

# **Одиночество в сети: философский анализ в контексте цифровой антропологии**

## **Loneliness on the web: a philosophical analysis in the context of digital anthropology**

**Сиденко И.Д.**

Студент, ФГБОУ ВО «Саратовская государственная юридическая академия», г. Саратов  
e-mail: imeretin02@mail.ru

**Sidenko I.D.**

Student, Saratov State Law Academy, Saratov  
e-mail: imeretin02@mail.ru

### **Аннотация**

В статье исследуется феномен одиночества в условиях цифровой эпохи, анализируются его трансформирующиеся формы и психологические последствия. Рассматривается двойственная природа одиночества – как ресурса для саморефлексии и личностного роста, так и источника экзистенциального дискомфорта. Особое внимание уделяется парадоксу «сетевого одиночества», когда гиперподключенность в цифровом пространстве сопровождается усилением чувства изоляции в реальной жизни. Автор исследует влияние социальных сетей и виртуальной идентичности на коммуникативные практики, а также предлагает комплексную типологию одиночества, включая философские и нейронаучные классификации. Разрешаются актуальные вопросы о необходимости поиска баланса между онлайн- и офлайн-взаимодействием в современном технологизированном обществе.

**Ключевые слова:** цифровое одиночество, социальные сети, виртуальная идентичность, коммуникативные практики, типология одиночества, цифровая эпоха.

### **Abstract**

The article explores the phenomenon of loneliness in the digital age, analyzes its transforming forms and psychological consequences. The article examines the dual nature of loneliness as a resource for self-reflection and personal growth, as well as a source of existential discomfort. Special attention is paid to the paradox of "network loneliness", when hyper-connectivity in the digital space is accompanied by an increased sense of isolation in real life. The author explores the influence of social networks and virtual identity on communication practices, and also offers a comprehensive typology of loneliness, including philosophical and neuroscientific classifications. The current issues of the need to find a balance between online and offline interaction in a modern technologized society are resolved.

**Keywords:** digital loneliness, social networks, virtual identity, communication practices, typology of loneliness, digital age.

### **Введение**

Феномен одиночества в современном цифровом обществе приобретает новые формы и смыслы, становясь объектом междисциплинарных исследований. Трансформация социальных взаимодействий под влиянием технологий, противоречивое воздействие виртуальной среды на психику и усложнение процессов самоидентификации – все это делает проблему одиночества особенно актуальной в XXI в. В представленной работе рассматривается эволюция понимания одиночества от классических философских концепций до современных нейронаучных подходов, анализируется специфика «сетевого одиночества» и его влияние на личность. Особое внимание уделяется парадоксальной ситуации, когда гиперподключенность

в цифровом пространстве зачастую усиливает чувство экзистенциальной изоляции, а также исследуются различные типологии одиночества, позволяющие дифференцировать его конструктивные и деструктивные формы.

### Результаты исследования

В современном обществе можно наблюдать разнообразные реакции людей на одиночество, причем они практически никогда не бывают идентичными. Для одних одиночество является необходимым инструментом, позволяющим побывать наедине с собой, погрузиться в саморефлексию и самоанализ, что способствует личностному росту и самопознанию. В философской традиции также нет единого взгляда на этот феномен. Некоторые мыслители считают, что уединение помогает человеку глубже понять себя и окружающий мир, способствуя внутреннему развитию. Другие, напротив, оценивают одиночество как негативное и даже опасное состояние, подчеркивая, что полноценная жизнь невозможна без социального взаимодействия.

Феномен «одиночества в сети» стал особенно актуальным в XXI в. в связи с бурным развитием цифровых технологий. Причины его возникновения кроются в стремительной технологизации общества, которая с каждым годом усиливает свое влияние. В современной действительности «традиционные нормы и ценности подвергаются вызовам и трансформации, в то время как новые формы поведения и идеи, которые раньше считались аномальными, начинают проникать в общественное сознание» [2, с. 128]. Цифровая реальность активно проникает в жизнь человека, трансформируя социальные отношения и саму природу человеческого существования. Важно проанализировать, каким образом это происходит, в каких сферах влияние виртуального мира наиболее заметно и как эти факторы воздействуют на чувство одиночества.

Развитие виртуальной реальности оказывает значительное влияние на социально-коммуникативные навыки. Изначально она задумывалась как дополнительный инструмент взаимодействия, однако со временем стала одной из причин усиления одиночества, изменив свою первоначальную функцию. «Постмодернисты одними из первых указали на угрозы грядущего информационализма и последствия взаимодействия человека с цифровой реальностью: компьютерное отчуждение, одиночество, дезинтеграция, манипуляция, интернет-зависимость и т.д.» [7, с. 79].

В современной действительности актуален вопрос о влиянии цифрового пространства на сознание человека и его восприятие одиночества. В доцифровую эпоху социализация происходила через непосредственный контакт между людьми, тогда как у поколения Digital Natives этот процесс в значительной степени переместился в онлайн-среду. При этом количество социальных связей в сети (превышающее так называемое число Данбара, составляющее около 150 устойчивых контактов) приводит к фрагментации общения. В результате разрушаются локальные социальные структуры, а их место занимают гиперсети.

С одной стороны, это угрожает традиционным формам общения, а с другой – погружает человека в непрерывный поток информации. Данный процесс оказывает негативное влияние, поскольку коммуникация теряет глубину и ценность, которые были присущи ей до эпохи социальных сетей. В конечном счете это может привести к росту числа людей, испытывающих одиночество. Парадокс заключается в том, что потребность в живом общении формировалась в ходе длительной эволюции: именно способность к кооперации позволила человечеству выжить, тогда как отсутствие коммуникации всегда имело разрушительные последствия.

Современные исследования отмечают, что негативные аспекты цифрового взаимодействия связаны с практикой «ухода» в интернет, социальные сети и компьютерные игры. Это затрудняет реальное общение, способствует росту агрессии и усиливает чувство социальной отчужденности. «Оказывается, можно испытывать чувство одиночества в «обществе всеобщей коммуникации» при изобилии связей, знакомств, друзей, подписчиков» [7, с. 79]. Кроме того, глобальная сеть влияет на мировосприятие человека. «Соприкоснение системы с «другим» либо подчиняет другое своему нормативному порядку, либо другое

инициирует изменение системы» [3, с. 147]. Философы выделяют тип «цифрового фланера», проводя параллель с классическим фланером XIX в. Если традиционный фланер познавал мир через наблюдение за городской жизнью, эмоциями людей и архитектурой, то его современный аналог поглощает виртуальные образы, поскольку физическая реальность перестает его удовлетворять. Это приводит к идеализации жизни: когда реальность не соответствует ожиданиям, сформированным в сети, человек отвергает ее, не желая прикладывать усилия для достижения целей. Аналогичная проблема возникает и в сфере общения: знакомства в интернете создают иллюзию близости, однако только в личном контакте можно по-настоящему оценить другого человека и понять, возможны ли дальнейшие отношения.

Цифровая среда также влияет на формирование идентичности. Понятие «цифровой личности» не всегда отражает реальные качества человека – это скорее внешняя оболочка, проекция желаемого «Я». Проблемы, возникающие в виртуальном пространстве, часто не имеют аналогов в реальности, что усиливает экзистенциальный диссонанс. Более того, цифровой идентичностью могут обладать не только люди, но и алгоритмы, боты и другие элементы сетевой инфраструктуры. Все это искажает эмоциональное восприятие мира и может привести к утрате естественных человеческих качеств. «Одиночество в сети связано с утратой межличностного общения, уходом в интернет-пространство, где каждый существует наедине с техникой. Происходит отчуждение человека от привычных оснований – природы, семьи, школы, друзей, роль которых становится менее значимой. Личность превращается в биосоциовиртуальную «монаду»» [1, с. 22].

Таким образом, социальные сети оказывают двойственное воздействие на переживание одиночества. С одной стороны, они предоставляют возможности для коммуникации и поддержки, с другой – способствуют эмоциональной нестабильности и усилиению изоляции. Крайне важно находить баланс между онлайн- и офлайн-взаимодействием, осознавая потенциальные риски цифровой среды. «Виртуальная реальность, несмотря на значительный арсенал коммуникативных инструментов, неспособна в полной мере удовлетворить потребность в подлинном и открытом общении и взаимодействии между индивидами» [5, с. 78].

Следует отметить, что все перечисленные факторы существенно влияют как на отдельного человека, так и на общество в целом, поскольку провоцируют рост одиночества. Искусственная идентичность, созданная в социальных сетях, не способна удовлетворить подлинные потребности личности, так как является лишь проекцией желаемого. Решение этой проблемы требует осознанных усилий самого человека, а не его «цифровой тени». «... «Быть в этом мире» мы можем только сознательно. <...> каждый человек сам наполняет свое бытие смыслом и действует сообразно ему» ...» [4, с. 19].

Переживание одиночества в контексте погруженности в цифровую среду можно дополнительно охарактеризовать через типологии, предлагаемые мыслителями прошлого и современности. Наиболее распространенная классификация характеризует одиночество как «позитивное» и «негативное». Первое связано с добровольным уединением, позволяющим сосредоточиться на самопознании и творчестве. Трансценденталисты рассматривали его как способ защиты от деструктивного влияния внешней среды. Второе, напротив, характеризуется мучительным ощущением разрыва с миром, утратой смыслов и эмоциональной опустошенностью. Аристотель отмечал, что в одиночестве человек становится либо «богом», либо «зверем» – это высказывание можно интерпретировать через призму указанной типологии. Некоторые философские концепции современности заимствуют типологические модели нейронауки, предлагая более детальную классификацию:

- «Физическое одиночество», предполагающее отсутствие социальных контактов. Данному типу подвержены те люди, которые зависят от общения, и только в компании они чувствуют свою значимость в социуме.
- «Психологическое одиночество» выражается в чувстве изоляции даже в окружении людей. Несмотря на физическое присутствие, человек чувствует свою безучастность и отстраненность.

- «Трансцендентное одиночество» предполагает убежденность в невозможности установления близких отношений. Это одно из наиболее тяжелых типов одиночества, так как человек не способен принять тот факт, что он сможет его преодолеть. В данной ситуации проявляется отсутствие не только близости с людьми, но и веры в то, что она когда-то может произойти.

Норвежский философ Ларс Свендсен дополняет эту типологию [6], выделяя:

- «Эндогенное одиночество» – вызванное внутренними конфликтами и перенасыщением информацией. Оно может сопровождаться негативными мыслями, эмоциями, неудовлетворенностью чем-либо.
- «Экзогенное одиночество», которое случается, как ситуативное, например, во время вынужденной изоляции (как в период пандемии 2019-20 гг.).

Таким образом, одиночество не всегда зависит от воли человека – оно может быть следствием как внешних обстоятельств, так и внутренних кризисов. В современном мире его распространение усугубляется технологизацией, которая, обеспечивая иллюзию постоянной connectedness (взаимосвязи), на деле часто приводит к поверхностности общения. Однако человеческая психика, сформированная тысячелетиями эволюции, не успевает адаптироваться к столь стремительным изменениям, что и порождает новые формы экзистенциального дискомфорта.

### **Заключение**

Проведенный анализ позволяет сделать вывод о многогранности феномена одиночества в условиях цифровизации общества. С одной стороны, технологическая реальность предоставляет новые формы коммуникации и самовыражения, с другой – способствует возникновению качественно новых видов социальной изоляции и экзистенциального дискомфорта. Исследование различных типологий одиночества демонстрирует, что этот феномен нельзя оценивать однозначно: он может выступать как ресурсом для личностного развития, так и фактором психологического неблагополучия. Ключевой проблемой современности становится поиск баланса между цифровым и реальным взаимодействием, а также развитие осознанного отношения к технологиям как инструментам, а не substitutes (заменителям) человеческого общения. Дальнейшее изучение данной темы требует интеграции философского, психологического и социологического знания, что позволит выработать эффективные стратегии преодоления негативных последствий «одиночества в сети» при сохранении его потенциальных позитивных аспектов.

### **Литература**

1. Баева Л.В. Экзистенциальные риски информационной эпохи // Информационное общество. 2013. № 3. С. 18-28.
2. Денисова Н.Ю. Аномальное как новый норматив / Мир человека: нормативное измерение - 8.0. Аномальное: сборник трудов международной научной конференции (Саратов, 8-10 июня 2023 г.) / редкол.: И.Д. Невважай (отв. ред.) и др. Саратов: Изд-во Сарат. гос. юрид. акад., 2023. С. 127-133.
3. Комлев А.Е. Конфликт систем ценностей в генезисе аномального / Мир человека: нормативное измерение - 8.0. Аномальное: сборник трудов международной научной конференции (Саратов, 8-10 июня 2023 г.) / редкол.: И.Д. Невважай (отв. ред.) и др. Саратов: Изд-во Сарат. гос. юрид. акад., 2023. С. 144-150.
4. Комлев А.Е., Мустаев А.Р. Современные проблемы сознания // Журнал философских исследований, 2021. Т.7. №4. С.16-20.
5. Лященко М.Н. Одиночество в информационно-техногенном обществе // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. 2017. Том 6. № 3А. С. 77-84.
6. Сведенсен Л. Философия одиночества. М.: Прогресс-Традиция, 2017. 272 с.
7. Соловьева Л.Н. Одиночество в «обществе всеобщей коммуникации»: парадокс цифровой современности // Общество: философия, история культуры. 2023. № 7. С. 77–82.