

Светлана Бирюкова, Дарья Карева, Дарья Стужук, Станислава Амиаринская

ФАКТОРЫ СУБЪЕКТИВНОГО ОДИНОЧЕСТВА МОЛОДЕЖИ, ПОЖИЛЫХ И ЖЕНЩИН С МАЛЕНЬКИМИ ДЕТЬМИ

Статья посвящена анализу факторов субъективного одиночества молодежи, пожилого населения и женщин с маленькими детьми в России. Эмпирическую базу исследования составили данные онлайн-опроса, проведенного в 2023 г. по репрезентативной для интернет-пользователей выборке россиян в возрасте от 20 до 74 лет ($N=6557$). Авторы показывают, что уровень субъективного одиночества статистически значимо выше средних значений среди молодежи и женщин с маленькими детьми, особенно с детьми младше трех лет, и ниже — среди респондентов 60–74 лет. Результаты логистического регрессионного анализа свидетельствуют о различии предикторов одиночества в рассматриваемых группах населения. Для молодежи значимыми оказываются такие личностные характеристики, как доброжелательность и нейротизм, неудовлетворенность жизнью, а также проявления депрессии, тревожности и зависимости от общения. Для пожилых более высокие риски субъективного одиночества связаны с отсутствием партнера, редким общением с друзьями и семьей, а также проживанием в селах и поселках

Светлана Сергеевна Бирюкова — к. э. н., доцент, гл. н. с., Центр комплексных исследований социальной политики, Институт социальной политики, НИУ ВШЭ, Москва, Россия. Электронная почта: sbiryukova@hse.ru

Дарья Евгеньевна Карева — н. с., Центр комплексных исследований социальной политики, Институт социальной политики, НИУ ВШЭ, Москва, Россия. Электронная почта: dkareva@hse.ru

Дарья Андреевна Стужук — мл. н. с., Центр комплексных исследований социальной политики, Институт социальной политики, НИУ ВШЭ, Москва, Россия. Электронная почта: dstuzhuk@hse.ru

Станислава Юрьевна Амшаринская — стажер-исследователь, Центр комплексных исследований социальной политики, Институт социальной политики, НИУ ВШЭ, Москва, Россия. Электронная почта: amsharinka@yandex.ru

городского типа; более низкие — с наличием занятости вне дистанционного формата и регулярной физической активностью. Среди женщин с маленькими детьми субъективное одиночество связано прежде всего с дефицитом социальных контактов вне семьи, отсутствием работы, эмоциональным неблагополучием и субъективно воспринимаемыми ограничениями, связанными с семейными обязанностями. Авторы приходят к выводу о неоднородности механизмов формирования субъективного одиночества и необходимости учета особенностей различных групп населения при разработке мер социальной поддержки и программ, направленных на снижение негативных последствий одиночества.

Ключевые слова: субъективное одиночество, пожилые, молодежь, женщины с маленькими детьми, социальная поддержка

Цитирование: Бирюкова С. С., Карева Д. Е., Стужук Д. А., Амшаринская С. Ю. (2026) Факторы субъективного одиночества среди молодежи, пожилых и женщин с маленькими детьми в России. *Журнал исследований социальной политики*, 24 (2): 243–258.

DOI: 10.17323/727-0634-2026-24-2-243-258

В последние годы субъективное одиночество все чаще рассматривается как одна из значимых социальных и медико-психологических проблем. Некоторые исследователи характеризуют его как поведенческую эпидемию, последствия которой затрагивают не только индивидуальное благополучие, но и социально-экономическое развитие стран (Jeste et al. 2020). По данным глобального опроса *Gallup*, проведенного в 2023 г. в более чем 140 странах, практически каждый четвертый в той или иной степени чувствует себя одиноким (Gallup 2023). Исследования показывают, что одиночество связано с повышенными рисками сердечно-сосудистых заболеваний и психических расстройств (Leigh-Hunt et al. 2017), депрессии и тревоги (Wang et al. 2018) и других неблагоприятных состояний. Его последствия увеличивают нагрузку на сферу здравоохранения и снижают участие населения в трудовой деятельности (Burlina, Rodríguez-Pose 2023).

В научном поле повышенные риски субъективного одиночества нередко связываются с переходом на новый этап жизненного пути и изменением привычной структуры социальных связей. Поэтому особое внимание исследователей привлекают группы населения, чье положение сопровождается трансформацией повседневных практик, круга общения и социальных ролей. Так, изучение одиночества актуально среди пожилых, поскольку с возрастом люди, как правило, проводят больше времени в уединении (напр., Nikitin et al. 2022) и могут становиться более уязвимыми из-за сокращения круга социальных контактов вследствие прекращения трудовой деятельности и ухода из жизни близких (Nyqvist et al. 2016), ухудшения здоровья и снижения мобильности (Courtin, Knapp 2017; Козырева, Смирнов 2020).

Потенциально уязвимой группой являются и женщины с маленькими детьми. Неравномерное распределение бремени ухода между партнерами, дефицит эмоциональной поддержки, сокращение числа социальных связей в первые годы после рождения ребенка, а также несоответствие ожиданий и реальностей материнства могут обуславливать более острое переживание одиночества среди матерей (Kent-Marvick et al. 2022). При этом одиночество матерей сопряжено с более высокими рисками депрессии и негативными последствиями для ментального и физического здоровья, что может отражаться и на благополучии детей (Mandai et al. 2018; Luoma et al. 2019). Одновременно в этой группе актуальна и потребность в уединении: воспитание детей сопряжено со значительными физическими и эмоциональными затратами и потому может усиливать потребность в личном времени вне постоянного взаимодействия с окружающими, уединение может выступать в качестве возможной стратегии совладания со стрессом (Dong et al. 2022; Buchanan et al. 2024).

Наконец, в фокусе исследований находится и молодежь. В подростковом и молодом возрасте люди сталкиваются с необходимостью формирования собственной сети социальных связей и сепарации от родителей (Terpers et al. 2013). Одиночество в этот период приобретает двойственный характер: с одной стороны, время, проведенное вне интенсивного социального взаимодействия, может способствовать самопознанию и формированию автономии (Coplan et al. 2023), с другой — дефицит устойчивых социальных связей и сложности адаптации способны усиливать риски негативного переживания одиночества, последствия которого могут проявляться и на более поздних этапах жизни.

Целью настоящего исследования стала оценка распространенности одиночества молодежи, пожилого населения и женщин с маленькими детьми в России, а также выявление факторов, связанных с его переживанием в этих группах. Особое внимание уделяется женщинам, поскольку в российском контексте эта группа до настоящего времени почти не рассматривалась в исследованиях одиночества. Сопоставление трех групп позволяет проследить, как субъективное одиночество возникает в разных жизненных ситуациях и социальных контекстах, и выявить как общие, так и специфические факторы, связанные с его переживанием.

Теоретические основы исследования факторов одиночества

Специфика исследования одиночества связана с отсутствием единого подхода к его определению в разных дисциплинах и исследовательских контекстах (Perlman, Peplau 1981). При рассмотрении одиночества как субъективного эмоционального состояния оно обычно определяется через дефицит поддержки и близких привязанностей, тогда как при анализе

объективных характеристик внимание уделяется ограниченности социальных контактов и одинокому проживанию (Weiss 1973).

Понимание одиночества носит междисциплинарный характер и рассматривается на стыке социологии и психологии. В литературе выделяются три основных подхода к его объяснению: основанные на социальных потребностях, когнитивных процессах и личностно-поведенческих характеристиках (Marangoni, Ickes 1989). В основе интеракционистского подхода, разработанного Робертом Вайсом, лежит теория привязанности, согласно которой одиночество возникает вследствие неудовлетворенной потребности человека в близких отношениях и социальной поддержке (Weiss 1973). Вайс выделяет эмоциональное и социальное одиночество. Эмоциональное одиночество может быть связано с утратой близкого человека, отсутствием друзей или недостатком неформальной поддержки, тогда как социальное одиночество возникает вследствие изменения социальной среды: потери работы, социальной эксклюзии и других факторов, формирующих чувство исключенности из группы или общества (Weiss 1973; Marangoni, Ickes 1989; Tzouvara et al. 2015).

Этот подход дополняется когнитивными, поведенческими и личностными объяснениями одиночества. В рамках когнитивного подхода значение имеют не только фактические, но и желаемые социальные контакты. Одиночество рассматривается как результат несоответствия между имеющимися и ожидаемыми социальными отношениями (Perlman, Peplau 1981). При этом особенности переживания одиночества связаны с когнитивными процессами и личностными характеристиками, которые влияют на потребность человека в социальных контактах, способность выстраивать отношения и восприятие собственного положения (Perlman, Peplau 1981; Tzouvara et al. 2015; Buecker et al. 2020).

Особое место в исследованиях одиночества занимают личностные черты, рассматриваемые наряду с социально-демографическими и экономическими факторами (см., например, Hutten et al. 2022). Под чертами личности понимаются устойчивые различия в образе мышления, поведении и самоощущении человека (Friedman, Kern 2014). Одной из наиболее распространенных концепций в этой области является пятифакторная модель личности «Большая пятерка», включающая открытость опыту, добросовестность, экстраверсию, доброжелательность и нейротизм (John, Srivastava 1999). Исследования показывают, что с более высокими рисками одиночества чаще связаны низкие экстраверсия и доброжелательность, а также высокий нейротизм (Schutter et al. 2020; Leontiev 2019), тогда как связь одиночества с добросовестностью и открытостью опыту остается неоднозначной.

Данные и методология исследования

Базой для эмпирических оценок в настоящем исследовании стали данные специального онлайн-опроса, проведенного на основе панели

«ВЦИОМ-Онлайн» по заказу НИУ ВШЭ в октябре 2023 г.¹ Выборка обследования включает 6557 респондентов и репрезентирует население РФ в возрасте от 20 до 74 лет, имеющее доступ к сети Интернет, по полу, возрасту, федеральным округам и размеру населенного пункта.

В статье рассматривается субъективное (эмоциональное) одиночество, поскольку именно это состояние связано с последствиями для эмоционального, психического и физического здоровья человека. Исследование направлено на оценку распространенности субъективного одиночества в трех названных ранее группах населения и их сопоставление, а также на выявление факторов одиночества и сравнение их значимости в этих группах.

Для оценки распространенности одиночества мы опираемся на укороченную версию шкалы, предложенной Калифорнийским университетом в Лос-Анджелесе (шкала одиночества UCLA; см., например, Russell 1996; Russell et al. 1978), и рассматриваем три аспекта субъективного одиночества: чувство недостатка общения, чувство покинутости и ощущение изоляции от других людей. Для каждого из этих состояний респонденты указывали частоту переживания: «часто», «иногда», «редко или никогда». Для определения субъективного одиночества используются два подхода. В рамках «мягкого» критерия к субъективно одиноким отнесены респонденты, которые иногда испытывают как минимум два из трех рассматриваемых состояний, либо часто испытывают хотя бы одно из них. «Жесткий» критерий относит к одиноким только тех респондентов, которые часто испытывают хотя бы одно из трех состояний. На основе этих критериев сформированы зависимые переменные для построения двух серий логистических регрессионных моделей, принимающие значения: «1» — субъективно одинокий индивид и «0» — не одинокий.

Альтернативой такому подходу могло бы быть использование прямого вопроса о частоте переживания одиночества, также входящего в укороченную версию шкалы UCLA. Однако мы не прибегаем к нему, поскольку опора на единичный вопрос самоотчета может приводить к занижению оценки распространенности одиночества (Russell et al. 1978).

Регрессионные модели для анализа связи субъективного одиночества с социально-демографическими параметрами и чертами личности оцениваются для трех групп населения: молодежи в возрасте 20–29 лет, лиц старшего возраста 60–74 лет, а также женщин с маленькими детьми дошкольного возраста (0–6 лет), включая отдельную подгруппу женщин с детьми младше трех лет. Выбор возрастных границ детей связан с тем, что три года — возраст, с которого по российскому законодательству гарантируется право на место в детском саду, а семь лет соответствует началу школьного обучения. На каждом из этих этапов у женщин расширяются

¹ База данных «Одиночество в России: исключенность или уединение?». Свидетельство о регистрации РИД № 2024620489; авторы: Д. Е. Карева, О. В. Сиянская, Д. А. Стужук, Ю. В. Хавраева.

возможности занятости и появляются новые социальные контакты, что потенциально может влиять на переживание субъективного одиночества. В дескриптивной части женщины с детьми дополнительно сравниваются с мужчинами, имеющими детей тех же возрастов, что позволяет подтвердить различия по полу и обосновать фокус на этой группе.

В модели включен широкий набор социально-демографических и экономических характеристик респондентов, в том числе возраст (контроль на возраст внутри группы в годах), пол (за исключением моделей для женщин с маленькими детьми), уровень образования, наличие партнера и детей (в моделях для молодежи и старшего поколения), тип населенного пункта, наличие и формат занятости, а также субъективная оценка материального положения. Дополнительно учитывались частота общения с друзьями и родственниками как показатель фактического одиночества, общая удовлетворенность жизнью и наличие регулярной физической нагрузки как характеристика образа жизни. В модели для лиц старшего возраста отдельно контролировалось наличие внуков. Для женщин с маленькими детьми использовалась переменная согласия или несогласия с утверждением о том, что семейные обязанности мешают делать то, что им хотелось бы. Эта переменная позволяет косвенно учитывать отношение к сложившейся жизненной ситуации и может рассматриваться и как прокси-индикатор неудовлетворенности семейной жизнью.

В число независимых переменных включены личностные характеристики: показатели модели «Большой пятерки» — экстраверсия, доброжелательность, добросовестность, нейротизм и открытость опыту, измеренные с помощью краткого опросника (Erlich, Litwin 2019); показатели депрессии и тревожности по шкале PHQ-4 (Kroenke et al. 2009); а также показатели потребности в общении и склонности воспринимать одиночество как ресурсное и позитивное состояние, измеренные с помощью краткого дифференциального опросника переживания одиночества ДОПО–3к (см.: Осин, Леонтьев 2013). Подробное описание использованных шкал и анализ их надежности представлены в одной из предыдущих публикаций авторов (Карева и др. 2024).

Результаты анализа

Полученные оценки показывают, что по «мягкому» критерию к субъективно одиноким можно отнести около четверти россиян в возрасте 20–74 лет (25,5%), а по «жесткому» — 11,4%. При этом уровень субъективного одиночества статистически значимо выше среднего среди молодежи и женщин с маленькими детьми (рис. 1). У женщин уровень субъективного одиночества несколько снижается по мере увеличения возраста ребенка. Среди мужчин с детьми такой зависимости не наблюдается: показатели одиночества в этой группе оказываются ниже средних при использовании «мягкого» критерия и близкими к средним — при использовании «жесткого».

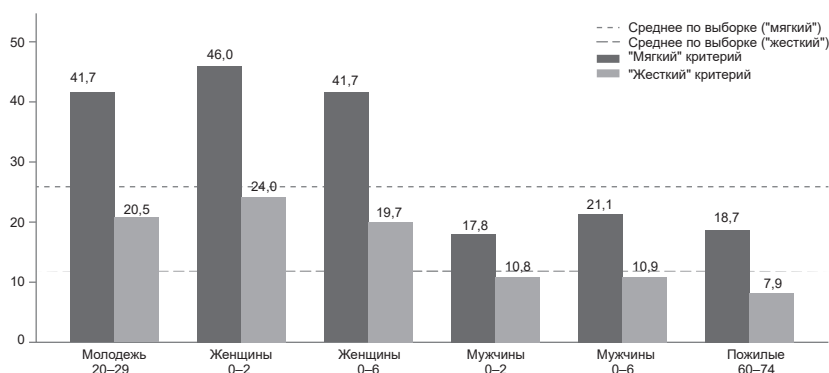


Рис. 1. Распространенность одиночества в анализируемых группах

Среди респондентов старшего возраста доля субъективно одиноких составила 18,7% по «мягкому» критерию и 7,9% по «жесткому», что также ниже средних значений по выборке. Это может быть связано как с адаптацией к новому этапу жизненного пути и более высокой склонностью воспринимать одиночество как позитивное состояние, позволяющее осмыслить жизненный опыт (Глозман и др. 2020), так и с особенностями выборки, не включающей самые старшие возрастные группы, где проблема одиночества может проявляться острее. Тем не менее пожилые респонденты сохраняются в дальнейшем анализе для сопоставления факторов одиночества в разных группах населения.

Результаты регрессионного анализа представлены в электронном приложении (табл. 1). Колонки А соответствуют моделям с «мягким» определением одиночества, а колонки Б — с «жестким». Тестирование различных конфигураций моделей, в том числе с исключением незначимых параметров, показало устойчивость результатов с точки зрения направленности коэффициентов, поэтому далее представлены модели с полным набором регрессоров. В таблице приведены отношения шансов для рассматриваемых групп населения относительно референтных категорий, а также стандартные ошибки для полученных значений.

Примечательно, что возраст, пол и субъективная оценка материального положения не имеют значимой связи с одиночеством ни в одной из групп, где этот эффект тестировался. Субъективное одиночество оказывается связанным с другими факторами.

У молодежи субъективное одиночество связано с личностными характеристиками, прежде всего доброжелательностью и нейротизмом¹, а также эмоциональными состояниями: депрессией, тревожностью, зависимостью от общения и (не)удовлетворенностью жизнью. При этом направление связи между одиночеством и эмоциональными состояниями

¹ Черта личности, связанная с эмоциональной нестабильностью и повышенной тревожностью.

может быть двусторонним: зависимость от общения, как и склонность к депрессии и тревожности, связаны с повышенными рисками одиночества во всех рассматриваемых группах населения.

В старшем возрасте более высокие риски одиночества связаны с проживанием в селах и поселках городского типа, что может быть обусловлено более частыми переездами детей в другие населенные пункты. Кроме того, значимыми факторами оказываются отсутствие партнера, редкое общение с друзьями и семьей. Отсутствие партнера оказывается наиболее значимым фактором. Более низкие шансы субъективного одиночества связаны с занятостью вне дистанционного формата. Кроме того, в старшем поколении снижение вероятности одиночества по «мягкому» критерию связано с регулярной физической нагрузкой. Вероятно, спорт выступает для пожилых не только формой физической активности, но и способом поддержания социальных контактов; такую связь подтверждают и некоторые исследования (Franke et al. 2021). При использовании «жесткого» критерия эта связь исчезает, что может свидетельствовать о меньшей склонности респондентов с выраженным переживанием одиночества включаться в подобные практики. Среди личностных характеристик для пожилых значимыми оказываются экстраверсия, связанная с более низкими рисками одиночества при использовании «мягкого» критерия, а также нейротизм и открытость опыту, связанные с более высокими рисками одиночества. При этом связь с открытостью опыту сохраняется и при переходе к «жесткому» критерию.

Для женщин с маленькими детьми характерно отсутствие значимой связи между партнерским статусом и рисками субъективного одиночества: наличие постоянного партнера или супруга не связано со снижением вероятности одиночества. Не проявляют значимой связи с одиночеством и личностные характеристики. Если для молодежи и пожилых включение черт личности по модели «Большой пятерки» улучшает качество моделей по критериям R^2 и AIC, то для женщин с детьми такого эффекта не наблюдается. В этой группе субъективное одиночество по «мягкому» критерию связано с зависимостью от общения, склонностью к депрессии и тревожности, (не)удовлетворенностью жизнью, отсутствием регулярной физической нагрузки (только при наличии детей до трех лет), субъективно воспринимаемыми ограничениями, связанными с семейными обязанностями, а также отсутствием работы. Для женщин с детьми младше трех лет связь с отсутствием работы проявляется только при использовании «жесткого» критерия одиночества.

Полученные результаты позволяют предположить, что для женщин с маленькими детьми ключевую роль играет дефицит регулярных социальных контактов вне семьи — в том числе связанных с работой и другими формами взаимодействия. Именно ограниченность такого общения, по-видимому, коррелирует с усилением негативных эмоциональных состояний. Среди женщин с детьми самого младшего возраста субъективное одиночество особенно тесно связано с проявлениями депрессии и тревожности.

Обсуждение результатов

Полученные результаты позволяют описать различия в механизмах формирования субъективного одиночества разных групп российского населения, а также обозначить направления дальнейших исследований и потенциально значимые аспекты социальной поддержки. Исследование показывает, что субъективное одиночество может быть характерно для людей разных возрастов и социальных групп, однако факторы, связанные с его переживанием, существенно различаются. Возраст сам по себе не выступает универсальным фактором одиночества, а его влияние во многом определяется жизненным опытом и особенностями социальной ситуации человека. Так, отсутствие партнера связано с более высокими рисками субъективного одиночества как среди молодежи, так и среди представителей старшего поколения, однако для пожилых эта связь оказывается более выраженной, что согласуется с выводами зарубежных исследований (Luhmann, Hawkey 2016). Полученные результаты указывают на необходимость учета специфики разных групп населения при разработке мер социальной поддержки, направленных на снижение негативных последствий одиночества.

Особого внимания заслуживает положение женщин с маленькими детьми. Результаты показывают, что наряду с молодежью именно эта группа характеризуется высокими рисками субъективного одиночества. При этом негативные эмоциональные состояния матерей могут отражаться не только на их собственном благополучии, но и на здоровье и благополучии детей. Тот факт, что родительство связано с более высокими рисками субъективного одиночества матерей, но не отцов, может объясняться тем, что родительская идентичность и связанные с ней социальные ожидания в большей степени проявляются именно у женщин (Simon 1992). Полученные результаты также согласуются с интеракционистским подходом Вайса (Weiss 1973), согласно которому важным триггером одиночества становится изменение социальной среды. В случае женщин с маленькими детьми такое изменение связано с временным выпадением из профессионального и частично дружеского круга общения в первые годы жизни ребенка. Значимость отсутствия занятости и дефицита социальных контактов вне семьи указывает на важность внешних форм взаимодействия для поддержания эмоционального благополучия матерей.

В этом контексте показательно, что программы, направленные на поддержку социальных связей, досуговой, спортивной и культурной активности, преимущественно ориентированы на старшее поколение. Между тем положение женщин с маленькими детьми также требует внимания как со стороны исследователей, так и в рамках сферы социальной поддержки. Речь может идти о развитии условий для частичной занятости, расширении доступной инфраструктуры ухода за детьми, а также создании возможностей для социальных и коммуникативных практик вне семьи. Полученные

результаты показывают и то, что меры, направленные на снижение одиночества, не могут строиться на предположении о единообразии этого состояния и универсальности способов его преодоления. Расширение возможностей коллективного досуга и совместных активностей может отвечать потребностям лишь части одиноких людей.

Значимость личностных характеристик различается между группами населения и снижается при переходе к «жесткому» определению одиночества. Для женщин с маленькими детьми личностные характеристики и вовсе не оказываются значимыми. В то же время отдельные личностные особенности могут быть связаны с различиями в способах включения в социальные практики. Так, экстраверсия связана с более низкими рисками одиночества среди пожилых, и она же может способствовать более активному участию в коллективных мероприятиях и программах, включая практики «Активного долголетия». Напротив, более высокий уровень открытости опыту связан с повышенными рисками одиночества в старшем возрасте. Это может указывать на более высокую чувствительность к качеству социальных взаимодействий и ограниченности доступной социальной среды. Высокий нейротизм, связанный с эмоциональной нестабильностью и тревожностью, ассоциирован с более высокими рисками субъективного одиночества как среди молодежи, так и среди пожилых. Эти результаты указывают на значимость программ поддержки ментального здоровья, профилактики тревожных состояний и развития практик совладания со стрессом.

Ограничением этого исследования стало включение в анализ трех значимо различающихся групп населения, выделенных по разным основаниям — возрасту, полу и наличию детей. Каждая из этих групп требует более детального самостоятельного анализа. Вместе с тем результаты позволяют предположить, что повышенные риски субъективного одиночества могут быть характерны и для других социальных и профессиональных групп, особенности образа жизни которых ограничивают возможности устойчивого социального взаимодействия. Не меньший интерес представляют и группы населения с относительно низкими рисками одиночества, анализ которых может способствовать более глубокому пониманию механизмов формирования и преодоления этого состояния.

Список источников

Глозман Ж. М., Наумова В. А., Мазуркевич А. В. (2020) Особенности переживания и отношения к одиночеству на этапе геронтогенеза. *Сибирский психологический журнал*, (75): 75–96.

Карева Д. Е., Стужук Д. А., Амшаринская С. Ю. (2024) Взаимосвязь одиночества и образа жизни в пожилом возрасте. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, (6): 122–144.

- Козырева П. М., Смирнов А. И. (2020) Особенности возрастной структуры одиночества. *Социологические исследования*, (9): 56–69.
- Осин Е. Н., Леонтьев Д. А. (2013) Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства. *Психология. Журнал высшей школы экономики*, 10 (1): 55–81.
- Buchanan T., McFarlane A., Das A. (2024) Gender Differences in Desired Alone Time among Canadian Parents of Young Children. *Applied Research in Quality of Life*, 19 (1): 1–19.
- Buecker S., Maes M., Denissen J. J., Luhmann M. (2020) Loneliness and the Big Five Personality Traits: A Meta-Analysis. *European Journal of Personality*, 34 (1): 8–28.
- Burlina C., Rodríguez-Pose A. (2023) Alone and Lonely. The Economic Cost of Solitude for Regions in Europe. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 55 (8): 2067–2087.
- Coplan R. J., Weingarten J. P., Bowker J. C., Ooi L. L., Archbell K. (2023) Maternal Beliefs about the Costs and Benefits of Solitude in Childhood and Adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 33 (5): 1–14.
- Courtin E., Knapp M. (2017) Social Isolation, Loneliness and Health in Old Age: A Scoping Review. *Health & Social Care in the Community*, 25 (3): 799–812.
- Dong S., Dong Q., Chen H., Yang S. (2022) Mother's Parenting Stress and Marital Satisfaction during the Parenting Period: Examining the Role of Depression, Solitude, and Time Alone. *Frontiers in Psychology*, (13): 847419.
- Erllich B., Litwin H. (2019) Personality, Age and the Well-Being of Older Europeans. In: A. Borrsch-Supan, J. Bristle, K. Andersen-Ranberg, A. Brugiavini, F. Jusot, H. Litwin, G. Weber (eds.) *Health and Socioeconomic Status over the Life Course: First Results from SHARE Waves*. Berlin/Boston: De Gruyter: 35–41.
- Franke T., Sims-Gould J., Nettlefold L., Ottoni C., McKay H. A. (2021) 'It Makes Me Feel not so Alone': Features of the Choose to Move Physical Activity Intervention that Reduce Loneliness in Older Adults. *BMC Public Health*, 21 (1): 312.
- Friedman H. S., Kern M. L. (2014) Personality, Well-Being, and Health. *Annual Review of Psychology*, 65 (1): 719–42.
- Gallup (2023) *Almost a Quarter of the World Feels Lonely*. Available at: <https://clck.ru/3TeqCa> (accessed 19 November 2024).
- Hutten E., Jongen E., Hajema K., Ruiter R., Hamers F., Bos A. (2022) Risk Factors of Loneliness across the Life Span. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39 (5): 1482–1507.
- Jeste D., Lee E., Cacioppo S. (2020) Battling the Modern Behavioral Epidemic of Loneliness: Suggestions for Research and Interventions. *JAMA Psychiatry*, 77 (6): 553–554.
- John O. P., Srivastava S. (1999) The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives. In: L. A. Pervin, O. P. John (eds.) *Handbook of Personality: Theory and Research*. New York / London: The Guilford Press: 102–138.
- Kent-Marvick J., Simonsen S., Pentecost R., Taylor E., McFarland M.M. (2022) Loneliness in Pregnant and Postpartum People and Parents of Children Aged 5 Years or Younger: A Scoping Review. *Systematic Reviews*, 11 (1): 196.
- Kroenke K., Spitzer R. L., Williams J. B., Löwe B. (2009) An Ultra-Brief Screening Scale for Anxiety and Depression: The PHQ-4. *Psychosomatics*, 50 (6): 613–621.

- Leigh-Hunt N., Baggeley D., Bash K., Turner V., Turnbull S., Valtorta N., Caan W. (2017) An Overview of Systematic Reviews on the Public Health Consequences of Social Isolation and Loneliness. *Public Health*, (152): 157–171.
- Leontiev D. (2019) The Dialectics of Aloneness: Positive vs. Negative Meaning and Differential Assessment. *Counselling Psychology Quarterly*, 32 (3–4): 548–562.
- Luoma I., Korhonen M., Puura K., Salmelin R. K. (2019) Maternal Loneliness: Concurrent and Longitudinal Associations with Depressive Symptoms and Child Adjustment. *Psychology, Health & Medicine*, 24 (6): 667–679.
- Luhmann M., Hawkey L. C. (2016) Age Differences in Loneliness from Late Adolescence to Oldest Old Age. *Developmental Psychology*, 52 (6): 943.
- Mandai M., Kaso M., Takahashi Y., Nakayama T. (2018) Loneliness among Mothers Raising Children under the Age of 3 Years and Predictors with Special Reference to the Use of SNS: A Community-Based Cross-Sectional Study. *BMC Women's Health*, (18): 1–12.
- Marangoni C., Ickes W. (1989) Loneliness: A Theoretical Review with Implications for Measurement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6 (1): 93–128.
- Nikitin J., Rupprecht F. S., Ristl C. (2022) Experiences of Solitude in Adulthood and Old Age: The Role of Autonomy. *International Journal of Behavioral Development*, 46 (6): 510–519.
- Nyqvist F., Victor C. R., Forsman A. K., Cattán M. (2016) The Association between Social Capital and Loneliness in Different Age Groups: A Population-Based Study in Western Finland. *BMC Public Health*, (16): 1–8.
- Perlman D., Peplau L. A. (1981) Toward a Social Psychology of Loneliness. *Personal Relationships*, (3): 31–56.
- Russell D. W. (1996) UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66 (1): 20–40.
- Russell D., Peplau L. A., Ferguson M. L. (1978) Developing a Measure of Loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42 (3): 290–294.
- Schutter N., Koorevaar L., Holwerda T. J., Stek M. L., Dekker J., Comijs H. C. (2020) 'Big Five' Personality Characteristics are Associated with Loneliness but not with Social Network Size in Older Adults, Irrespective of Depression. *International Psychogeriatrics*, 32 (1): 53–63.
- Simon R. W. (1992) Parental Role Strains, Salience of Parental Identity and Gender Differences in Psychological Distress. *Journal of Health and Social Behavior*, 33 (1): 25–35.
- Teppers E., Klimstra T. A., Damme C. V., Luyckx K., Vanhalst J., Goossens L. (2013) Personality Traits, Loneliness, and Attitudes toward Aloneness in Adolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30 (8): 1045–1063.
- Tzouvara V., Papadopoulos C., Randhawa G. (2015) A Narrative Review of the Theoretical Foundations of Loneliness. *British Journal of Community Nursing*, 20 (7): 329–334.
- Wang J., Mann F., Lloyd-Evans B., Ma R., Johnson S. (2018) Associations between Loneliness and Perceived Social Support and Outcomes of Mental Health Problems: A Systematic Review. *BMC Psychiatry*, (18): 156.
- Weiss R. (1973) *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. London: MIT Press.

Svetlana Biryukova, Daria Kareva, Daria Stuzhuk, Stanislava Amsharinskaya

FACTORS ASSOCIATED WITH SUBJECTIVE LONELINESS AMONG YOUNG PEOPLE, OLDER ADULTS, AND WOMEN WITH YOUNG CHILDREN IN RUSSIA

This article examines the factors associated with subjective loneliness among young people, older adults, and women with young children in Russia. The study is based on an online survey conducted in 2023, which used a representative sample of Russians aged 20–74 (N=6557). The authors demonstrate that the level of subjective loneliness is statistically significantly higher than the sample average among young people and women with young children, particularly those with children under the age of three, and lower among 60–74 year olds. Logistic regression analysis reveals that factors associated with loneliness vary across the population groups. Among young people, significant factors include personality traits such as agreeableness and neuroticism, life dissatisfaction, and manifestations of depression, anxiety, and social dependence. Among older adults, a higher risk of subjective loneliness is associated with an absence of a partner, infrequent communication with friends and family, and residence in rural areas or urban-type settlements. Conversely, lower risks are associated with non-remote employment and regular physical activity. Among women with young children, subjective loneliness is primarily associated with a lack of social contacts outside the family, unemployment, emotional distress, and subjectively perceived restrictions related to family responsibilities. The authors conclude that the mechanisms underlying subjective loneliness are heterogeneous, and that social support measures and policies aimed at reducing the negative consequences of loneliness should consider the specific characteristics of different population groups.

Key words: subjective loneliness, older adults, youth, women with young children, social support

Citation: Biryukova S., Kareva D., Stuzhuk D., Amsharinskaya S. (2026) Faktory sub'ektivnogo odinochestva sredi molodezhi, pozhilykh i zhenshchin s malen'kimi det'mi v Rossii [Factors Associated with Subjective Loneliness among Young People, Older Adults, and Women with Young Children in Russia]. *Zhurnal issledovaniy sotsial'noi politiki* [The Journal of Social Policy Studies], 24 (2): 243–258.

Svetlana Biryukova — Cand. Sci. (Econ.), Assoc. Prof., Chief Research Fellow, Centre for Comprehensive Studies of Social Policy, Institute for Social Policy, HSE University, Moscow, Russian Federation. Email: sbiryukova@hse.ru

Daria Kareva — Research Fellow, Centre for Comprehensive Studies of Social Policy, Institute for Social Policy, HSE University, Moscow, Russian Federation. Email: dkareva@hse.ru

Daria Stuzhuk — Junior Research Fellow, Centre for Comprehensive Studies of Social Policy, Institute for Social Policy, HSE University, Moscow, Russian Federation. Email: dstuzhuk@hse.ru

Stanislava Amsharinskaya — Research Intern, Centre for Comprehensive Studies of Social Policy, Institute for Social Policy, HSE University, Moscow, Russian Federation. Email: amsharinka@yandex.ru

DOI: 10.17323/727-0634-2026-24-2-243-258

References

- Buchanan T., McFarlane A., Das A. (2024) Gender Differences in Desired Alone Time among Canadian Parents of Young Children. *Applied Research in Quality of Life*, 19 (1): 1–19.
- Buecker S., Maes M., Denissen J. J., Luhmann M. (2020) Loneliness and the Big Five Personality Traits: A Meta-Analysis. *European Journal of Personality*, 34 (1): 8–28.
- Burlina C., Rodríguez-Pose A. (2023) Alone and Lonely. The Economic Cost of Solitude for Regions in Europe. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 55 (8): 2067–2087.
- Coplan R. J., Weingarten J. P., Bowker J. C., Ooi L. L., Archbell K. (2023) Maternal Beliefs about the Costs and Benefits of Solitude in Childhood and Adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 33 (5): 1–14.
- Courtin E., Knapp M. (2017) Social Isolation, Loneliness and Health in Old Age: A Scoping Review. *Health & Social Care in the Community*, 25 (3): 799–812.
- Dong S., Dong Q., Chen H., Yang S. (2022) Mother's Parenting Stress and Marital Satisfaction during the Parenting Period: Examining the Role of Depression, Solitude, and Time Alone. *Frontiers in Psychology*, (13): 847419.
- Erlich B., Litwin H. (2019) Personality, Age and the Well-Being of Older Europeans. In: A. Borrsch-Supan, J. Bristle, K. Andersen-Ranberg, A. Brugiavini, F. Jusot, H. Litwin, G. Weber (eds.) *Health and Socioeconomic Status over the Life Course: First Results from SHARE Waves*. Berlin/Boston: De Gruyter: 35–41.
- Franke T., Sims-Gould J., Nettlefold L., Ottoni C., McKay H. A. (2021) “It makes me feel not so alone”: features of the Choose to Move physical activity intervention that reduce loneliness in older adults. *BMC Public Health*, 21 (1): 312.
- Friedman H. S., Kern M. L. (2014) Personality, Well-Being, and Health. *Annual Review of Psychology*, 65 (1): 719–42.
- Gallup (2023) *Almost a Quarter of the World Feels Lonely*. Available at: <https://clck.ru/3TeqCa> (accessed 19 November 2024).
- Glozman Z. M., Naumova V. A., Mazurkevich A. V. (2020) Osobennosti perezhivaniya i ot-nosheniya k odinochestvu na etape gerontogeneza [Loneliness and Attitude towards it at the Stage of Gerontogenesis]. *Sibirskiy psikhologicheskii zhurnal* [Siberian Journal of Psychology], (75): 75–96.
- Hutten E., Jongen E., Hajema K., Ruiter R., Hamers F., Bos A. (2022) Risk Factors of Loneliness across the Life Span. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39 (5): 1482–1507.
- Jeste D., Lee E., Cacioppo S. (2020) Battling the Modern Behavioral Epidemic of Loneliness: Suggestions for Research and Interventions. *JAMA Psychiatry*, 77 (6): 553–554.
- John O. P., Srivastava S. (1999) The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives. In: L. A. Pervin, O. P. John (eds.) *Handbook of Personality: Theory and Research*. New York/London: The Guilford Press: 102–138.

- Kareva D. E., Stuzhuk D. A., Amsharinskaya S. Yu. (2024) Vzaimosvyaz' odinochestva i obraza zhizni v pozhilom vovraste [The Relationship between Loneliness and Lifestyle in Old Age]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskoe i sotsial'nye pereмены* [Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes], (6): 122–144.
- Kent-Marvick J., Simonsen S., Pentecost R., Taylor E., McFarland M.M. (2022) Loneliness in Pregnant and Postpartum People and Parents of Children Aged 5 Years or Younger: A Scoping Review. *Systematic Reviews*, 11 (1): 196.
- Kozyreva P. M., Smirnov A. I. (2020) Osobennosti voznrastnoy struktury odinochestva [Loneliness: Age Features] *Sotsiologicheskie issledovaniya* [Sociological Studies], (9): 56–69.
- Kroenke K., Spitzer R. L., Williams J. B., Löwe B. (2009) An Ultra-Brief Screening Scale for Anxiety and Depression: The PHQ-4. *Psychosomatics*, 50 (6): 613–621.
- Leigh-Hunt N., Baggeley D., Bash K., Turner V., Turnbull S., Valtorta N., Caan W. (2017) An Overview of Systematic Reviews on the Public Health Consequences of Social Isolation and Loneliness. *Public Health*, (152): 157–171.
- Leontiev D. (2019) The Dialectics of Aloneness: Positive vs. Negative Meaning and Differential Assessment. *Counselling Psychology Quarterly*, 32 (3–4): 548–562.
- Luoma I., Korhonen M., Puura K., Salmelin R. K. (2019) Maternal Loneliness: Concurrent and Longitudinal Associations with Depressive Symptoms and Child Adjustment. *Psychology, Health & Medicine*, 24 (6): 667–679.
- Luhmann M., Hawkey L. C. (2016) Age Differences in Loneliness from Late Adolescence to Oldest Old Age. *Developmental Psychology*, 52 (6): 943.
- Mandai M., Kaso M., Takahashi Y., Nakayama T. (2018) Loneliness among Mothers Raising Children under the Age of 3 Years and Predictors with Special Reference to the Use of SNS: A Community-Based Cross-Sectional Study. *BMC Women's Health*, (18): 1–12.
- Marangoni C., Ickes W. (1989) Loneliness: A Theoretical Review with Implications for Measurement. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6 (1): 93–128.
- Nikitin J., Rupprecht F. S., Ristl C. (2022) Experiences of Solitude in Adulthood and Old Age: The Role of Autonomy. *International Journal of Behavioral Development*, 46 (6): 510–519.
- Nyqvist F., Victor C. R., Forsman A. K., Cattan M. (2016) The Association between Social Capital and Loneliness in Different Age Groups: A Population-Based Study in Western Finland. *BMC Public Health*, (16): 1–8.
- Osin E. N., Leontiev D. A. (2013) Differentsial'nyy oprosnik perezvivaniya odinochestva: struktura i svoystva [Multidimensional Inventory of Loneliness Experience: Structure and Properties]. *Psikhologiya. Zhurnal vysshey shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher School of Economics], 10 (1): 55–81.
- Perlman D., Peplau L. A. (1981) Toward a Social Psychology of Loneliness. *Personal Relationships*, (3): 31–56.
- Russell D. W. (1996) UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66 (1): 20–40.
- Russell D., Peplau L. A., Ferguson M. L. (1978) Developing a Measure of Loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42 (3): 290–294.

- Schutter N., Koorevaar L., Holwerda T. J., Stek M. L., Dekker J., Comijs H. C. (2020) 'Big Five' Personality Characteristics are Associated with Loneliness but not with Social Network Size in Older Adults, Irrespective of Depression. *International Psychogeriatrics*, 32 (1): 53–63.
- Simon R. W. (1992) Parental Role Strains, Salience of Parental Identity and Gender Differences in Psychological Distress. *Journal of Health and Social Behavior*, 33 (1): 25–35.
- Teppers E., Klimstra T. A., Damme C. V., Luyckx K., Vanhalst J., Goossens L. (2013) Personality Traits, Loneliness, and Attitudes toward Aloneness in Adolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30 (8): 1045–1063.
- Tzouvara V., Papadopoulos C., Randhawa G. (2015) A Narrative Review of the Theoretical Foundations of Loneliness. *British Journal of Community Nursing*, 20 (7): 329–334.
- Wang J., Mann F., Lloyd-Evans B., Ma R., Johnson S. (2018) Associations between Loneliness and Perceived Social Support and Outcomes of Mental Health Problems: A Systematic Review. *BMC Psychiatry*, (18): 156.
- Weiss R. (1973) *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. London: MIT Press.