

## Современные традиции в качественных и количественных исследованиях экзистенциальной изоляции и путей ее преодоления

*Аверина П.А.*

*Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО «НИУ ВШЭ»),  
г. Москва, Российская Федерация*

*ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7549-9024>, e-mail: [averinahse@gmail.com](mailto:averinahse@gmail.com)*

В статье представлен обзор современных исследований феномена экзистенциальной изоляции в зарубежных работах. Предпринята попытка проанализировать различные методологические подходы в понимании зарубежными исследователями проблемы экзистенциальной изоляции. Рассматривается социально-психологическая модель STEIM, предложенная П. Хельмом, которая описывает экзистенциальную изоляцию как ситуативное и обобщенное переживание. Экзистенциальная изоляция, с одной стороны, связана с депрессией, тревогой и доступностью мыслей о смерти, а с другой стороны, вызывает социальное избегание и утрату надежды на возможность быть понятым, что создает значительные трудности для оказания помощи людям с этим состоянием в психотерапии. Обсуждается скандинавская традиция изучения экзистенциального одиночества, в которой преобладают качественные исследования пожилых людей, а феномен последовательно оказывается связанным с переживанием бессмысленности и близости смерти. Делается вывод, что разные школы изучают один феномен, подходя к его исследованию с разных сторон. Подчеркивается необходимость установления диалога между исследовательскими традициями для целостного понимания феномена и всестороннего изучения возможностей для преодоления переживания экзистенциальной изоляции.

**Ключевые слова:** экзистенциальная изоляция, одиночество, отчуждение, экзистенциальное одиночество.

**Финансирование.** Исследование реализовано при поддержке факультета социальных наук, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики».

**Благодарности.** Автор благодарит за помощь в работе над статьей научного руководителя Анну Александровну Лебедеву.

**Для цитаты:** *Аверина П.А.* Современные традиции в качественных и количественных исследованиях экзистенциальной изоляции и путей ее преодоления [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2024. Том 13. № 4. С. 140—150. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2024130413>

## Modern Trends in Qualitative and Quantitative Studies of Existential Isolation and Paths to Overcoming It

*Polina A. Averina*

*National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7549-9024>, e-mail: [averinahse@gmail.com](mailto:averinahse@gmail.com)*

The article presents a review of modern research on the phenomenon of existential isolation in foreign studies. An attempt is made to analyze different methodological approaches in understanding the problem of existential isolation by foreign researchers. The socio-psychological model STEIM proposed by P. Helm is considered. Existential isolation, on the one hand, is associated with depression, anxiety, and accessibility to thoughts of death, and on the other hand, causes social avoidance and loss of hope for the possibility of being understood, which creates significant difficulties in helping people with this condition in psychotherapy. Cross-cultural research demonstrates that collectivist values can be a buffer against feelings of existential isolation. The Scandinavian tradition of studying existential loneliness is discussed, in which qualitative studies of older people predominate and the phenomenon is consistently found to be associated with the experience of meaninglessness and proximity to death. It is concluded that different schools study the same phenomenon, approaching its research from different angles. The need to establish a dialogue between research traditions for a holistic understanding of the phenomenon and a comprehensive exploration of the possibilities for overcoming the experience of existential isolation is emphasized.

**Keywords:** existential isolation, loneliness, alienation, existential loneliness.

**Funding.** This research is supported by the Faculty of Social Sciences, HSE University.

**Acknowledgements.** The author is grateful to her supervisor, Anna Aleksandrovna Lebedeva, for her help in working on this article.

**For citation:** Averina P.A. Modern Trends in Qualitative and Quantitative Studies of Existential Isolation and Paths to Overcoming It [Electronic resource]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2024. Vol. 13, no. 4, pp. 140—150. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2024130413> (In Russ.).

## Введение

В зарубежной современной литературе примечателен рост числа исследований, посвященных переживанию экзистенциальной изоляции, наблюдаемый на протяжении последних семи лет [24; 28]. Независимые исследовательские группы в Европе (в частности в Скандинавии) и США активно развивают изучение данной темы [5; 7; 20; 27; 28].

Актуальность вопроса экзистенциального одиночества в значительной мере связана с воздействием цифровых технологий и социальных сетей, которые, несмотря на их иллюзорную связанность, способствуют углублению отчуждения между людьми [38].

Недавние исследования показывают, что экзистенциальное одиночество широко распространено. Например, британское исследование 2023 года продемонстрировало, что 83% участников, от юношеского до зрелого возраста, испытывали чувство экзистенциального одиночества [24]. Более того, обнаружено, что часть негативных последствий, ранее ассоциировавшихся исключительно с социальным одиночеством, таких как снижение психологического благополучия [15; 17; 23], рост агрессивного поведения [21] и ухудшение физического здоровья [14], в действительности объясняется переживанием экзистенциальной изоляции. В то же время эффективные методики для преодоления переживания экзистенциального одиночества пока не выявлены, что подчеркивает необходимость дальнейших исследований в этой области.

В последние десятилетия проблема экзистенциального одиночества в основном исследовалась в контексте пожилого населения Скандинавии, где наблюдается тенденция к старению населения. Согласно последним данным ВОЗ, мировое население стремительно стареет, что делает эту проблему актуальной и для глобального общества [44]. Увеличение числа пожилых людей влечет за собой рост экзистенциальных вопросов, связанных с поиском смысла жизни и преодолением страха смерти, что существенно усложняет опыт старения [18; 27].

Пандемия COVID-19 значительно усугубила чувство одиночества и экзистенциальных кризисов. В этот период было зафиксировано заметное увеличение всех форм одиночества, включая экзистенциальное [12; 42]. Аддитивный эффект переживания экзистенциальной изоляции проявился в повышении уровня тревоги, депрессии и общего субъективного благополучия [10].

Таким образом, совокупность вышеизложенных факторов подчеркивает нарастающую актуальность проблемы экзистенциального одиночества в совре-

менных условиях. Анализ современных подходов к разработке проблемы экзистенциального одиночества и ее преодоления будет посвящена данная статья.

## Экзистенциальное одиночество/изоляция

С. Кьеркегор одним из первых систематически осмысливал проблему экзистенциального одиночества, рассматривая его как путь человека к себе. Он считал, что этот путь заключается в стремлении человека принять свой страх небытия и встретиться с фактом своей конечности, единичности. Согласно С. Кьеркегору, только через эту встречу человеком обретаются свобода и смысл существования. [1; 36].

Идеи С. Кьеркегора были расширены экзистенциалистами, такими как Ф. Ницше, М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр [3; 36]. Ф. Ницше утверждал, что «смерть Бога» оставляет человека наедине с необходимостью самостоятельного создания ценностей и смысла, что усиливает чувство изоляции [3]. Согласно М. Хайдеггеру, осознание фундаментального одиночества, вызванное ужасом предвосхищения смерти, усиливает ощущение «отрешенности», но вместе с тем позволяет найти мужество и принять собственные возможности [1; 36]. Ж.-П. Сартр считал, что именно в болезненном переживании своей изолированности от Другого человек обретает свободу создавать себя [36].

В работах культурного антрополога Э. Беккера была обоснована связь экзистенциального одиночества с фундаментальным страхом перед смертью [2]. В трудах Р. Мэя, К. Мустакаса, В. Франкла экзистенциальное одиночество рассматривается как источник не только страха, но и потенциала для трансформации, личностного роста и самопознания [29; 36].

Понимание экзистенциальной изоляции И. Яломом стало определяющим для современных теоретических и эмпирических исследований. В теории И. Ялома этот феномен понимается, как фундаментальная невозможность человека быть понятым другим человеком в его бытии в силу уникальности субъективного опыта каждого [45]. И. Ялом описывает экзистенциальное одиночество как непреодолимую пропасть между человеком и другими людьми, через которую не может быть возведено мостов. Оно рассматривается как одно из четырех основополагающих данностей человеческого бытия [45]. Важно отметить, что сам И. Ялом использовал термины «экзистенциальная изоляция» (далее — ЭИ) и «экзистенциальное одиночество» (далее — ЭО) как взаимозаменяемые, что было принято современными авторами. Вслед за опубликован-

ным в 2023 г. обзором предметного поля мы также будем придерживаться взгляда, отождествляющего данные понятия [28].

Современные философы и психоаналитики продолжают развивать концепцию ЭО. Например, Ю. Кристева акцентирует внимание на идее отчуждения человека не только от окружающих, но и от самого себя, подчеркивая, что внутри каждого живет «чужой» [25]. В то же время Ю. Кристева отмечает, что любовь может быть ответом на ЭИ — как сложная форма общения, которая пытается преодолеть границы субъективности [26].

### Современные подходы к изучению феномена

В последние семь лет исследовательские группы в Скандинавии и США независимо начали активно разрабатывать проблематику ЭО (ЭИ) [5; 7; 20; 27; 28]. Несмотря на общий исходный пункт в виде идей И. Ялома, их подходы к операционализации феномена и методологии исследований сильно различаются. Эти различия пока препятствуют полноценному научному диалогу между школами. Остается неясным, обусловлены ли они лишь терминологией и различиями в предпосылках, и изучается ли единый феномен или разные.

Признавая фундаментальную данность экзистенциальной изоляции, ученые из США сосредотачиваются на изучении *субъективного переживания* экзистенциальной изоляции [5]. Американские исследователи предлагают операционализацию переживания ЭИ в рамках уникального опыта, который никто не способен понять так же, как сам человек [5, 20]. В США исследования ЭИ проводятся группой социальных психологов с использованием количественной методологии и специально разработанной шкалы ЭИ [5]. В настоящее время исследования преимущественно сосредоточены на негативных последствиях ЭИ среди угнетенных групп, при этом одной из ключевых задач является прояснение возможностей преодоления данного переживания. В основном исследования проводятся на студенческих выборках или на добровольцах из Интернета.

В отличие от этого, качественные исследования, выполненные в традициях скандинавской школы, используют конструкт «экзистенциальное одиночество» и подчеркивают, что оно представляет собой *наиболее глубокую форму одиночества* и изоляции человека от мира [7; 8; 18]. Группа ученых из Скандинавских стран и Англии исследует ЭО с помощью качественных методов, фокусируясь преимущественно на пожилых людях, паллиативных больных, их близких, а также людях, осуществляющих заботу о них [7; 28; 39]. Такая особенность выборки определяется сильной традицией и школой исследования сестринского дела и предсмертного ухода в этих странах. Сбор данных проводится при помощи метода

глубинного интервью, причем респондентам не предлагается некоторого определения ЭО — исследователи изучают как сами респонденты понимают глубокое чувство одиночества. В подобных работах исследователи стараются выявить ключевые составляющие ЭО из описаний такого опыта и переживаний, с ним связанных. В различных качественных исследованиях подчеркивается близость ЭО к переживанию бессмысленности и страха смерти [8; 18; 30]. Особенность выборки и дизайна данных исследований порождает вопрос о том, характеризуют ли полученные описания само переживание ЭО или же они связаны со спецификой переживания ЭО умирающими людьми.

На основе данных, полученных при изучении преимущественно пожилых людей Т. ван Тилбург протестировал модель общего многомерного одиночества, включающую социальное, эмоциональное и экзистенциальное измерения. Роль ЭО в его модели проявляется как неотъемлемая часть старения, в виду того, что социальные и эмоциональные потери усиливают переживаемую изоляцию, а личные внутренние переживания становятся важнее внешних социальных связей [42; 43]. На сегодняшний день данная модель не получила широкого распространения.

Другая попытка систематизировать представления об одиночестве была предложена Я. Стейном [40]. Оригинальность этого подхода заключается в интеграции философских концепций экзистенциализма с эмпирическими психологическими исследованиями, что позволяет рассматривать одиночество не только как эмоциональное состояние, но и как когнитивно-феноменологический процесс. Достоинство модели состоит в том, что Я. Стейн выделил ключевые компоненты переживания, содержание которых различается в зависимости от вида одиночества. Основными компонентами являются: 1) отношения, в которых переживается одиночество; 2) переживаемое Я; 3) репрезентация Другого (Других), 4) переживаемая изоляция, 5) депривация потребностей в отношениях, 6) чувство несоответствия, и 7) психологическая боль. Причем одиночеством Я. Стейн называет такую переживаемую изоляцию, которая испытывается совместно с психологической болью [40].

В соответствии с данной моделью, ЭО характеризуется депривацией потребностей в разделенных переживаниях, понимании и интерсубъективности, а репрезентацией Других, в отношениях с которыми возникает ЭО, являются все другие [40]. К сожалению, данная модель не получила достаточного развития на данный момент.

Таким образом, подходы к изучению феномена ЭИ/ЭО являются сильно разрозненными, что выражается в использовании различных операционализаций и методологий [28]. В результате между различными научными школами отсутствует диалог и обмен наработками, что значительно затрудняет прогресс в интегрированном понимании и исследовании данного явления.

### Количественные исследования экзистенциальной изоляции: модель STEIM

Исследовательской группой из американской школы изучения ЭИ во главе с П. Хельмом в 2019 г. была предложена модель, согласно которой ЭИ может проявляться как ситуативное и/или обобщенное переживание (state-trait existential isolation model, STEIM) [20].

Программная статья П. Хельма предлагает проект исследований в рамках модели с целью ее проверки. Далее мы опишем модель STEIM и приведем исследования, выполненные с опорой на нее, которые расширяют понимание. На рис. 1 изображена модель ЭИ, по П. Хельму.

Модель STEIM предполагает, что единичные яркие переживания отличности субъективного опыта от опыта окружающих, непнятости и отчужденности приводят к переживанию ЭИ как ситуативного переживания [20]. Повторяющиеся эпизоды опыта отчуждения в ходе развития личности приводят к закреплению ЭИ в качестве обобщенного переживания [20]. Исследования подтверждают, что у представителей дискриминируемых и социально менее защищенных групп чувство ЭИ значимо выше [4; 13].

Согласно данной модели, ЭИ как ситуативное переживание приводит к желанию от него избавиться и восполнить неудовлетворенные потребности, в то

время как сформировавшееся обобщенное переживание ЭИ приводит к социальному избеганию, беспомощности, потере надежды на возможность быть понятым [20].

Исследования подтвердили позитивную связь ЭИ с отчуждением [5] и небезопасной привязанностью, особенно с ее избегающей формой [16]. Все это, вероятно, указывает на то, что люди с выраженным обобщенным переживанием ЭИ действительно склонны мириться с ним и не стремятся активно устанавливать социальные связи для его преодоления. Более того, исследования показывают, что люди, страдающие от этого переживания, стараются избегать или притуплять его, употребляя алкоголь, и тем самым испытывать экзистенциальную связанность с другими. Такие результаты были получены при контроле межличностной изоляции [31].

Исследователи объясняют различные формы избегания, характерные для людей с выраженной ЭИ, через теорию разделяемой реальности (shared reality theory), т. е. реальности совместной, разделенной с другими людьми [22]. Согласно этой теории, люди формируют и подтверждают свои представления о мире через взаимодействие с окружающими [22]. Однако индивидум может испытывать фрустрацию возможности ощутить такую общую, разделенную с окружающими реальность. Дискомфорт от этой невозможности делает человека уязвимым и потому не склонным к взаимодействи-



Рис. 1. Модель STEIM (по П. Хельму)

ям, которые могут принести боль; позитивные ожидания от таких взаимодействий при этом пропадают [20].

Ввиду того, что ЭИ создает ощущение невозможности разделить реальность с другими, у таких людей депривирована потребность в подтверждении собственных убеждений [14], они сомневаются в своем восприятии реальности [21].

Действительно, люди с высоким показателем ЭИ меньше верят в то, что другие сделают такой же выбор, как они, и меньше уверены в своих собственных выборах. При этом социальная изоляция не ассоциирована с этими переменными [14]. Например, исследования Э. Пинел показали, что участники, идентифицирующие себя как темнокожие и обладающие более высоким уровнем ЭИ, испытывают большую неуверенность при оценке расизма в предложенных ситуациях [21].

Когда человек не имеет доступа к представлениям о реальности других людей и ощущает, что у других нет доступа к его собственным представлениям, то он, вероятно, оказывается в «пропасти бессмысленности», его прежние смыслы оказываются подорваны. Эти предположения подтверждаются результатами, согласно которым ЭИ отрицательно связана с воспринимаемым смыслом жизни [20].

В этом контексте результаты исследования ЭИ в ходе психотерапии привлекают особое внимание, поскольку психотерапия, как правило, сопряжена с образованием новых смыслов. Итак, установлено, что люди с высоким уровнем ЭИ склонны меньше верить в позитивный исход терапии, меньше доверяют экспертизе психотерапевтов, менее удовлетворены психотерапевтическим лечением и менее склонны искать для себя психотерапию [15].

При этом в ряде исследований подтверждается предпологаемая в модели П. Хельма связь ЭИ с разными проблемами в сфере ментального и физического здоровья, депрессией, одиночеством, тревогой, доступностью мыслей о смерти [11; 17; 20]. Вызывает опасения тот факт, что обнаруживается множество негативных последствий для психического здоровья личности, длительно переживающей ЭИ, а также то, что одновременно с этим устойчивое переживание экзистенциальной изоляции приводит к отчуждению личности, избеганию ею социальных взаимодействий. Группой ученых выдвигается предположение о том, что переживаемая ЭИ является потенциально одним из основных факторов, влияющих на эффективность психотерапии [23]. Данное заключение не получило пока достаточного внимания.

Наконец, ЭИ отрицательно связана с наличием цели в жизни [20], с самооценкой и со всеми чертами Большой пятерки [5]. Кроме того, систематически выявляется более высокий уровень ЭИ у мужчин, чем у женщин [5; 19]. Исследователи объясняют это тем, что последние больше придерживаются общинных ценностей (доверие, альтруизм), с которыми ЭИ связана негативно [19].

Возможно, что некоторые статистические закономерности являются культурно обусловленными.

В частности, в кросс-культурном исследовании, проведенном в США и Южной Корее, было установлено, что ЭИ отрицательно коррелирует с коллективистскими ценностями в обеих выборках [33]. Исследователи предполагают, что коллективистские ценности могут выступать в качестве буфера, защищающего индивидов от чувства экзистенциальной изоляции. Следует отметить, что на данный момент кросс-культурных исследований ЭИ проведено крайне мало и большинство выявленных закономерностей касаются индивидуалистических культур.

### Качественные исследования экзистенциального одиночества

Как уже было сказано выше, качественные исследования экзистенциального одиночества (ЭО) преимущественно проводятся в формате интервью, направленных на изучение пожилых и умирающих людей. Исследователи выявляют основные факторы, влияющие на возникновение ЭО, а также его компоненты из рассказов участников [7; 28].

Во-первых, биографический опыт личности предстает одним из источников боли и страданий ЭО. Респонденты отмечают, что чувство вины и угрызения совести за сделанные или не сделанные выборы в жизни способствуют развитию ЭО [27; 30].

Во-вторых, существенным фактором, способствующим развитию ЭО, является чувство заброшенности, невозможность быть понятым окружающими — постепенное разделение с другими [5]. ЭО возникает, когда пожилые люди чувствуют, что их игнорируют и отвергают, что, в свою очередь, вызывает у них ощущение непривлекательности и незначительности.

В том же ключе потери связи с другими выступает и потеря отношений [8]. В исследовании супругов, ухаживающих за умирающими партнерами, демонстрируется, что ментальный уход личности их партнера в небытие они переживают как переход от «мы» к «я», что ведет к развитию тяжелого чувства ЭО [39]. В исследовании пожилых мигрантов было выявлено, что потери, приводящие к ЭО, касаются не только отношений с людьми. Важным фактором в этом ключе выступали переживания, связанные с домом, родной землей: осознание предстоящей смерти вдали от Родины влекло за собой усугубление ЭО [30]. Таким образом, в разных исследованиях демонстрируется, что разрыв значимых для личности связей способствует переживанию глубокого ЭО.

В-третьих, в разных исследованиях ЭО оказывается неразрывно связанным с темой смысла у пожилых людей [18; 32]. Сложные жизненные обстоятельства заставляют ощущать бессмысленность прожитого пути, отсутствие цели и смысла в жизни [27; 30]. Пожилые люди все чаще становятся свидетелями ухода из жизни близких людей, а смерть сожителей становится обыденностью в домах престарелых. Они описы-

вают свое существование как пребывание в «зале ожидания смерти», которое ощущается бессмысленным и вызывает ощущение ЭО [18]. Переживание смертности и ее приближение в опыте прощания с другими [27], равно как и страх перед смертью и неуверенность в будущем [8; 18], усиливают и усугубляют ЭО.

В-четвертых, в некоторых работах переживание ЭО рассматривается сопряженным с трансцендентными или кризисными переживаниями. Литературный обзор, проведенный И. Болмсйо с коллегами, позволил сформулировать обобщенное понимание ЭО в качественных исследованиях как «...непосредственное осознание того, что вы фундаментально отделены от других людей и от Вселенной, прежде всего через переживание себя как смертного, или, особенно в кризисной ситуации, через переживание того, что вас не Встречают (с вами не общаются) на глубоком человеческом (т. е. аутентичном) уровне» [7, р. 1322]. При этом важной частью этого состояния признаются негативные эмоции, такие как «...печаль, безнадежность, горе, бессмысленность или муки» (там же).

Несмотря на методологическую разрозненность, в качественных и количественных исследованиях ЭО и ЭИ констатируются близость к феноменам потери смысла [18; 20], мысли о смерти [11; 27], потеря идентичности [32; 33], чувство отвергнутости, незначительности и невозможности быть понятым [8; 14; 18; 20]. Это позволяет нам вновь утвердиться во мнении, что исследовательские группы подходят к изучению одного феномена с разных сторон и в разных контекстах.

Таким образом, среди наиболее цитируемых и значимых современных работ можно встретить два термина — экзистенциальное одиночество и экзистенциальная изоляция, которые, на наш взгляд, отражают по сути одно и то же явление.

### **Преодоление экзистенциальной изоляции/ одиночества**

В кросс-культурном качественном исследовании было показано, что китайские и шведские пожилые люди имеют во многом схожий опыт преодоления ЭО [32]. Одним из ключевых аспектов является принятие своей реальности и, в частности, ЭО, а также прекращение борьбы с тем, что находится вне зоны контроля. Важные трансформации касаются самоидентификации, переосмысления того, что является успехом, и обретения нового смысла в жизни. Однако здесь наблюдаются культурные различия. Китайские пожилые люди находят новый смысл в той пользе, которую они могут принести их семьям и обществу. В противоположность этому, шведские пожилые люди обнаруживают новый смысл во взаимодействии с друзьями и обновлении собственного Я [32].

В другом исследовании было продемонстрировано, что взаимодействие с людьми, поддержка и возможность поделиться своим опытом и мудростью способ-

ствуют снижению чувства заброшенности и ЭО. Общение с людьми, разделяющими их страхи, помогает пожилым людям справляться с таким одиночеством. В связи с этим респонденты часто выбирают продолжение жизни в специализированных центрах-сообществах, где организована жизнь для пожилых людей. Однако проживание в таких общинах может также иметь негативный эффект на переживание ЭО, поскольку люди в домах престарелых постоянно сталкиваются со смертью других подопечных [8].

В ряде экспериментальных исследований, проведенных под руководством Э. Пинел, систематически демонстрировалось, что особое переживание I-sharing, которое предполагает ощущение, что человек разделяет момент с другим, способствует снижению переживания ЭИ [35]. Особое значение эти результаты имеют для терапевтических отношений, где преодоление ЭИ у клиента является одной из первоочередных целей работы, поскольку показано, что эффективные терапевтические отношения способны снизить уровень ЭИ [9]. Необходимо создать аутентичные отношения с клиентом, пространство, в котором может возникнуть переживание I-sharing, где клиент сможет почувствовать себя понятым и ощутить свой уникальный опыт как действительно разделенный с терапевтом [35].

Преодоление чувства ЭИ у специфических групп клиентов, например отбывающих наказание в тюрьме, является особенно сложной задачей [37]. Вероятно, с этой задачей можно справиться, обращаясь к «равному консультированию», при котором консультант обладает схожим биографическим опытом. Знание того, что консультант на самом деле способен разделить опыт клиента, говорить с ним на одном языке, может стать основой для преодоления чувства изоляции [37].

Духовные феномены, такие как благоговение и религиозный поиск (quest religiosity), также помогают справиться с чувством ЭИ. Соединение с трансцендентным и чувство необъятности помогают людям ощутить связанность с другими, что способствует снижению ЭИ. Напротив, чувство собственной малости (feel small) может повышать ЭИ [41]. На выборке из Южной Кореи было показано, что медитация снижает уровень переживания ЭИ, что, в свою очередь, опосредует увеличение сострадания, сфокусированного на Других [34].

Высокий уровень религиозного поиска оказался связан с более низким уровнем ЭИ и предсказывал повышение духовного и психологического благополучия. Открытость личности, принятие и религиозная терпимость окружения способствуют снижению переживания ЭИ [6].

### **Ограничения исследований экзистенциальной изоляции/одиночества**

**Выборки.** Американские исследователи преимущественно проводят онлайн-исследования на добровольцах из Интернета или используют студенческую выбор-

ку, что может влиять на информативность заполняемых форм. Шведские исследователи, в свою очередь, фокусируются на пожилых людях, находящихся на пороге смерти, и на людях, осуществляющих уход за ними. Такая выборка является чрезвычайно специфичной и не позволяет полноценно экстраполировать полученные результаты на общую популяцию. Существенным недостатком является отсутствие исследований на клинических расширенных выборках [37].

**Культурная специфичность.** Исследования ЭИ в основном проводились на респондентах из индивидуалистических культур. Первые данные об ЭИ, полученные из коллективистских стран, ставят вопрос о наличии и специфических особенностей проживания ЭИ в незападных обществах [33].

**Методический аппарат.** В американских исследованиях используется один опросник, который измеряет степень выраженности только одной грани ЭИ — ощущения невозможности быть полностью понятым ввиду уникальности субъективного опыта. Методы качественных исследований, напротив, позволяют описать многогранную картину переживания, но такие данные трудно экстраполировать ввиду небольшого размера выборки. Развитие данной области затрудняется отсутствием интеграции результатов исследований, проведенных представителями разных школ [28].

## Выводы

В последние семь лет наблюдается значительный рост исследований экзистенциальной изоляции/одиночества [24; 28]. Эти исследования берут начало в двух академических центрах — в Швеции и США, в которых используются разные методологические подходы. Сопоставление результатов количественных и качественных исследований выявляет множество пересечений. Например, как в качественных, так и в количественных исследованиях демонстрируется схожесть ЭИ с размышлениями о смерти, переживаниями бессмысленности жизни, что соответствует описаниям И. Ялома,

Э. Беккера, Ф. Ницше. Эти результаты позволяют говорить о том, что в разных подходах изучается один и тот же феномен экзистенциальной изоляции.

В рамках данной работы под экзистенциальной изоляцией понимается субъективное переживание человеком принципиальной невозможности быть понятым и тем самым невозможности разделить свой собственный опыт с другими.

Современные зарубежные исследования сосредоточены на негативных последствиях ЭИ, достаточное внимание уделяют причинам ее возникновения. Однако вопрос о позитивных аспектах и последствиях ЭИ, хотя и обсуждается в теоретических работах экзистенциальных психотерапевтов и философов, остается практически вне сферы эмпирической проверки. Необходимым, на наш взгляд, является дальнейшее изучение преодоления переживания ЭИ, поскольку результаты исследований найдут применение в психотерапии и работе с социально угнетенными группами.

Проведенный анализ позволяет заметить: исследователи, придерживающиеся разных методологических традиций, изучая по сути единую реальность, не опираются на работы друг друга. И потому при несомненном вкладе каждого из авторов или коллективов, отсутствие научного диалога между крупными центрами, на наш взгляд, препятствует как экстенсивной, так и качественной разработке знаний об ЭИ/ЭО.

Скандинавский центр изучения ЭО демонстрирует глубокое понимание феномена на качественном уровне, акцентируя внимание на пожилых людях, а американский центр — более обобщенное, количественное представление феномена у молодых людей. Совмещение этих данных позволит лучше понять, как описываемый феномен проявляется на разных возрастных этапах жизни человека и как он проявляется в целом на популяционном уровне. В связи с этим многообещающим направлением является объединение полученных результатов для создания целостной картины переживания ЭИ, а также разработки методологического аппарата, всесторонне охватывающего изучаемый объект.

## Литература

1. Бедрицкая Н.В. Проблема одиночества в философии экзистенциализма (Вызов «пустующего места» Другого) // Философия и социальные науки: научный журнал. 2008. № 3. С. 18—22.
2. Беккер Э. Отрицание смерти / Под ред. А. Ерыкалин. М.: AST Publishers, 2023. 461 с.
3. Ницше Ф. Веселая наука / Пер. с нем. А. Николаева; под ред. Е.В. Мезенцева. М.: Фолио, 2010. 560 с.
4. A phenomenological divide: Reference group consequences for existential isolation / P.J. Helm, T. Jimenez, S. Carter, J. Arndt // Personality and Social Psychology Bulletin. 2024. Vol. 50. № 2. P. 200—214. DOI:10.1177/01461672221127799
5. A prisoner of one's own mind: Identifying and understanding existential isolation / E.C. Pinel, A.E. Long, E.Q. Murdoch, P.J. Helm // Personality and Individual Differences. 2017. Vol. 105. P. 54—63. DOI:10.1016/j.paid.2016.09.024
6. Arrowood R.B., Cox C.R., Swets J.A. Exploring associations between existential isolation, quest religiosity, and well-being // Mental Health, Religion & Culture. 2021. Vol. 24. № 10. P. 1101—1116. DOI:10.1080/13674676.2021.2006167
7. Bolmsjö I., Tengland P.-A., Rämgård M. Existential loneliness: An attempt at an analysis of the concept and the phenomenon // Nursing Ethics. 2019. Vol. 26. № 5. P. 1310—1325. DOI:10.1177/0969733017748480
8. Carr S., Fang C. A gradual separation from the world: A qualitative exploration of existential loneliness in old age // Ageing & Society. 2023. Vol. 43. № 6. P. 1436—1456. DOI:10.1017/S0144686X21001252

9. Connecting and healing: The role of existential isolation in mediating the impact of the therapeutic relationship on Canadian men's mental health outcomes / Q.K. Storey, D. Kealy, Z.E. Seidler, J.L. Oliffe, S.M. Rice, J.S. Ogrodniczuk // *American Journal of Men's Health*. 2022. Vol. 16. № 6. 10 p. DOI:10.1177/15579883221136980
10. COVID-19-related threat, existential isolation, and well-being / K.E. Vail, M. Galgali, D.E. Reed [et al.] // *Clinical Psychologist*. 2023. Vol. 27. № 1. P. 22—34. DOI:10.1080/13284207.2022.2155510
11. Existential isolation and death thought accessibility / P.J. Helm, U. Lifshin, R. Chau, J. Greenberg // *Journal of Research in Personality*. 2019. Vol. 82. Article ID 103845. DOI:10.1016/j.jrp.2019.103845
12. Existential isolation and psychological distress during COVID-19: The role of loneliness and resilient coping in Canadian help-seeking men / P. Sharp, D. Kealy, S.M. Rice, Z.E. Seidler, J.L. Oliffe, J.S. Ogrodniczuk // *Journal of Affective Disorders*. 2023. Vol. 324. P. 279—285. DOI:10.1016/j.jad.2022.12.133
13. Existential isolation and suicide ideation among Chinese college students: a moderated mediation model / C. Zhu, R. Su, F. Huang, Y. Liu // *Journal of Humanistic Psychology*. 2022. 22 p. Preprint. DOI:10.1177/00221678221106916
14. Existential isolation and the struggle for belief validation / A.E. Long, E.C. Pinel, J.R. Daily, A.E. Costello // *British Journal of Social Psychology*. 2022. Vol. 61. № 2. P. 491—509. DOI:10.1111/bjso.12492
15. Existential isolation as a correlate of clinical distress, beliefs about psychotherapy, and experiences with mental health treatment / M.J. Constantino, R.K. Sommer, B.J. Goodwin, A.E. Coyne, E.C. Pinel // *Journal of Psychotherapy Integration*. 2019. Vol. 29. № 4. P. 389—399. DOI:10.1037/int0000172
16. Existential isolation, loneliness, and attachment in young adults / P.J. Helm, T. Jimenez, M. Bultmann, U. Lifshin, J. Greenberg, J. Arndt // *Personality and Individual Differences*. 2020. Vol. 159. Article ID 109890. DOI:10.1016/j.paid.2020.109890
17. Existential isolation, loneliness, depression, and suicide ideation in young adults / P.J. Helm, M.R. Medrano, J.J. Allen, J. Greenberg // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2020. Vol. 39. № 8. P. 641—674. DOI:10.1521/jscp.2020.39.8.641
18. Existential loneliness and meaning-in-life in the lived experience of nursing home residents / H. Larsson, S.M. Saarelainen, M. Sjöberg, J. Dezutter, G. Haugan // *International Journal of Care and Caring*. 2024. P. 1—19. DOI:10.1332/23978821Y2024D000000047
19. Explaining sex differences in existential isolation research / P.J. Helm, L.G. Rothschild, J. Greenberg, A. Croft // *Personality and Individual Differences*. 2018. Vol. 134. P. 283—288. DOI:10.1016/j.paid.2018.06.032
20. Feeling alone in your subjectivity: Introducing the state trait existential isolation model (STEIM) / P.J. Helm, J. Greenberg, Y.C. Park, E.C. Pinel // *Journal of Theoretical Social Psychology*. 2019. Vol. 3. № 3. P. 146—157. DOI:10.1002/jts5.41
21. Feeling out of (existential) place: Existential isolation and nonnormative group membership / E.C. Pinel, P.J. Helm, G.C. Yawger, A.E. Long, L. Scharnetzki // *Group Processes & Intergroup Relations*. 2022. Vol. 25. № 4. P. 990—1010. DOI:10.1177/1368430221999084
22. *Hardin C.D., Higgins E.T.* Shared reality: How social verification made the subjective objective // *Handbook of Motivation and Cognition: Foundations of Social Behavior* / Eds. R.M. Sorrentino, E.T. Higgins. New York: The Guilford Press, 1996. Vol. 3. P. 28—84.
23. *Helm P.J., Chau R.F., Greenberg J.* Existential isolation: Theory, empirical findings, and clinical considerations // *Existential concerns and cognitive-behavioral procedures: An Integrative Approach to Mental Health* / Eds. R.G. Menzies, R.E. Menzies, G.A. Dingle. Cham: Springer, 2022. P. 95—113. DOI:10.1007/978-3-031-06932-1\_6
24. «It's a feeling of complete disconnection»: Experiences of existential loneliness from youth to older adulthood / P.E. McKenna-Plumley, R.N. Turner, K. Yang, J.M. Groarke // *BMC Psychology*. 2023. Vol. 11. № 1. Article ID 408. 14 p. DOI:10.1186/s40359-023-01452-4
25. *Kristeva J.* Strangers to ourselves / Ed. L.S. Roudiez. New York: Columbia University Press, 1991. 230 p.
26. *Kristeva J.* Tales of Love. New York: Columbia University Press, 1989. 414p.
27. *Larsson H., Beck I., Blomqvist K.* Perspectives on existential loneliness. Narrations by older people in different care contexts // *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. 2023. Vol. 18. № 1. Article ID 2184032. 13 p. DOI:10.1080/17482631.2023.2184032
28. Mapping existential loneliness: a scoping review on existential loneliness/isolation conceptualizations and operationalizations / M. Gil Álvarez, G. Haugan, H. Larsson, S.M. Saarelainen, D. Duppen, J. Dezutter // *Journal of Humanistic Psychology*. 2023. 25 p. DOI:10.1177/00221678231193780
29. *May R.* The meaning of anxiety. New York: W.W. Norton & Company, 1977. 425 p.
30. Older migrants' experience of existential loneliness / J. Olofsson, M. Rängård, K. Sjögren-Fors, A.C. Bramhagen // *Nursing Ethics*. 2021. Vol. 28. № 7—8. P. 1183—1193. DOI:10.1177/0969733021994167
31. *Oleskiewicz T., Yawger G.C., Pinel E.C.* Not Drinking and Alone: Alcohol Use and Its Implications for Existential Isolation // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2023. Vol. 42. № 3. P. 267—291. DOI:10.1521/jscp.2023.42.3.267
32. Overcoming existential loneliness: A cross-cultural study / B.P. Chung, J. Olofsson, F.K. Wong, M. Rängård // *BMC Geriatrics*. 2020. Vol. 20. Article ID 347. 12 p. DOI:10.1186/s12877-020-01753-y

33. Park Y.C., Pinel E.C. Existential isolation and cultural orientation // *Personality and Individual Differences*. 2020. Vol. 159. Article ID 109891. 9 p. DOI:10.1016/j.paid.2020.109891
34. Park Y.C., Pinel E.C. The effect of a 7-day intensive Buddhist meditation on existential isolation, interpersonal isolation, and compassion among South Koreans // *Journal of Applied Social Psychology*. 2023. Vol. 53. № 9. P. 877—891. DOI:10.1111/jasp.12974
35. Pinel E.C. Existential isolation and I-sharing: Interpersonal and intergroup implications // *Current Opinion in Psychology*. 2018. Vol. 23. P. 84—87. DOI:10.1016/j.copsyc.2018.01.002
36. Rosedale M. Loneliness: An exploration of meaning // *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*. 2007. Vol. 13. № 4. P. 201—209. DOI:10.1177/1078390307306617
37. Sease T.B., Cox C.R., Knight K. Existential isolation and well-being in justice-involved populations // *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. Article ID 1092313. 6 p. DOI:10.3389/fpsyg.2022.1092313
38. Social media use and perceived social isolation among young adults in the US / B.A. Primack, A. Shensa, J.E. Sidani, E.O. Whaite, L. yi Lin, D. Rosen, J.B. Colditz, A.M. Radovic, E. Miller // *American Journal of Preventive Medicine*. 2017. Vol. 53. № 1. P. 1—8. DOI:10.1016/j.amepre.2017.01.010
39. Spouses' existential loneliness when caring for a frail partner late in life—a hermeneutical approach / H. Larsson, M. Rämgård, C. Kumlien, K. Blomqvist // *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. 2020. Vol. 15. № 1. Article ID 1734166. 10 p. DOI:10.1080/17482631.2020.1734166
40. Stein J.Y., Tuval-Mashiach R. The social construction of loneliness: An integrative conceptualization // *Journal of Constructivist Psychology*. 2015. Vol. 28. № 3. P. 210—227. DOI:10.1080/10720537.2014.911129
41. The impact of awe on existential isolation: Evidence for contrasting pathways / M.E. Edwards, P.J. Helm, S. Pratscher, B.A. Bettencourt, J. Arndt // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2024. Vol. 50. № 5. P. 715—732. DOI:10.1177/01461672221144597
42. Van Tilburg T.G. Emotional, social, and existential loneliness before and during the COVID-19 pandemic: Prevalence and risk factors among Dutch older adults // *The Journals of Gerontology: Series B*. 2022. Vol. 77. № 7. P. e179—e184. DOI:10.1093/geronb/gbab101
43. Van Tilburg T.G. Social, emotional, and existential loneliness: A test of the multidimensional concept // *The Gerontologist*. 2021. Vol. 61. № 7. P. e335—e344. DOI:10.1093/geront/gnaa082
44. World Health Organization. Ageing and Health [Электронный ресурс]. 2024. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health> (дата обращения: 21.11.2024).
45. Yalom I.D. *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books, 1980. 524 p.

## References

1. Bedritskaya N.V. Problema odinchestva v filosofii ekzistentsializma (Vyzov «pustuyushchego mesta» Drugogo) [The problem of loneliness in the philosophy of extensionalism (Challenging the “empty place” of the Other)]. *Filosofiya i sotsial'nye nauki: nauchnyi zhurnal [Philosophy and Social Sciences: Scientific Journal]*, 2008, no. 3, pp. 18—22. (In Russ.).
2. Bekker E. Otritsanie smerti [Death denial]. In Erykalin A. (ed.). Moscow: AST Publishers, 2023. 461 p. (In Russ.).
3. Nitsse F. Veselaya nauka [Fun Science]. In Mezentseva E.V. (ed.). Moscow: Folio, 2010. 560 p. (In Russ.).
4. Helm P.J., Jimenez T., Carter S., Arndt J. A phenomenological divide: Reference group consequences for existential isolation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2024. Vol. 50, no. 2, pp. 200—214. DOI:10.1177/01461672221127799
5. Pinel E.C., Long A.E., Murdoch E.Q., Helm P.J. A prisoner of one's own mind: Identifying and understanding existential isolation. *Personality and Individual Differences*, 2017. Vol. 105, pp. 54—63. DOI:10.1016/j.paid.2016.09.024
6. Arrowood R.B., Cox C.R., Swets J.A. Exploring associations between existential isolation, quest religiosity, and well-being. *Mental Health, Religion & Culture*, 2021. Vol. 24, no. 10, pp. 1101—1116. DOI:10.1080/13674676.2021.2006167
7. Bolmsjö I., Tengland P.-A., Rämgård M. Existential loneliness: An attempt at an analysis of the concept and the phenomenon. *Nursing Ethics*, 2019. Vol. 26, no. 5, pp. 1310—1325. DOI:10.1177/0969733017748480
8. Carr S., Fang C. A gradual separation from the world: A qualitative exploration of existential loneliness in old age. *Ageing & Society*, 2023. Vol. 43, no. 6, pp. 1436—1456. DOI:10.1017/S0144686X21001252
9. Storey Q.K., Kealy D., Seidler Z.E., Oliffe J.L., Rice S.M., Ogrodniczuk J.S. Connecting and healing: The role of existential isolation in mediating the impact of the therapeutic relationship on Canadian men's mental health outcomes. *American Journal of Men's Health*, 2022. Vol. 16, no. 6. 10 p. DOI:10.1177/15579883221136980
10. Vail K.E., Galgali M., Reed D.E. et al. COVID-19-related threat, existential isolation, and well-being. *Clinical Psychologist*, 2023. Vol. 27, no. 1, pp. 22—34. DOI:10.1080/13284207.2022.2155510
11. Helm P.J., Lifshin U., Chau R., Greenberg J. Existential isolation and death thought accessibility. *Journal of Research in Personality*, 2019. Vol. 82, article ID 103845. DOI:10.1016/j.jrp.2019.103845
12. Sharp P., Kealy D., Rice S.M., Seidler Z.E., Oliffe J.L., Ogrodniczuk J.S. Existential isolation and psychological distress during COVID-19: The role of loneliness and resilient coping in Canadian help-seeking men. *Journal of Affective Disorders*, 2023. Vol. 324, pp. 279—285. DOI:10.1016/j.jad.2022.12.133

13. Zhu C., Su R., Huang F., Liu Y. Existential isolation and suicide ideation among Chinese college students: a moderated mediation model. *Journal of Humanistic Psychology*, 2022. 22 p. Preprint. DOI:10.1177/00221678221106916
14. Long A.E., Pinel E.C., Daily J.R., Costello A.E. Existential isolation and the struggle for belief validation. *British Journal of Social Psychology*, 2022. Vol. 61, no. 2, pp. 491—509. DOI:10.1111/bjso.12492
15. Constantino M.J., Sommer R.K., Goodwin B.J., Coyne A.E., Pinel E.C. Existential isolation as a correlate of clinical distress, beliefs about psychotherapy, and experiences with mental health treatment. *Journal of Psychotherapy Integration*, 2019. Vol. 29, no. 4, pp. 389—399. DOI:10.1037/int0000172
16. Helm P.J., Jimenez T., Bultmann M., Lifshin U., Greenberg J., Arndt J. Existential isolation, loneliness, and attachment in young adults. *Personality and Individual Differences*, 2020. Vol. 159, article ID 109890. DOI:10.1016/j.paid.2020.109890
17. Helm P.J., Medrano M.R., Allen J.J., Greenberg J. Existential isolation, loneliness, depression, and suicide ideation in young adults. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2020. Vol. 39, no. 8, pp. 641—674. DOI:10.1521/jscp.2020.39.8.641
18. Larsson H., Saarelainen S.M., Sjöberg M., Dezutter J., Haugan G. Existential loneliness and meaning-in-life in the lived experience of nursing home residents. *International Journal of Care and Caring*, 2024, pp. 1—19. DOI:10.1332/23978821Y2024D000000047
19. Helm P.J., Rothschild L.G., Greenberg J., Croft A. Explaining sex differences in existential isolation research. *Personality and Individual Differences*, 2018. Vol. 134, pp. 283—288. DOI:10.1016/j.paid.2018.06.032
20. Helm P.J., Greenberg J., Park Y.C., Pinel E.C. Feeling alone in your subjectivity: Introducing the state trait existential isolation model (STEIM). *Journal of Theoretical Social Psychology*, 2019. Vol. 3, no. 3, pp. 146—157. DOI:10.1002/jts5.41
21. Pinel E.C., Helm P.J., Yawger G.C., Long A.E., Scharnetzki L. Feeling out of (existential) place: Existential isolation and nonnormative group membership. *Group Processes & Intergroup Relations*, 2022. Vol. 25, no. 4, pp. 990—1010. DOI:10.1177/1368430221999084
22. Hardin C.D., Higgins E.T. Shared reality: How social verification made the subjective objective. In Sorrentino R.M., Higgins E.T. (eds.), *Handbook of Motivation and Cognition: Foundations of Social Behavior*. New York: The Guilford Press, 1996. Vol. 3, pp. 28—84.
23. Helm P.J., Chau R.F., Greenberg J. Existential isolation: Theory, empirical findings, and clinical considerations. In Menzies R.G., Menzies R.E., Dingle G.A. (eds.), *Existential concerns and cognitive-behavioral procedures: An Integrative Approach to Mental Health*. Cham: Springer, 2022, pp. 95—113. DOI:10.1007/978-3-031-06932-1\_6
24. McKenna-Plumley P.E., Turner R.N., Yang K., Groarke J.M. «It's a feeling of complete disconnection»: Experiences of existential loneliness from youth to older adulthood. *BMC Psychology*, 2023. Vol. 11, no. 1, article ID 408. 14 p. DOI:10.1186/s40359-023-01452-4
25. Kristeva J. Strangers to ourselves. In Roudiez L.S. (ed.). New York: Columbia University Press, 1991. 230 p.
26. Kristeva J. Tales of Love. New York: Columbia University Press, 1989. 414p.
27. Larsson H., Beck I., Blomqvist K. Perspectives on existential loneliness. Narrations by older people in different care contexts. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 2023. Vol. 18, no. 1, article ID 2184032. 13 p. DOI:10.1080/17482631.2023.2184032
28. Gil Álvarez M., Haugan G., Larsson H., Saarelainen S.M., Duppen D., Dezutter J. Mapping existential loneliness: a scoping review on existential loneliness/isolation conceptualizations and operationalizations. *Journal of Humanistic Psychology*, 2023, 25 p. DOI:10.1177/00221678231193780
29. May R. The meaning of anxiety. New York: W.W. Norton & Company, 1977. 425 p.
30. Olofsson J., Ränggård M., Sjögren-Forss K., Bramhagen A.C. Older migrants' experience of existential loneliness. *Nursing Ethics*, 2021. Vol. 28, no. 7—8, pp. 1183—1193. DOI:10.1177/0969733021994167
31. Oleskovicz T., Yawger G.C., Pinel E.C. Not Drinking and Alone: Alcohol Use and Its Implications for Existential Isolation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2023. Vol. 42, no. 3, pp. 267—291. DOI:10.1521/jscp.2023.42.3.267
32. Chung B.P., Olofsson J., Wong F.K., Ränggård M. Overcoming existential loneliness: A cross-cultural study. *BMC Geriatrics*, 2020. Vol. 20, article ID 347. 12 p. DOI:10.1186/s12877-020-01753-y
33. Park Y.C., Pinel E.C. Existential isolation and cultural orientation. *Personality and Individual Differences*, 2020. Vol. 159, article ID 109891. 9 p. DOI:10.1016/j.paid.2020.109891
34. Park Y.C., Pinel E.C. The effect of a 7-day intensive Buddhist meditation on existential isolation, interpersonal isolation, and compassion among South Koreans. *Journal of Applied Social Psychology*, 2023. Vol. 53, no. 9, pp. 877—891. DOI:10.1111/jasp.12974
35. Pinel E.C. Existential isolation and I-sharing: Interpersonal and intergroup implications. *Current Opinion in Psychology*, 2018. Vol. 23, pp. 84—87. DOI:10.1016/j.copsyc.2018.01.002
36. Rosedale M. Loneliness: An exploration of meaning. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 2007. Vol. 13, no. 4, pp. 201—209. DOI:10.1177/1078390307306617
37. Sease T.B., Cox C.R., Knight K. Existential isolation and well-being in justice-involved populations. *Frontiers in Psychology*, 2022. Vol. 13, article ID 1092313. 6 p. DOI:10.3389/fpsyg.2022.1092313

38. Primack B.A., Shensa A., Sidani J.E., Whaite E.O., Yi Lin L., Rosen D., Colditz J.B., Radovic A.M., Miller E. Social media use and perceived social isolation among young adults in the US. *American Journal of Preventive Medicine*, 2017. Vol. 53, no. 1, pp. 1—8. DOI:10.1016/j.amepre.2017.01.010
39. Larsson H., Rämgård M., Kumlien C., Blomqvist K. Spouses' existential loneliness when caring for a frail partner late in life—a hermeneutical approach. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 2020. Vol. 15, no. 1, article ID 1734166. 10 p. DOI:10.1080/17482631.2020.1734166
40. Stein J.Y., Tuval-Mashiach R. The social construction of loneliness: An integrative conceptualization. *Journal of Constructivist Psychology*, 2015. Vol. 28, no. 3, pp. 210—227. DOI:10.1080/10720537.2014.911129
41. Edwards M.E., Helm P.J., Pratscher S., Bettencourt B.A., Arndt J. The impact of awe on existential isolation: Evidence for contrasting pathways. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2024. Vol. 50, no. 5, pp. 715—732. DOI:10.1177/01461672221144597
42. Van Tilburg T.G. Emotional, social, and existential loneliness before and during the COVID-19 pandemic: Prevalence and risk factors among Dutch older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*, 2022. Vol. 77, no. 7, pp. e179—e184. DOI:10.1093/geronb/gbab101
43. Van Tilburg T.G. Social, emotional, and existential loneliness: A test of the multidimensional concept. *The Gerontologist*, 2021. Vol. 61, no. 7, pp. e335—e344. DOI:10.1093/geront/gnaa082
44. World Health Organization. Ageing and Health [Electronic resource]. 2024. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health> (Accessed 21.11.2024).
45. Yalom I.D. Existential Psychotherapy. New York: Basic Books, 1980. 524 p.

#### **Информация об авторах**

Аверина Полина Андреевна, аспирант, департамент психологии, факультет социальных наук, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО «НИУ ВШЭ»), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7549-9024>, e-mail: averinahse@gmail.com

#### **Information about the authors**

Polina A. Averina, PhD Student, School of Psychology, Faculty of Social Sciences, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7549-9024>, e-mail: averinahse@gmail.com

Получена 29.06.2024

Received 29.06.2024

Принята в печать 18.11.2024

Accepted 18.11.2024