
Марина Елютина, Ольга Трофимова

ОДИНОКОЕ ПРОЖИВАНИЕ И ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА В ПОЗДНЕМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассматривается смысловая локализация одиночества в пространстве повседневности пожилого человека. В исследовательском фокусе – причины одиночества и его социальные проекции в опыте переживания пожилых людей, живущих отдельно от родных и близких, а также механизмы регулирования состояния одиночества, запускающие процессы защиты и самосохранения. Показано, что факт отдельного проживания оценивается по-разному: пожилые люди отмечают как положительные, так и отрицательные моменты, не связывая с ним опыт переживания одиночества. Названы факторы, инициирующие этот опыт: финансовая несостоятельность, усиление тревожности в отношении здоровья, наличие дефицита заботы на институциональном уровне. В качестве средств и процедур переживания состояния одиночества описаны: романтические воспоминания, наличие «точки отсчета», необходимой для обозначения момента диагностики текущего события, религиозные убеждения, увлечения, хобби, практики компаньонских отношений. Авторы акцентируют внимание на представлениях и переживаниях пожилых людей, которые по своему содержанию могут быть как ретранслирующими, постоянно воспроизводящими сюжеты одиночества, подпитывающимися образами памяти, так и рефлексивными, отсылающими к индивидуальному социокультурному опыту с долей самоиронии. В первом случае человек описывает свое состояние как обиду на «несправедливость» жизни, чувствует себя одиноким независимо от того, есть ли у него семья, работает ли он, здоров или болен,

Марина Эдуардовна Елютина – д. с. н., зав. кафедрой социологии социальной работы Саратовского государственного университета им. Н. Г. Чернышевского, Саратов, Россия. Электронная почта: elutina133@mail.ru

Ольга Александровна Трофимова – аспирантка кафедры социологии социальной работы Саратовского государственного университета им. Н. Г. Чернышевского, Саратов, Россия. Электронная почта: trofimova2006@mail.ru

беден или богат. Во втором случае пожилой человек рассказывает персональную историю, находя в воспоминаниях точки опоры, позволяющие устранить чувство одиночества. Выделение зон напряженности в представлениях и переживаниях пожилых людей может внести вклад в развитие актуальных дискуссий вокруг практик социальной помощи и поддержки представителей геронтологической группы. Статья основана на результатах социологического исследования, посвященного изучению одиночества в позднем возрасте.

Ключевые слова: одиночество, поздний возраст, инклюзивная среда, защита, самосохранение

DOI: 10.17323/1727-0634-2017-15-1-37-50

В рамках западной традиции исследований пожилого возраста накоплен богатый опыт анализа возможных негативных переживаний одиночества, их влияния на повседневные практики самих пожилых людей и членов их окружения. Разрабатываются программы социально-психологической поддержки, оказывается помощь для укрепления связей пожилого человека с родственниками. Современные направления исследования одиночества за рубежом, связанные с конструированием новых мировоззренческих позиций в отношении старости, старения, проанализированы Дмитрием Рогозиным (Рогозин 2013). Эрик Кляйненберг исследует социальный феномен одинокого проживания молодых профессионалов, разведенных мужчин и женщин, пожилых людей, а также причины его распространения в ряде развитых стран, выделяет мотивационные и поведенческие особенности, присущие большинству одиночек. Автор приходит к выводу: позитивные интерпретации жизни соло актуальны главным образом для представителей молодого и среднего возрастов. Трудности одинокой старости переформатируют отношение к одиночеству, так как оно может иметь серьезные, порой даже трагические последствия (Кляйненберг 2014).

В отечественной научной дискуссии социологические аспекты одиночества разрабатываются, главным образом, в рамках социокультурного анализа одиночества (Покровский, Иванченко 2008; Рашидова 2012), изучения модусов автономизации личности (Журавлев, Тхостов 2002; Леонтьев 2011), одиночества в контексте развития информационно-коммуникативной среды (Корытникова 2007), особенностей переживания чувства одиночества в возрастном и гендерном аспектах (Гольман 2008; Пьянкова 2012) и др. Проблемы одиночества в контексте объединения и разъединения людей проецируются, как правило, на представителей геронтологической группы в виде фрагментарных исследований поведенческих паттернов, соответствующих практикам заботы, дискурсу религиозности, нагрузкам внутри семьи (Левина 2001; Максимова 2002; Прохорова 2007).

Не до конца отрефлексированы механизмы внутреннего напряжения, смысловое содержание и социальные проекции одиночества в опыте пожилых

людей. В чем специфика опыта переживания одиночества пожилыми? Ответ на этот вопрос представляется определяющим для разработки модели социальной помощи и поддержки представителям данной группы. Феноменологический ракурс исследования одиночества дает возможность рассматривать его как событие, имеющее определенные смыслы и экспозиции в повседневной жизни отдельных проживающих пожилых людей.

В статье представлены новые содержательные моменты как опыта состояния одиночества, так и эмоциональных реакций на него, затем раскрыты обоснования переживания одиночества пожилыми людьми и, наконец, механизмы преодоления одиночества. Эмпирическую базу составили интервью с пожилыми людьми, собранные авторами в Саратове в 2014–2015 гг. Было проведено 31 глубинное интервью (20 женщин и 11 мужчин). Критериями выборки служили: возраст (60 лет и старше) и форма проживания (отдельное проживание). Количество респондентов обусловлено насыщением кодировочных категорий. Все интервью проводились по месту жительства респондентов.

Содержание одиночества в представлениях пожилых людей

Исследователи одиночества отмечают отсутствие понятийного единства, разночтения и расхождения в его трактовках (Тихонов 2006; Шмелев 2007; Покровский, Иванченко 2008; Михайлова 2013). По мнению Галины Колесниковой, при анализе феномена одиночества происходит соединение по меньшей мере трех близких, но не тождественных понятий: (1) субъективно переживаемое личностью психологическое состояние; (2) стиль жизни как результат сознательного выбора; (3) изоляция как сокращение или прекращение контактов, преимущественно из-за не зависящих от воли индивида причин (Колесникова 2015).

При всем разнообразии определений одиночества можно, на наш взгляд, выделить его общие структурные компоненты: поведенческий (действие разъединения) и эмоциональный. Речь идет о таком порядке повседневной жизни, который утверждается действием разъединения, результатом чего является актуализация различия «востребованности / невостребованности», и эмоциональной реакции на него. Причем, действие разъединения, лежащее в основе одиночества, не исключает совместности («одиночество в толпе»). Терминологически одиночество означает не только негативный, но и позитивный феномен, конституирующий способ понимания и истолкования собственного жизненного опыта, в соответствии с которым человек выстраивает повседневность. Имеет место и разная модальность действия разъединения: осмысленное предпочтение или вынужденная актуальность. Содержательным наполнением понятия одиночества является структурная сопряженность действия разъединения и эмоциональной реакции на него.

В данном исследовании возрастной контекст проблемы привнес особые смыслы в семантическое поле переживания одиночества, что проявляется в следующих моментах. Во-первых, одиночество рассматривается как отсутствие определенного уровня взаимодействия, который предполагает *«чувство локтя»*, *«эмоционально значимые отношения»*, а также обмен ресурсами заботы. Разъединение, с точки зрения наших респондентов, означает нарушение контакта со значимыми другими (близкими людьми: родственниками, друзьями, соратниками, единомышленниками), опасность лишения необходимой в этом возрасте опоры, поддержки и заботы. Во-вторых, осознание одиночества сопряжено с мыслями о смерти. Информанты подчеркивали, что мысли о *«короткой жизни человека, которая всегда и у всех заканчивается одинаково – одиночеством в могиле»* нередко сопровождаются изменением жизненных приоритетов: *«то, что воспринимали ранее как близкое и родное, становится бесконечно далеким, обесценивается»*. В-третьих, эмоциональным режимом одиночества является страдание, включающее целый спектр эмоций: *«ощущение оторванности»*, *«изолированности»*, *«покинутости»*, *«ненужности»*, *«угрозы»*, *«отсутствия заботы»*, *«неадекватности»*, *«неполноценности»*. Страдание переживается как психологическая боль и дискомфорт, как *«состояние душевной тяжести»*.

Результаты нашего исследования демонстрируют стремление пожилых людей проживать отдельно от родных и близких, сохраняя независимость и самостоятельность до последней возможности. Кляйненберг, анализируя данную тенденцию (Кляйненберг 2014), назвал наше время *«временем одиночек»*. Одиночество как объективный факт нахождения человека в отдельности, в данном случае как факт отдельного проживания, сам по себе оценивается информантами с точки зрения и позитивных, и негативных моментов:

Я живу одна. Сын с семьей живет в другом городе. Мне нравится, что не надо подстраиваться под чье-то настроение. Я сама себе хозяйка, когда захотела, тогда и встала, захотела – прилегла. У меня часто повышается давление, я все бросаю, ложусь и отдыхаю. А, если живешь вместе с молодежью, скажут, что притворяется. В каждом возрасте свои заботы, свои болячки, свой ритм жизни (жен., 71 год).

Объясняя свою точку зрения о преимуществах отдельного от детей и родственников проживания, респонденты прибегали к следующей аргументации: *«они навешивают свои заботы»*, *«заботиться о внуках надо, но не каждый день, здоровья не хватает»*, *«не хочу конфликтов по пустякам»*, *«у нас разные вкусы и привычки»*. Пожилые люди указали и на мобилизационную функцию отдельного проживания: *«надо держать себя в боевой готовности»*, *«не расслабляться, не погружаться в свои недомогания и болезни»*, *«не нюнить, вставать, иногда и через силу, и идти дальше»*. Одинокое проживание дает возможность временного уединения, можно *«взять паузу»* во взаимоотношениях с близкими людьми, рассмо-

треть контекст собственной жизни более широко, чем «здесь и теперь» под влиянием сильных эмоций.

Респонденты отмечали, что хотели бы жить в одиночестве как можно дольше, но в то же время оно их пугает. Главный источник их тревоги – это отказ от заботы при возрастании потребности в ней. Повторяющейся темой стало указание на недостающее ощущение смягчения жизненных обстоятельств и полноты, целостности жизни в присутствии другого человека:

Помимо постоянного вопроса, кому я буду нужна, если слягу, кто мне поможет (у детей и родных своих забот полон рот), у меня есть ощущение, что те, кто живет отдельно, как я, живут как бы вполсилы, потому что они сосредоточены, главным образом, на себе (жен., 71 год).

Сам факт отдельного проживания по-разному оценивается, однако есть различие между состояниями, *«когда ты просто один, и другим – когда тебя не видят, игнорируют, не замечают твоего существования, поэтому рядом должен быть кто-то, кому ты не безразличен»*. Таким образом, одиночество, по мнению респондентов, это состояние, когда при наличии права на суверенность и автономность жизненного пространства пожилой человек превращается в изгоя, испытывающего материальный и психологический дискомфорт. Одиночество осознается и переживается как непонимание и безразличие со стороны окружающих.

Основополагающие причины переживания одиночества

Наши респонденты назвали следующие причины переживания одиночества. Во-первых, пространственная удаленность от близких людей. Информанты отметили тот факт, что, несмотря на установленный постоянный контакт с родными и близкими по интернету или телефону, страдания, связанные с одиночеством, не исчезают. С нашей точки зрения, в этом возрасте включается особый режим ожидания возможных событий, которые сопровождают этот возрастной период (болезни, беспомощность), предполагающий в качестве терапевтического действия наличие физической близости значимых других. Следует отметить и нечувствительность городской среды к потребностям пожилых людей, что снижает их мобильность, тем самым усиливая ощущение одиночества:

У меня сын с семьей живет на противоположном конце города. Машины ни у кого нет. Тяжело стало добираться на общественном транспорте. Едешь, едешь... пробки, душно, ухабы, рытвины. Я после такой поездки месяц в себя прихожу (жен., 72 года).

Во-вторых, в качестве причины переживания одиночества информанты назвали утрату или недостаток связи с другой конкретной, единственной и неповторимой личностью (близкий родственник, друг, любимый). Пожилые

люди говорят об образующихся пустотах: *«уходят близкие, друзья, коллеги, мир пустеет»*. Нередко потеря может вызвать эффект домино, привести к череде новых потерь, вызывая ощущение, что *«мир вокруг рушится»*. Один из информантов следующим образом прокомментировал это состояние:

За эти годы ушли из жизни самые близкие мне люди. Многие из них уходили из жизни подолгу и трудно. Уход каждого из них оживлял во мне прошлый опыт встреч со смертью родных, друзей, учителей. Впрочем, этот процесс продолжается (муж., 75 лет).

Проявляется и иная тревожность, суть которой заключается в том, что с уменьшением числа очевидцев становится *«все меньше доказательств собственной жизни, а потому и меньше уверенности в том, кто ты есть и кем был»*. Лишь у немногих есть документальные материалы (дневники, звукозаписи, фотоматериалы). Но и они могут фиксировать те события, образы, которые не способствуют душевному комфорту. Возникает основательная дезориентация в окружающем мире, когда человек знает, что событие имело место, но обнаруживает, что не может доказать это другим. Воспоминания, утратившие связь с контекстом, подпитывают ощущения одиночества в окружающем пространстве безразличия:

В последнее время я все чаще чувствую себя одинокой не в плане физическом, нет, у меня и дети, и внуки, и отношения у нас хорошие... Все, что мне дорого, все образы людей из детства, юности, какие-то важные события из жизни – о них знаю только я. Когда я что-то вспоминаю, мне говорят: «Ну, ты преувеличиваешь» или «ошибки памяти». Вся жизнь получается какой-то несвязанной (жен., 79 лет).

В повседневной жизни ощущается нехватка доксы. Пьер Бурдьё использовал термин *doxa* для обозначения того, что принимается обществом на веру (Бурдьё 1996). В данном случае речь идет о неких стандартных убеждениях, поколенческих установках, общих смысловых «фильтрах» восприятия, определяющих сферу очевидностей, делающих живое общение прозрачным. Нередко взаимодействия пожилого человека с представителями другого поколения представляют проблемный контекст, требуют дополнительных усилий, которые в свою очередь, не всегда венчаются успехом (Елютина, Исаева 2012):

Наша молодежь тяготится необходимостью терпеть причуды стариков. У них свой мир. И для многих из них в этом мире места для пожилых нет. Прошлое уходит, родные и близкие умирают, а мы далеки друг от друга (муж., 67 лет).

Отсутствие значимых взаимодействий информанты связывают также и с конфликтами, ссорами с представителями ближайшего окружения, когда пожилым людям сознательно объявляется бойкот и используют различные «практики пристыживания». Это имеет место, когда некоторые стремления пожилого человека интерпретируются как «блажь», создающая неудобства

для родных и близких, кооперативные внутрисемейные взаимодействия превращаются в демонстрацию отношений власти и подчинения, а от пожилого человека требуют молчаливого согласия со специально определенными жизненными правилами в обмен на предоставление помощи.

В-третьих, причиной переживания чувства одиночества выступают режимы внутреннего разлада пожилого человека с самим собой, что проявляется в следующих моментах.

Ощущение нехватки ресурсов может привести к тому, что человек отказывается или существенно сокращает коммуникативные связи с другими. Специфически российская ситуация проявляется в том, что переживание одиночества как правило связано со значительными экономическими трудностями, с резким падением качества жизни в связи с выходом на пенсию. Нарастание конкуренции и акцентирование ценности финансового успеха накрепко связывают понятия «малообеспеченные» и «одинокие» применительно к людям пожилого возраста. Например, мизерный размер пенсии заставляет отказываться от социальных контактов:

Я стала неинтересной для других. И с финансовой точки зрения. Раньше у нас дверь в дом не закрывалась. Кто приходит, обязательно надо угостить. Напеку пирогов, блинов, обязательно – разносолов, посидим, поговорим душевно... А сейчас – от пенсии к пенсии – не дотягиваю (жен., 67 лет).

При оценке безвыходности ситуации в преодолении материальных лишений постепенно происходит свертывание «внутренних» ресурсов и потребностей. Осознание утраты привычного социального круга, разрыва социальных сетей усугубляет положение, усиливает ощущение одиночества, ненужности. Это и есть композиционная структура повседневности пожилого человека, определяющая последующие практики в преодолении жизненных проблем.

Противоречие между осмысленным предпочтением, базирующемся на нежелании интервенции во внутреннее пространство жизни, и боязни остаться без помощи и поддержки. Мы столкнулись с опасением пожилых людей стать обузой для детей, помехой в личной жизни:

Я не хочу, чтобы моя дочь повторила судьбу одной нашей знакомой. Та так и не смогла уйти от родителей и начать самостоятельную жизнь. Конечно, ее мама сыграла не последнюю роль. За Юлей, когда она была еще молоденькой девушкой, многие парни ухаживали, приглашали на свидание, но ее мама всегда находила какие-то дефекты: один лысый, другой маленький ростом... В итоге осталась одна, ей уже 58 лет (жен., 62 года).

Пожилые люди сталкиваются с множественными напряжениями, связанными с противоречием: с одной стороны, возрастают потребности в заботе, с другой – семейные и межличностные ресурсы становятся ограниченными, что усугубляется как недостатком публичной заботы, так и дефицитом доверия к социальным институтам. Часть заботы становится

профессиональной и коммерциализированной. Это та забота, которую можно купить и продать, которую осуществляют профессионалы сферы услуг, домработницы, няни, сиделки. Помимо своей финансовой ограниченности, дефицита домашнего сервиса, пожилые люди указывают на тот факт, что неформальный труд не содержит гарантий на предоставление им качественных услуг и может приводить к культурно и структурно обусловленным конфликтам.

Одиночество как «бегство» (физическое, виртуальное) от реального, повседневного мира в мир, главным образом, воспоминаний. В этом случае речь идет о концентрации внимания на собственных переживаниях, когда окружающий социальный мир воспринимается как мир отчуждения и «функций», что иллюстрируется следующим высказыванием:

Я не был безразличным, интересовался и интересуюсь новостями, международными отношениями. Но сейчас у меня нет доверия к средствам массовой коммуникации, везде одно вранье. Я и из дому выхожу только когда надо продукты купить. Кругом мусор, люди с недобрый взглядом... Поэтому я читаю, в основном перечитываю классику, старые журналы. У меня сохранилась подборка журнала «Наука и жизнь». Отличный был журнал, читали всей семьей (муж., 76 лет).

Переживание одиночества может быть ситуативно и в этом случае нередко связано с праздничным временем. Праздник как контраст повседневной жизни имеет неформализуемое ценностное ядро, выступающее критерием гармоничности межличностных отношений. Праздничное событие может связать родных и близких людей в единый смысловой контекст, синхронизировать их мысли и чувства. Поэтому праздничное событие выступает «барометром» отношения со значимыми другими. Это событие является проблемным для людей с ограниченным кругом общения. В этом случае имеет место потеря сущности ценностного единения с родными и близкими людьми в пространстве праздника. К примеру, респондент так описывает изменение своего восприятия праздника:

В молодости я всегда ждала праздников. Очень любила день своего рождения: подарки, внимание, сладости, вокруг дорогие тебе люди. Казалось, что весь мир весел, доброжелателен. Вот эта атмосфера счастья простиралась над головой. Сейчас нет принципиальной разницы между буднями и праздниками. Более того, именно в праздники ощущаешь себя маленькой, никому не нужной. Просто кожей чувствуешь, что жизнь твоя движется под откос (жен., 74 года).

Праздник становится поводом особенно остро почувствовать свое одиночество и нереализованность.

Одиночество может выступать в качестве расплаты за «неудачную» реализацию биографических проектов, за собственную несостоятельность (неудавшиеся планы, пагубные привычки, необоснованные претензии). Как пример можно привести следующую выдержку из интервью:

Вы не думайте, что я всегда был таким... В прошлом у меня все было и работа, и семья, и дом, как положено. Сейчас – да, я – никому ненужный, опустившийся тип. Умру где-нибудь под забором, и поделом. Пьяница я горький (муж., 64 года).

Нередко возникает ситуация, когда человек сравнивает себя и свою жизнь с каким-либо образцом или эталоном, осознавая при этом упущенные возможности. В результате человек лишается оснований для позитивной самооценки и оценки своей жизни. В данном случае одиночество представляет цену, которую надо платить за неблагоприятные поступки.

Механизмы преодоления одиночества

Помимо причин одиночества, нас интересовал вопрос о механизмах регуляции состояния одиночества, «запускающих» процессы защиты и самосохранения: на что человек опирается для преодоления чувства одиночества, на какие события, энергетически подпитывающие его и создающие смысловые жизненные зацепки. Наше исследование позволило выделить следующие механизмы.

Во-первых, автобиографические воспоминания, к которым человек обращается в сложные моменты своей жизни. Они могут быть как реставрирующими, в том числе воспроизводящими сюжеты одиночества, так и рефлексирующими, отсылающими к индивидуальному социокультурному опыту. И в том, и в другом случаях работают одни и те же механизмы и символы, но при этом генерируемые повествования различаются. В одном случае человек чувствует себя тотально одиноким, в другом – находит в образах воспоминаний точки опоры, позволяющие устранить чувство одиночества. Особую значимость для его преодоления имеют романтические воспоминания, связанные с любовной или супружеской привязанностями: истории знакомства, ухаживания, совместные прогулки, путешествия. Воспоминания обращены к автобиографической памяти, к чувственным экстатическим моментам и связанным с ними надеждам на интенсификацию собственной жизни, выхода из сиюминутности к более *«радостному, адекватному»* миру. Важную роль играют и артефакты прошлого, *«вещи семейной памяти»*, в которых *«память кристаллизуется и находит свое убежище»*: семейные портреты, альбомы, изображения детей, документы. Такого рода артефакты для пожилого человека выступают как фрагменты *«потерянного рая»*. Манипулируя вещами, пожилые люди преодолевают ситуацию *«событийного дефицита»*, а нередко и эмоциональную пустоту, образовавшуюся в результате эксплуататорского подхода к личным взаимоотношениям со стороны членов семьи.

Во-вторых, преодолеть чувство одиночества помогает сравнение актуальной ситуации с соизмеримым по своей значимости событием, когда человек проходит последнюю точку отчаяния (болезнь, потери,

катастрофы). Наличие такой «точки отсчета» обозначает момент диагностики текущего события. В результате формируется специфическая установка, отличительной особенностью которой является поддержание и утверждение собственных сил, вечный проект, выход за собственные пределы. Эта установка реализуется в рассуждениях по типу: *«если я с этим справился, то для меня нет непреодолимых препятствий»*.

В-третьих, обращение к религии. Немало среди тех, кому за 60, кто воспитан в нерелигиозной среде, но лояльно относится к вере и церкви. По мнению пожилых людей, вера *«позволяет более спокойно относиться к жизненным трудностям, к потерям, к боли, она дает надежду»*.

В-четвертых, увлечения, хобби способствуют разрешению множества мелких проблем, поднимают над обыденностью, приводя в соприкосновение с интересными объектами. Тем самым удается нарушить герметичность и замкнутость на собственных переживаниях:

Я уже тридцать лет коллекционирую модели автомобилей. У меня много знакомых, кто разделяет мое увлечение. Это люди разного возраста, профессий. Мы встречаемся чаще всего в кафе, где и отдыхаем, и обмениваемся мнениями. Я надолго получаю заряд бодрости и энергии и уже не чувствую себя покинутым и одиноким (муж., 69 лет).

По мнению наших респондентов, *«люди увлеченные демонстрируют все признаки того, что находятся в весьма добром здравии»*. Участие в осмысленных занятиях, способствующих росту и развитию личности, помогает разорвать замкнутый круг одиночества.

В-пятых, компаньонские отношения, выполняющие функцию замещения нарушенных связей. Нередко именно компаньонство рассматривается как естественный выход из сложных жизненных ситуаций:

Я никогда не была замужем, у меня нет семьи. Все родные умерли. Я очень активный по жизни человек. Такой «вожак», всегда впереди: и общественной деятельностью занималась, и спортом. Сейчас мне 65 лет, страдаю тяжелой формой диабета. Все реже и реже звонят друзья... У меня одноклассница, [у нее] квартира маленькая, народу много. И вот с ее дочерью мы стали компаньонами. Она переехала ко мне. Мы ладим, конфликты, конечно, случаются, но мы не сердимся долго (жен., 65 лет).

Выстраивая взаимодействие, люди договариваются об использовании своих ресурсов. В этом случае формируется особый вид отношений взаимозависимости, предполагающих открытость и доверие, включающих набор социальных действий и репертуар практик заботы, который в каждом конкретном случае может иметь особую конфигурацию различных предписаний и правил. Информантка так обосновывает свой выбор:

Нельзя в таком возрасте жить одной, случись что – даже скорую вызвать некому. Кстати, до революции институт компаньонства был весьма популярен. Хочу пригласить одинокую подругу к себе, а ее квартиру

сдавать и иметь прибавку к пенсии для повышения качества жизни обеих (жен., 67 лет).

Это осознанный курс действий, направленный от фрагментированного, рутинного существования к реализации потребности в заботливой коммуникации, способной противостоять острому переживанию одиночества.

Заключение

Содержание феномена одиночества включает сложный лабиринт смыслов со множеством уровней условности. Для одиночества существуют как стимулы, так и ограничения, которыми определяется многообразие мотивов и опыта представителей разных возрастных групп. При этом повторяющимися темами являются поиск людьми более благоприятных возможностей и их личные устремления. Можно предположить, что возраст (опыт) влияет на субъективное восприятие событий повседневной жизни, проблематизируя тем самым процесс адаптации к меняющимся условиям жизни. При сокращении спектра возможностей планирования своей биографии, самостоятельного определения времени и условий наступления различных событий повседневной жизни пожилой человек вынужден согласовывать свои планы с другими людьми и нередко сталкивается с отказом в кооперации.

Переживание одиночества связывается, как правило, не с выражением выбора, а с принуждением, которое может быть достаточно жестким. Оно представляет собой болезненное разъединение со значимыми другими, почти всегда сопряжено с самоограничениями и неопределенностью. По-разному оценивая отдельное проживание, информанты выразили опасение по поводу того, что оно может превратиться в барьерную среду. В качестве причин было отмечено ограниченность средств к существованию и воспроизводству привычной повседневности, а также дефицит заботы на институциональном уровне.

Локальная сцена жизни пожилых людей характеризуется финансовыми затруднениями и усилением ожиданий болезненных изменений, которые, по мнению наших респондентов, неизбежны в позднем возрасте, являются *«как бы ответом на разрушающее действие времени»* и затрудняют (или делают невозможным) решение проблем собственными силами. Старость и сопутствующие ей зависимости не фиксируются, а разворачиваются, поэтому нужны постоянные усилия для *«собственной пересборки, чтобы быть в рабочем состоянии»*. Пожилые люди начинают «сканировать» отношения на предмет возможных реакций заботы в первую очередь на индивидуальном уровне (на уровне родственных, компаньонских связей), так как не уверены в стабильности своего положения, сохранении контроля над своей жизнью.

С возрастом происходит возрастание потребности в социальных услугах, проблематизируется качество такой помощи, что влечет изменение конфигурации разделения заботы между семьей и обществом с учетом

возраста и состояния здоровья пожилых в контексте межпоколенческих отношений. Значимость суверенного жизненного пространства в пожилом возрасте не только не отменяет, а, напротив, усиливает потребность в близости и заботе. Речь идет о выстраивании подвижных границ между пожилыми и родными и близкими, с одной стороны, а также профессионалами, предоставляющими разного рода услуги, с другой. Отношение окружающих к пожилому человеку как к виновнику своего положения значительно ухудшает последнее.

Список источников

- Бурдые П. (1996) Университетская докса и творчество: против схоластических течений. Socio-Logos'96. Альманах Российско-французского центра социологических исследований Института социологии Российской академии наук: 8–31.
- Гольман Т.И. (2008) *Социальное одиночество студенческой молодежи в транзитивном обществе: управленческий аспект*. Автореф. дис. канд. социол. наук. Новосибирск: Изд-во НГУЭУ.
- Журавлев И.В., Тхостов А.Ш. (2002) Феномен отчуждения: стратегии концептуализации и исследования. *Психологический журнал*, 23 (5): 42–48.
- Елютина М.Э., Исаева С.А. (2012) Причины развода в третьем возрасте. *Социологические исследования*, (9): 91–99.
- Кляйненберг Э. (2014) *Жизнь соло: Новая социальная реальность*, М.: Альпина нон-фикшн.
- Колесникова Г.И. (2015) Феномен одиночества: понятие, классификация, экзистенциальный смысл. *Фундаментальные исследования*, (2): 2024–2027.
- Корытникова Н.В. (2007) Интернет как средство производства сетевых коммуникаций в условиях виртуализации общества. *Социологические исследования*, (2): 85–93.
- Левина О.В. (2001) *Одиночество в социально-генерационной структуре современного российского общества: геронтологический аспект*. Автореф. дис. к.с.н. Ростов н/Д: Изд-во Ростовского государственного университета.
- Леонтьев Д.А. (2011) Экзистенциальный смысл одиночества. *Экзистенциальная традиция: Философия, психология, психотерапия*, 2 (9): 101–108.
- Максимова С.Г. (2002) Старость: социальное отчуждение или социальное принятие? Вестник Московского университета. Серия 18. *Социология и политология*, (4): 179–193.
- Михайлова А.И. (2013) Осмысление феномена одиночества как социального явления. *Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Философия, социология, культурология, социальная работа*, 4 (51): 90–94.
- Покровский Н.Е., Иванченко Г.В. (2008) *Универсум одиночества: социологические и психологические очерки*, М.: Логос.
- Прохорова М.В. (2007) *Феномен одиночества пожилых людей: социологический анализ*. Автореф. дис. к.с.н. Нижний Новгород: НИСОЦ.
- Пьянкова Л.А. (2012) Проблема одиночества в молодежной студенческой среде. *Вестник Томского государственного педагогического университета*, (6): 102–107.
- Рашидова Т.Р. (2012) *Одиночество человека: философско – антропологическое осмысление проблемы*. Автореф. дис. канд. филос. наук. М.: Московский гуманитарный университет.
- Рогозин Д.М. (2013) Пять книг о либеральном толковании одиночества в старшем возрасте. *Психология зрелости и старения*, (2): 59–66.
- Тихонов Г.М. (2006) Одиночество как тензионное состояние. *Мир психологии*, (3): 118–124.
- Шмелев Р.В. (2007) Феномен одиночества человека как социально-психологическое явление. *Отечественный журнал социальной работы*, (3): 18–21.

Marina Elutina, Olga Trofimova

LONELY LIVING ARRANGEMENTS AND COPING WITH LONELINESS IN OLD AGE

This article considers the semantic localization of loneliness by reflecting on the everyday life of elderly people. The research focuses on the causes of loneliness and how it is socially projected in the experience of older people who live apart from their family and loved ones. It also examines the mechanisms deployed to regulate this state of loneliness, such as how protection and preservation processes are 'triggered'. What is shown is that separate accommodation is assessed in different ways; elderly people highlight both positive and negative aspects that are not directly associated with loneliness. The factors that trigger the experience of loneliness are financial insolvency, increased health anxieties, and shortcomings in the provision of care on an institutional level. Some of the resources and procedures employed to regulate loneliness include recalling romantic memories, the existence of 'reference points' necessary to anchor the person in the chain of current events, and a host of other practices such as religion, hobbies, interests and seeking companionship. The authors draw attention to the perceptions and experiences of elderly people, which, in terms of their content, may be either restorative or reflective. In both cases the same memory mechanisms may occur but with different narratives. These differences are projected on to behavioral strategies. In the first case a person may simply resent the 'injustice' of life. Such a person feels lonely no matter whether they have a family, or feel healthy or sick, rich or poor. In the second case, an elderly person tells her/his personal story and finds support in the images of memory that help her/him cope with loneliness. The article deals with the presentation and experience of older people, which may contribute to the discussion of topical issues in social policy initiatives towards older people.

Keywords: loneliness, later life, inclusive environment, protection, self-preservation

DOI: 10.17323/1727-0634-2017-15-1-37-50

References

Bourdieu P. (1996) Universitetskaja doksa i tvorcestvo: protiv sholasticheskikh techenij [Doxa University and Creativity: vs. Scholastic Currents]. *Socio-Logos*'96. *Al'manah Rossijsko-francuzskogo centra sociologicheskikh issledovanij Instituta sociologii Rossijskoj akademii nauk* [Socio-Logos' 96. Almanac Russo-French Center for Sociological Research of the Institute of Sociology of the Russian Academy of Sciences], 1996: 8–31.

Marina E. Elutina – Dr. in Sociology, Head of Department for Sociology of Social Work, Saratov State University, Saratov, Russian Federation. Email: elutina133@mail.ru

Olga A. Trofimova – PhD-student, Department for Sociology of Social Work, Saratov State University, Saratov, Russian Federation. Email: trofimova2006@mail.ru

- Eljutina M. Je., Isaeva S. A. (2012) Prichiny razvoda v tret'em vozraste [The reasons for divorce in the third age]. *Sociologicheskie issledovanija* [Sociological research], (9): 91–99.
- Gol'man T.I. (2008) *Social'noe odinochestvo studencheskoj molodezhi v tranzitivnom obshhestve: upravlencheskij aspekt*. Avtoref. diss. kand. sociol. nauk [The Social Isolation of Students in a Transitive Society: The Administrative Aspect. Doctorate. PhD in Sociology], Novosibirsk: NGUJeU.
- Klinenberg E. (2014) *Zhizn' solo: Novaja social'naja real'nost'* [Life Solo: The New Social Reality], Moscow: Al'pina non-fikshn.
- Kolesnikova G. I. (2015) Fenomen odinochestva: ponjatie, klassifikacija, jekzistencial'nyj smysl [The Phenomenon of Loneliness: Concept, Classification, Existential Meaning]. *Fundamental'nye issledovanija* [Basic Research], (2): 2024–2027.
- Korytnikova N. V. (2007) Internet kak sredstvo proizvodstva setevyh kommunikacij v uslovijah virtualizacii obshhestva [The Internet as a Means of Production of Network Communications during the Virtualization of Society]. *Sociologicheskie issledovanija* [Sociological research], (2): 85–93.
- Levina O. V. (2001) *Odinochestvo v social'no-generacionnoj structure sovremenogo rossijskogo obshhestva: gerontologicheskij aspekt*. Avtoref. diss. kand. sociol. nauk [Loneliness in the Social and Generational Structure of Modern Russian Society: The Gerontological Aspect. Doctorate. PhD in Sociology], Rostov-on-Don: Izdatelstvo Rostovskogo gosudarstvennogo universiteta.
- Leont'ev D.A. (2011) Jekzistencial'nyj smysl odinochestva [The Existential Sense of Loneliness]. *Jekzistencial'naja tradicija: Filosofija, psihologija, psihoterapija* [Existential Tradition: Philosophy, psychology, psychotherapy], 2 (9): 101–108.
- Maksimova S. G. (2002) Starost': social'noe otchuzhdenie ili social'noe prinjatije? [Old Age: Social Exclusion or Social Acceptance?]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 18. Sociologija i politologija* [Bulletin of Moscow University, a series of 18 'Sociology and Political Science.'], (4): 179–193.
- Mihajlova A. I. (2013) Osmyslenie fenomena odinochestva kak social'nogo javlenija [Understanding the Phenomenon of Loneliness as a Social Phenomenon]. *Uchenye zapiski Zabajkal'skogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Filosofija, sociologija, kul'turologija, social'naja rabota* [Scientific Notes of the Trans-Baikal State University. Series: Philosophy, Sociology, Cultural Studies, Social Work], 4 (51): 90–94.
- Pokrovskij N. E., Ivanchenko G. V. (2008) *Universum odinochestva: sociologicheskie i psihologicheskie ocherki* [The Universe of Solitude: Sociological and Psychological Essays], Moscow: Logos.
- Prohorova M. V. (2007) *Fenomen odinochestva pozhilyh ljudej: sociologicheskij analiz*. Avtoref. diss. kand. sociol. nauk [The Phenomenon of Isolation among Older People: A Sociological Analysis. Doctorate. PhD in Sociology], Nizhnij Novgorod: NISOC.
- P'jankova L.A. (2012) Problema odinochestva v molodezhnoj studencheskoj srede [The Problem of Loneliness in the Youth Student Environment]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Bulletin of Tomsk State Pedagogical University], (6): 102–107.
- Rashidova T. R. (2012) *Odinochestvo cheloveka: filosofsko – antropologicheskoe osmyslenie problem*. Avtoref. diss.kand. filos. nauk [The Loneliness of Humanity: A Philosophical-Anthropological Understanding of the Problem. Doctorate. PhD in Philosophy], Moscow: Moskovskij gumanitarnyj universitet.
- Rogozin D. M. (2013) Pjat' knig o liberal'nom tolkovani i odinochestva v staršem vozraste [Five Books on the Liberal Interpretation of Loneliness in Older Age]. *Psihologija zrelosti i starenija* [Psychology of Adulthood and Aging], (2): 59–66.
- Tihonov G. M. (2006) Odinochestvo kak tenzionoe sostojanie [Loneliness as Tension Condition]. *Mir psihologii* [World of Psychology], (3): 118–124.
- Shmelev R. V. (2007) Fenomen odinochestva cheloveka kak social'no-psihologicheskoe javlenie [The Phenomenon of Loneliness as a Socio-psychological Phenomenon]. *Otechestvennyj zhurnal social'noj raboty* [Russian Journal of Social Work], (3): 18–21.
- Zhuravlev I. V., Thostov A. Sh. (2002) Fenomen otchuzhdenija: strategii konceptualizacii i issledovanija [The Phenomenon of Alienation: Conceptualization and Research Strategy], *Psihologicheskij zhurnal* [Psychological Journal], 23 (5): 42–48.