в рамках научной дискуссии о том, какое влияние на благополучие подростка оказывает увлечение онлайн-творческой деятельностью. Более подробный анализ этого вопроса также может быть направлением дальнейших исследований.

Для офлайн-практик ситуации выглядит более однозначной. Теоретическая интерпретация офлайн-практик в плоскости копинг-стратегий позволяет объяснить большую часть обнаруживаемых эффектов. Пассивные стратегии – досуг наедине с собой, поедание вкусной еды, посещение торговых центров – явные примеры пассивных копинг-стратегий, которые, в соответствии с теоретическими предположениями, усиливают ощущение одиночества.

Авторам не удалось подтвердить гипотезу о распространенности феномена «одиночества в толпе» среди подростков. Подростки, которые чаще общаются и онлайн, и офлайн, реже испытывают чувство одиночества. В приводимых в статье работах феномен «одиночества в толпе» часто рассматривается в совокупности с буллингом и иным насилием [32]. В дальнейших исследованиях можно детальнее рассмотреть вклад переживаемого буллинга/иного насилия, как медиаторной переменной для чувства «одиночества в толпе».

Среди ограничений исследования следует выделить выборочную совокупность. Метод рекрутирования респондентов состоял в размещении ссылок на анкеты на различных платформах/порталах/социальных сетях/каналах внутренних рассылок и стихийном наполнении выборки. Также среди ограничений важно упомянуть специфику метода онлайн-опроса: он не позволяет провести детальную диагностику и запечатлеть возможное разнообразие форм и проявлений одиночества.

Обнаруженный феномен повышения чувства одиночества у подростков, увлекающихся творческими хобби (рисование, написание художественных текстов и т. д.), заслуживает отдельного исследования, так как, как показывают современные работы, такие хобби должны, наоборот, не только снижать чувство одиночества, но и другие симптомы ментальных расстройств [17]. Дальнейших исследований также заслуживает сам процесс организации общения в сети и поиска новых знакомств: какие платформы выступают посредниками в этих процессах, каких стратегий придерживаются здесь подростки.

Библиографический список

1. Алексеев Г. А., Дюльденко А. А. Особенности виртуального поведения пользователей, зависимых от социальных сетей // Вестник Томского госун-та. 2021. № 467. С. 100–105. DOI: 10.17223/15617793/467/13; EDN: GQZPEJ.
2. Андреевкова А. В. Цифровизация социальных контактов среди студенческой молодежи в России во время пандемии коронавируса // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. Т. 6. № 160. С. 403–426. DOI: 10.14515/monitoring.2020.6.1749; EDN: OKHUXS.
3. Бессчетнова О. В., Волкова О. А. и др. Влияние цифровых медиа на психическое здоровье детей и молодежи // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2021. Т. 29. № 3. С. 462–467. DOI: 10.32687/0869-866X-2021-29-3-462-467; EDN: PHQGGD.
4. Гизатуллина А. Г. Одиночество дефицит открытости в ситуации изменений // Вестник Томского госун-та. 2013. № 367. С. 136–138. EDN: PVSGSV.
5. Кюн И. С. Многоликое одиночество // Знание – сила. 1986. № 12. С. 40–42.

6. Малышева С. В., Рождественская Н. А. Особенности чувства одиночества у подростков // Вестник Московского ун-та. Сер. 14. Психология. 2001. № 3. С. 63–86.
7. Перешеина Н. В. Психология одиночества у законопослушных и криминальных подростков: Дисс. ... канд. пед. наук. М., 1999. 147 с.
8. Пузанова Ж. В. Одиночество: возможности эмпирического исследования // Вестник РУДН. Сер. Социология. 2008. № 4. С. 28–38. EDN: JUTDIP.
9. Ткач С., Русакова М. М. Повседневные практики и жизненные ориентации в субъективном благополучии подростков // Благополучие в образовании: современные исследования: сб. науч. ст. / Под ред. Т. Н. Канонир, А. И. Савенкова. М.: НИУ ВШЭ, 2024. С. 83–97.
10. Alberti F. B. This “Modern Epidemic”: Loneliness as an Emotion Cluster and a Neglected Subject in the History of Emotions // *Emotion Review*. 2018. Vol. 10. No. 3. P. 242–254. DOI: 10.1177/1754073918768876.
11. Antognoli-Toland P. L. Adolescent loneliness: Testing a predictive model // *Journal of Theory Construction & Testing*. 2000. Vol. 4. Iss. 1. P. 7–13.
12. Aveni A. F. The Not-So-Lonely Crowd: Friendship Groups in Collective Behavior // *Sociometry*. 1977. No. 40(1). P. 96–99. DOI: 10.2307/3033551.
13. Boyd M., Calvert C. et. al. Lonely in a crowd: Loneliness in New Zealand retirement village residents // *International Psychogeriatrics*. 2021. No. 33(5). P. 481–493. DOI: 10.1017/S1041610220000393.
14. Cacioppo J. T., Fowler J. H., Christakis N. A. Alone in the crowd: the structure and spread of loneliness in a large social network // *Journal of personality and social psychology*. 2009. No. 97(6). art. 977. DOI: 10.1037/a0016076.
15. de Jong-Gierveld J. Developing and testing a model of loneliness // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. No. 53(1). P. 119–128. DOI: 10.1037//0022-3514.53.1.119.
16. Dilorio C., Riley B. Predictors of Loneliness in Pregnant Teenagers // *Public Health Nursing*. 1988. No. 5(2). P. 110–115. DOI: 10.1111/j.1525-1446.1988.tb00766.x.
17. Fancourt D., Opher S., de Oliveira C. Fixed-effects analyses of time-varying associations between hobbies and depression in a longitudinal cohort study: support for social prescribing? // *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2020. No. 89(2). P. 111–113. DOI: 10.1159/000503571.
18. Fernandes B., Biswas U. N. et al. The impact of COVID-19 lockdown on internet use and escapism in adolescents // *Revista de psicología clínica con niños y adolescentes*. 2020. No. 7(3). P. 59–65. DOI: 10.21134/rpcna.2020.mon.2056.
19. Frey C. B., Osborne M. A. *The future of employment: How susceptible are jobs to computerisation?* Oxford, UK: University of Oxford, 2013. 72 p.

20. Gentina E., Chen R. Digital Natives' Coping with Loneliness: Facebook or Face-to-Face? // *Information & Management*. 2018. No. 56(6). art. 103138. DOI: 10.1016/j.im.2018.12.006.
21. Giddens A. Elements of the theory of structuration. The Blackwell reader // *Contemporary social theory*. 1999. P. 119–130.
22. Hagström D., Kaldo V. Escapism among players of MMORPGs—conceptual clarification, its relation to mental health factors, and development of a new measure // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2014. No. 17(1). P. 19–25. DOI: 10.1089/cyber.2012.0222.
23. Hamilton J. R. The electronic lonely crowd—patterns and effects of electronic media usage among contemporary adolescents // *International Journal of Arts & Sciences*. 2012. No. 5(3). P. 165–174.
24. Kim Y. H., Lee D. et al. Exploring characteristics of video consuming behaviour in different social media using K-pop videos // *Journal of Information Science*. 2014. No. 40(6). P. 806–822. DOI: 10.1177/0165551514551498.
25. Laing O. *The lonely city: Adventures in the art of being alone*. New York: Macmillan, 2016. 284 p.
26. Liu X., Wei R. Maintaining social connectedness in a fast-changing world: Examining the effects of mobile phone uses on loneliness among teens in Tibet // *Mobile Media & Communication*. 2014. No. 2(3) P. 318–334. DOI: 10.1177/2050157914535390.
27. Ohno S. Internet escapism and addiction among Japanese senior high school students // *International Journal of Culture and Mental Health*. 2016. No. 9(4). P. 399–406. DOI: 10.1080/17542863.2016.1226911.
28. Peplau L. A. *Loneliness Research: Basic Concepts and Findings // Social Support: Theory, Research and Applications*. 1985. P. 269–286. DOI: 10.1007/978-94-009-5115-0_15.
29. Phadke S. “You Can Be Lonely in a Crowd”: The Production of Safety in Mumbai // *Indian Journal of Gender Studies*. 2005. No. 12(1). P. 41–62. DOI: 10.1177/097152150401200102.
30. Rönkä A. R., Sunnari V. et al. Associations between School Liking, Loneliness and Social Relations among Adolescents: Northern Finland Birth Cohort 1986 Study // *International Journal of Adolescence and Youth*. 2017. No. 22(1). P. 93–106. DOI: 10.1080/02673843.2015.1136659.
31. Sartre J. P., Mairret P. *Existentialism and humanism*. London: Methuen. 1960. 28 p.
32. Schäfer M., Korn S. et al. Lonely in the crowd: Recollections of bullying // *British Journal of Developmental Psychology*. 2004. No. 22. P. 379–394. DOI: 10.1348/0261510041552756.
33. Wallerstein I., Collins R. et al. *Does capitalism have a future? UK*: Oxford University Press, 2013. 200 p.

34. Zuboff S. *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*. London: Profile Books, 2018. 540 p.

Получено редакцией: 19.08.23

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Ткач Сергей, ведущий социолог, Центр прикладной социологии

Русакова Майя Михайловна, кандидат социологических наук, директор, Центр прикладной социологии

Санадзе Яков Давидович, ведущий специалист, Социологическая клиника прикладных исследований

DOI: 10.19181/vis.2025.16.1.9

The Impact of Offline and Online Practices on Teenage Loneliness

Sergey Tkach

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia

s.tkach@spbu.ru

ORCID: 0000-0001-5016-9187

Maya M. Rusakova

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia

m.rusakova@spbu.ru

ORCID: 0000-0003-1381-353X

Yakov D. Sanadze

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia

y.sanadze@spbu.ru

ORCID: 0000-0002-3539-4957

For citation: Tkach S., Rusakova M. M., Sanadze Ya. D. The impact of offline and online practices on teenage loneliness. *Vestnik instituta sotziologii*. 2025. Vol. 16. No. 1. P. 163–179. DOI: 10.19181/vis.2025.16.1.9; EDN: RSUITO.

Abstract. The article examines approaches to studying loneliness, as well as the phenomenon of loneliness in a crowd. Particular attention is paid to the influence of online technologies on the prevalence of loneliness. Using the constructed least squares regression model, it was determined which offline and online practices affect the subjective feeling of loneliness. The constructed model allowed to explain 91% of the variability of the dependent variable – the subjective feeling of loneliness. The sample population consisted of 136,438 people – adolescents aged 14-17 years in 86 regions of the country. 26% of respondents lived in rural areas, 21% in urban-type settlements, 38% in small towns (up to 500 thousand residents), 10% in large cities (from 500 thousand to 1 million residents) and 5% in cities with a population of over a million, 39% of teenagers were male and 61% were female. The theoretical model was based on the humanistic existentialism of J.-P. Sartre, the A. Giddens' structuration theory and the theory of coping strategies of E. Gentin and R. Chen. The results obtained demonstrate that the phenomenon of loneliness in a crowd is not widespread among Russian teenagers. The majority of online practices that reduce the feeling of loneliness are passive consumption of content (watching videos, reading news, searching for the necessary information, etc.). Content production (blogging, creative activities), on the contrary, increases this feeling in teenagers. The dependence of the feeling of loneliness on offline practices can be mostly interpreted by what coping strategies these practices can be attributed to: active or passive. Passive coping strategies (eating tasty dishes, visiting shopping centers, etc.) led to an increase in the feeling of loneliness, and active coping strategies (searching for new acquaintances, visiting clubs and sections, etc.) led, accordingly, to a decrease in the feeling of loneliness. The patterns discovered in this study allow us to formulate directions for further research into the mechanisms by which this or that practice forms or, conversely, protects adolescents from the feeling of loneliness.

Keywords: coping-strategies, feelings of loneliness, humanistic existentialism, structuralism, loneliness in a crowd, teenage loneliness, online-practices, digitalization

References

1. Alekseev G. A., Dyul'denko A. A. Features of virtual behavior of users dependent on social networks. *Vestnik Tomskogo gosun-ta*, 2021:467: 100–105. DOI: 10.17223/15617793/467/13; EDN: GQZPEJ.
2. Andreenkova A. V. Digitization of social contacts among students in Russia during the coronavirus pandemic. *Monitoring obshhestvennogo mneniya: ekonomicheskie i socialnye peremeny*. 2020: 6(160): 403–426. DOI: 10.14515/monitoring.2020.6.1749; EDN: OKHUXS.
3. Besschetnova O. V., Volkova O. A. et al. The impact of digital media on the mental health of children and youth. *Problemy social'noj gigieny, zdravooxraneniya i istorii mediciny*, 2021: 29(3): 462–467. DOI: 10.32687/0869-866X-2021-29-3-462-467; EDN: PHQGGD.
4. Gizatullina A. G. Odinochestvo deficit otkrytosti v situacii izmenenij [Loneliness, lack of openness in situations of change]. *Vestnik Tomskogo gosun-ta*, 2013: 367: 136–138. EDN: PVSGSV.
5. Kon I. S. Mnogolikoe odinochestvo [The many faces of loneliness]. *Znanie – sila*, 1986: 12: 40–42.
6. Malysheva S. V., Rozhdestvenskaya N. A. Osobennosti chuvstva odinochestva u podrostkov [Features of feelings of loneliness in adolescents]. *Vestnik Moskovskogo un-ta. Ser. 14. Psixologiya*. 2001: 3: 63–86.
7. Peresheina N. V. Psixologiya odinochestva u zakonoposlushnyx i kriminal'nyx podrostkov [Psychology of loneliness in law-abiding and criminal teenagers]: Diss. ... cand. ped. sciences. Moscow, 1999: 147.
8. Puzanova Zh. V. Odinochestvo: vozmozhnosti e'mpiricheskogo issledovaniya [Loneliness: Opportunities for Empirical Research]. *Vestnik RUDN. Ser. Sociologiya*. 2008: 4: 28–38. EDN: JUTDIP.
9. Tkach S., Rusakova M. M. Everyday practices and life orientations in the subjective well-being of adolescents. In *Well-being in education: modern research: coll. of art.* Ed. by T. N. Kanonir, A. I. Savenkov. Moscow, NIU VShE', 2024: 83–97.
10. Alberti F. B. This “Modern Epidemic”: Loneliness as an Emotion Cluster and a Neglected Subject in the History of Emotions. *Emotion Review*, 2018: 10: 3: 242–254. DOI: 10.1177/1754073918768876.
11. Antognoli-Toland P L. Adolescent loneliness: Testing a predictive model. *Journal of Theory Construction & Testing*, 2000: 4(1): 7–13.
12. Aveni A. F. The Not-So-Lonely Crowd: Friendship Groups in Collective Behavior. *Sociometry*, 1977: 40(1): 96–99. DOI: 10.2307/3033551.
13. Boyd M., Calvert C. et. al. Lonely in a crowd: Loneliness in New Zealand retirement village residents. *International Psychogeriatrics*, 2021: 33(5): 481–493. DOI: 10.1017/S1041610220000393.
14. Cacioppo J. T., Fowler J. H., Christakis N. A. Alone in the crowd: the structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of personality and social psychology*, 2009: 97(6): 977. DOI: 10.1037/a0016076.
15. de Jong-Gierveld J. Developing and testing a model of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987: 53(1): 119–128. DOI: 10.1037//0022-3514.53.1.119.
16. Dilorio C., Riley B. Predictors of Loneliness in Pregnant Teenagers. *Public Health Nursing*, 1988: 5(2): 110–115. DOI: 10.1111/j.1525-1446.1988.tb00766.x.
17. Fancourt D., Opher S., de Oliveira C. Fixed-effects analyses of time-varying associations between hobbies and depression in a longitudinal cohort study: support for social prescribing? *Psychotherapy and Psychosomatics*, 2020: 89(2): 111–113. DOI: 10.1159/000503571.
18. Fernandes B., Biswas U. N. et al. The impact of COVID-19 lockdown on internet use and escapism in adolescents. *Revista de psicologia clínica con niños y adolescentes*, 2020: 7(3): 59–65. DOI: 10.21134/rpcna.2020.mon.2056.
19. Frey C. B., Osborne M. A. The future of employment: How susceptible are jobs to computerisation? Oxford, UK, University of Oxford. 2013: 72.
20. Gentina E., Chen R. Digital Natives' Coping with Loneliness: Facebook or Face-to-Face? *Information & Management*, 2018: 56(6): 103138. DOI: 10.1016/j.im.2018.12.006.
21. Giddens A. Elements of the theory of structuration. The Blackwell reader. Contemporary social theory, 1999: 119–130.

22. Hagström D., Kaldö V. Escapism among players of MMORPGs—conceptual clarification, its relation to mental health factors, and development of a new measure. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2014: 17(1): 19–25. DOI: 10.1089/cyber.2012.0222.
23. Hamilton J. R. The electronic lonely crowd—patterns and effects of electronic media usage among contemporary adolescents. *International Journal of Arts & Sciences*, 2012: 5(3): 165–174.
24. Kim Y. H., Lee D. et al. Exploring characteristics of video consuming behaviour in different social media using K-pop videos. *Journal of Information Science*, 2014: 40(6): 806–822. DOI: 10.1177/0165551514551498.
25. Laing O. *The lonely city: Adventures in the art of being alone*. New York, Macmillan, 2016: 284.
26. Liu X., Wei R. Maintaining social connectedness in a fast-changing world: Examining the effects of mobile phone uses on loneliness among teens in Tibet. *Mobile Media & Communication*, 2014: 2(3): 318–334. DOI: 10.1177/2050157914535390.
27. Ohno S. Internet escapism and addiction among Japanese senior high school students. *International Journal of Culture and Mental Health*, 2016. 9(4): 399–406. DOI: 10.1080/17542863.2016.1226911.
28. Peplau L. A. Loneliness Research: Basic Concepts and Findings. *Social Support: Theory, Research and Applications*, 1985: 269–286. DOI: 10.1007/978-94-009-5115-0_15.
29. Phadke S. “You Can Be Lonely in a Crowd”: The Production of Safety in Mumbai. *Indian Journal of Gender Studies*, 2005: 12(1): 41–62. DOI: 10.1177/097152150401200102.
30. Rönkä A. R., Sunnari V. et al. Associations between School Liking, Loneliness and Social Relations among Adolescents: Northern Finland Birth Cohort 1986 Study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 2017: 22(1): 93–106. DOI: 10.1080/02673843.2015.1136659.
31. Sartre J. P., Mairé P. *Existentialism and humanism*. London, Methuen. 1960: 28.
32. Schäfer M., Korn S. et al. Lonely in the crowd: Recollections of bullying. *British Journal of Developmental Psychology*, 2004: 22: 379–394. DOI: 10.1348/0261510041552756.
33. Wallerstein I., Collins R. et al. *Does capitalism have a future?* UK, Oxford University Press, 2013: 200.
34. Zuboff S. *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*. London: Profile Books. 2018: 540.

The article was submitted on: August 19, 2023

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Sergey Tkach, Leading Sociologist, Center for Applied Sociology

Maya M. Rusakova, Candidate of Sociological Sciences, Director, Center for Applied Sociology

Yakov D. Sanadze, Leading Specialist, Sociological Clinic for Applied Research