

RU

Одиночество в пандемии COVID-19

Иоселиани А. Д., Анисимов Е. С.

Аннотация. Целью исследования стал анализ проблемы одиночества в контексте её обострения по причине событий, связанных с пандемией COVID-19, для определения круга вопросов, требующих разрешения. В случае разрешения этих вопросов будет задан положительный вектор развития ситуации с одиночеством. Акцент в работе сделан на методы социальной солидарности, определение её применимости в борьбе с одиночеством. Научная новизна исследования заключается в выявлении круга основных, требующих разрешения проблем, препятствующих формированию социальных контактов у людей в условиях пандемии. При этом данные проблемы выделяются через призму решений, в основе которых лежат принципы социальной солидарности. В результате выявлены требующие внимания вопросы и предложены примеры действий, способствующих восстановлению и сохранению социальных контактов.

EN

Loneliness during the COVID-19 Pandemic

Ioseliani A. D., Anisimov E. S.

Abstract. The study aims to analyse the issue of loneliness in the context of its escalation due to the events related to the COVID-19 pandemic in order to determine the range of issues that need to be resolved. If they are resolved, a positive direction for the development of the situation with loneliness will be taken. The paper focuses on the methods of social solidarity, determining its applicability in the fight against loneliness. Scientific novelty of the study lies in identifying the range of the main problems requiring resolution, which prevent formation of social contacts among people during the pandemic. At the same time, these problems are highlighted through the lens of the solutions based on the principles of social solidarity. As a result, the issues that require attention are identified and examples of actions that contribute to restoration and preservation of social contacts are proposed.

Введение

Актуальность работы объясняется тем, что одиночество, особенно экзистенциальное, оказывает негативное воздействие на психическое здоровье людей, поэтому данной проблеме необходимо уделять значительное внимание. Прошедший 2020-й год стал серьезным испытанием для мировой экономики, для многих государств, для организаций и предприятий, но в первую очередь – для человека. Механизмы борьбы с распространением новой коронавирусной инфекции благодаря слаженной работе организаций в сфере здравоохранения на сегодняшний день известны – большинство из них показывают высокую эффективность. Помимо разработанных санитарно-эпидемиологических мер противодействия большие результаты приносит и социальная солидарность: в случае взаимопонимания в обществе меры по соблюдению социальной дистанции и использованию средств индивидуальной защиты становятся обычным делом, не требующим дополнительного контроля.

Однако может ли помочь социальная солидарность в противодействии последствиям пандемии? Одним из наиболее тяжёлых факторов изоляции, вызванной пандемией COVID-19, стало одиночество. Одиночество является серьёзной проблемой человечества, что подтверждается его негативным влиянием, которое состоит в повышении риска стрессов, подрывающих психическое здоровье людей, а также в появлении зачастую у одиноких людей мыслей о самоубийстве [6, р. 2]. Согласно многочисленным опросам, во время и после изоляционных мер во многих странах наблюдался резкий рост числа людей, чувствующих себя одинокими. Например, одно из статистических исследований в Соединённых Штатах Америки показывает значительный подъем показателей одиночества, который даже происходил на фоне ослабления ограничений социальных контактов. Важно отметить, что рассматриваемые данные являются репрезентативными, а непосредственное проведение анализа данных авторами было осуществлено при наличии одобрения со стороны Университета Аризоны [8, р. 1]. Помимо отображения негативной тенденции к увеличению числа ощущающих себя одинокими людей вследствие ограничений в первой половине 2020 года исследователи зафиксировали корреляцию

одиночества и появления мыслей о самоубийстве [Ibidem, p. 2]. Данный факт служит очередным экспериментальным доказательством названных ранее подрывающих психическое здоровье человека следствий одиночества. Другая научная работа была посвящена анализу изменения уровней эмоционального одиночества в Нидерландах. Коллектив авторов также приходит к выводу о росте среднего уровня показателя одиночества среди людей, отмечая отсутствие положительного эффекта моральной подготовки населения к возможным трудностям за счёт позднего распространения инфекции COVID-19 по сравнению с некоторыми другими государствами [10, p. 5]. Существуют работы, которые не останавливаются на формулировке заключения о ситуации в отдельном исследуемом географическом регионе, а фиксируют общую картину того же самого направления развития одиночества в Европе, Китае и Америке. Эта статистика подтверждает актуальность проблемы одиночества и при этом даёт право расценивать это явление как уже самостоятельную пандемию.

Задачи, которые было необходимо решить для достижения поставленной цели, в данной работе следующие:

- обзор текущей обстановки по исследуемой проблеме;
- определение наличия тенденций, связанных с одиночеством или запущенных сопутствующими пандемии новой коронавирусной инфекции явлениями и процессами;
- анализ научных подходов к вопросам одиночества и солидарности;
- выбор на основе анализа наиболее актуального в контексте исследования подхода;
- соотнесение принимаемых сегодня мер с общими точками одиночества и социальной солидарности;
- оценка принимаемых мер и перспектив;
- предложение эффективных методов и вектора положительных изменений, развития.

В статье применяются следующие методы исследования: логико-философский анализ, с помощью которого раскрывается сущность рассматриваемых категорий и основа для практических рекомендаций; методы эмпирического уровня, позволившие оценить текущую ситуацию по исследуемой проблеме и обратиться к результатам трудов учёных, посвятивших работы одиночеству в современном мире; выдвижение гипотез, положенных в основу итоговых предложений.

Для статьи теоретической базой стали работы российских и зарубежных авторов: А. Б. Гофмана [2], А. С. Гагарина [1], С. Стейнметца, Т. ван Тилбурга [10], С. Клуна, У. Киллгора [8], Е. Кляйн, И. Рейнер, М. Михаль [6] и др. В их работах анализируются статистическая информация, научные и социологические аспекты, связанные с одиночеством или социальной солидарностью.

Практическая значимость статьи состоит в создании круга вопросов, которые, на наш взгляд, в случае их разрешения продолжат развитие в положительном направлении принимаемых сегодня мер по борьбе с одиночеством и позволят сформировать наиболее эффективную их реализацию.

Статистические исследования одиночества и возникающие тенденции

Важно отметить, что базовые принципы отслеживания и анализа состояния в сфере одиночества людей были сформированы ещё в конце двадцатого века. Одним из наиболее общепризнанных и широко распространённых инструментов для этого является шкала одиночества Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе – UCLA (University of California, Los Angeles) Loneliness Scale. Метод основан на достаточно понятной оценке людьми какой-либо характеристики с точки зрения её частоты появления или ощущения в их жизни. На сегодняшний день существует большое разнообразие преобразованных шкал, однако главная цель и задача остаются неизменными, что свидетельствует о возникновении обеспокоенности научного сообщества задолго до приобретения одиночеством глобальных масштабов в настоящее время. В ряде приведённых для подтверждения актуальности проблемы одиночества, усилившейся в ходе и результате событий, связанных с пандемией COVID-19, статистических исследований авторы использовали модификации именно данного инструмента для формирования своей работы.

Одиночество как проблема рассматривается на высшем государственном уровне в Великобритании, Японии и ряде других стран. Все они являются развитыми государствами с высоким уровнем здравоохранения. Это не могло им избежать затруднительного положения по рассматриваемому вопросу. Например, в Японии одиночество привело к невосполнимым утратам: число самоубийств среди детей и студентов стало максимальным с 1980 года. Также тяжёлая ситуация у японских женщин: из-за серьёзных изменений в сфере торговли и услуг (ресторанный, гостиничный и другие направления бизнеса), в которой традиционно преобладает женская доля сотрудников, в 2020 году число суицидов возросло до 6976, что значительно больше по сравнению с предыдущими годами [7]. Нахождение женщин в более подверженной негативному влиянию одиночества группе подтверждается не только статистикой из Японии, но и, например, в исследовании учёных из Испании [9, p. e14].

Философия одиночества

Проблеме одиночества уделяли внимание на протяжении многих веков. Более двух тысячелетий назад Аристотель не допускал одиночества даже для праведников, ведь им требуются люди для выражения и обнаружения своего справедливого отношения, а допустимо одиночество, по его мнению, было только для мудрецов [1, с. 56]. Важнее разобраться с современным представлением одиночества, потому что результаты научно-технического прогресса, каким является и видеосвязь, стали причиной возникновения иллюзорного отсутствия одиночества. Если ещё во времена Античности понимали неестественность одиночества для человека,

то в условиях динамической жизни это ещё более справедливо. В рамках данного исследования можно выделить три вида одиночества: уединение в качестве добровольного отказа от окружающего и перехода в пространство одиночества (в уединении предполагается и выход из него в дальнейшем); изоляция, которая обусловлена внешними факторами, прекращающими обычные отношения и контакты человека с окружающими; экзистенциальное одиночество (внутренние психические переживания) [4, с. 271]. Последние два типа являются главными при исследовании последствий пандемии COVID-19. При этом события 2020 года показывают, насколько условна грань между ними: первоначально миллионы людей оказались в условиях только изоляции, однако либо отсутствие средств связи, либо погружение в мираж общения с помощью социальных сетей стали причиной перехода у многих в форму экзистенциального одиночества. Главный врач психиатрического и психотерапевтического отделения университетской клиники Ульма профессор Шпитцер подтверждает, что наличие общения в социальных сетях не всегда является средством спасения от одиночества. В интервью Deutsche Welle он выделил приемлемый вариант общения с помощью технологичных средств коммуникации: лучше всего связь функционирует при общении с хорошо знакомыми людьми, например, с бабушкой или дедушкой, поскольку во время общения всегда происходит параллельный процесс представления эмоций и переживаний собеседника. По этой же причине общение с потоком плохо знакомых людей не несёт практически никакой пользы с точки зрения спасения от одиночества [3].

Гипотеза об эффективном решении

Можно предположить, что эффективным, на наш взгляд, способом преодоления одиночества может стать, например, волонтерство и другие формы организации социальных контактов. В рамках этих мер неравнодушные люди могут навещать людей, которые остались без близких родственников или не имеют возможности связаться с ними. Соответственно, им могли бы восполнять необходимое общение или помогать в организации, например, видеосвязи с близкими. Безусловно, в идеальном представлении это действительно весьма эффективное и нужное для одиноких людей решение. Однако в реальности существует очень много подводных камней. К слову, такими являются отсутствие доверия к таким активистам-волонтерам, особенно со стороны пожилых людей, боязнь заразиться опасной инфекцией (которая очень часто нагнетается и недобросовестными СМИ), а также отсутствие в большинстве стран совершенной системы проверки психологических навыков у потенциальных волонтеров. И это лишь примеры одних из наиболее значимых затруднений, возникающих при формировании института социальных контактов. В связи с этим возникает необходимость в поиске механизмов изменения отношения людей к рассматриваемой проблеме в положительном направлении.

Солидарность в обществе для спасения от одиночества

Для нахождения ответов на возникшие вопросы, которые сдерживают потенциал успешного формирования системы сохранения социальных контактов, следует проанализировать сущность солидарности. Среди многих подходов наиболее согласованным с текущей ситуацией представляется взгляд французского философа и социолога Эмиля Дюркгейма. Он разделял солидарность на механическую и органическую. Однако при нахождении приемлемой формы, способной стать катализатором проявления ответственного отношения людей к душевным переживаниям окружающих, целесообразно сравнить выражения этих двух форм солидарности [5]. Эмпирическими индикаторами для них являлись юридические нормы: с репрессивными или реститутивными санкциями соответственно [2, с. 40]. Именно свойственные солидарности «по различию» реститутивные санкции, которые заключаются в восстановлении индивидом нарушенного порядка, являются правильной основой для создания солидарного общества в современном мире. С другой стороны, конечно, механической солидарности по Дюркгейму свойственны более сильные коллективные чувства. Однако всё-таки обнаруживающим этот тип солидарности фактором является господство уголовного права, что, конечно, не может стать разрешающей силой в вопросах формирования в разумах людей ответственности и понимания необходимости помощи одиноким людям, а также в вопросе повышения доверия со стороны нуждающихся в общении и внимании людей к социальным контактам в условиях повышенной заболеваемости и распространённости мошенничества.

Заключение

Обращаясь к принятым на сегодняшний день мерам в некоторых странах, полезно проследить наличие элементов органической солидарности в них. Приведём примеры из Великобритании, ценность предназначения которых подтверждалась до событий пандемии COVID-19: почтальоны королевской почты при доставке писем и газет должны по дороге заглядывать к пожилым одиноким людям, они призваны наладить контакт с близкими или местными организациями, а также предоставить отклик душевным переживаниям таких людей. Помимо этого, создаются новые общедоступные площадки: скверы и парки, которые способствуют формированию среды общения, не создающей при соблюдении социальной дистанции опасности здоровью и при этом предоставляющей людям необходимые социальные контакты. Из этих примеров видно, что процесс не основывается на принуждениях и механической солидарности. Важно понимать, что перемены во взглядах общества не произойдут мгновенно – на это необходимы годы, однако они возможны именно благодаря социальной солидарности.

Таким образом, в результате исследования приходим к выводу: возникшая на основе специализации труда органическая солидарность содержит правильный потенциал для преодоления трудностей в организации соответствующих институтов и формирования ответственного сознания для помощи одиноким.

Подводя итог проведённому исследованию, отметим, что решение проблемы одиночества, которая к тому же приняла мировые масштабы, невозможно без социальной солидарности. Только совместными человеческими усилиями при содействии государства, на которое в такой ситуации ложится работа по созданию правовой системы, регулирующей столь многогранный этический вопрос, и механизмов формирования доверия, можно вернуть необходимые человеку социальные контакты. В случае успешной реализации этих мер проблема одиночества способна действительно разрешиться в максимально положительном направлении, а также возникнут методы предупреждения распространения одиночества.

Перспективы исследования. В перспективе данная работа может быть продолжена и может стать методологическим ориентиром для дальнейших социально-философских исследований по проблемам пандемии.

Источники | References

1. Гагарин А. С. Одиночество как экзистенциал античной философии (от Гесиода до Аристотеля) // Научный ежегодник Института философии и права Уральского отделения Российской академии наук. 2014. Т. 14. Вып. 1. С. 43-60.
2. Гофман А. Б. Солидарность или правила, Дюркгейм или Хайек? О двух формах социальной интеграции // Социальная солидарность и альтруизм: социологическая традиция и современные междисциплинарные исследования: сборник научных трудов / отв. ред. Д. В. Ефременко. М.: Институт научной информации по общественным наукам РАН, 2014. С. 16-100.
3. Коронавирус и карантин: немецкий врач о влиянии самоизоляции на психику [Электронный ресурс]. URL: <https://amp.dw.com/ru/коронавирус-и-карантин-немецкий-врач-о-влиянии-самоизоляции-на-психику/a-52915023> (дата обращения: 01.03.2021).
4. Манахов С. В., Грединарь А. А. Экзистенциальное одиночество в контексте переживания ситуативного одиночества // Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований: сборник трудов Международной научно-практической конференции «XV Левитовские чтения» (г. Москва, 15-16 апреля 2020 г.): в 3-х т. М.: Московский государственный областной университет, 2020. Т. 2. С. 270-275.
5. Одиноким предоставляется // Российская газета. 2019. 13 февраля.
6. Beutel M. E., Klein E. M., Brähler E., Reiner I., Jünger C., Michal M., Wiltink J., Wild P. S., Münzel T., Lackner K. J., Tibubos A. N. Loneliness in the general population: Prevalence, determinants and relations to mental health // BMC Psychiatry. 2017. Vol. 17. Iss. 97. P. 1-7. DOI: 10.1186/s12888-017-1262-x.
7. Japan appoints 'minister of loneliness' to help people home alone [Электронный ресурс]. URL: <https://asia.nikkei.com/Spotlight/Coronavirus/Japan-appoints-minister-of-loneliness-to-help-people-home-alone> (дата обращения: 10.02.2021).
8. Killgore W. D. S., Cloonan S. A., Taylor E. C., Miller M. A., Dailey N. S. Three months of loneliness during the COVID-19 lockdown // Psychiatry Research. 2020. Vol. 293. Article 113392. P. 1-2.
9. Losada-Baltar A., Jiménez-Gonzalo L., Gallego-Alberto L., Pedrosa-Chaparro M. D. S., Fernandes-Pires J., Márquez-González M. "We're Staying at Home". Association of Self-Perceptions of Aging, Personal and Family Resources and Loneliness with Psychological Distress during the Lock-Down Period of COVID-19 // The Journals of Gerontology. Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. 2021. Vol. 76. Iss. 2. P. e10-e16.
10. Tilburg T. G. van, Steinmetz S., Stolte E., Roest H. van der, Vries D. H. de. Loneliness and Mental Health during the COVID-19 Pandemic: A Study among Dutch Older Adults // The Journals of Gerontology. Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. 2020. Vol. 20. Iss. 20. P. 1-7.

Информация об авторах | Author information



Иоселиани Аза Давидовна¹, д. филос. н., проф.
Анисимов Ефим Сергеевич²

^{1,2} Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, г. Москва



Ioseliani Aza Davidovna¹, Dr
Anisimov Efim Sergeevich²

^{1,2} Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow

¹ aza-i@yandex.ru, ² 191699@edu.fa.ru

Информация о статье | About this article

Дата поступления рукописи (received): 13.04.2021; опубликовано (published): 31.05.2021.

Ключевые слова (keywords): пандемия; социальная солидарность; одиночество; психическое здоровье; COVID-19; pandemic; social solidarity; loneliness; mental health.