

Научная статья | Original paper

## Гендерная специфика переживания одиночества и доверия к себе и другим в юношеском возрасте

М.Е. Сачкова<sup>1, 2</sup>✉, Л.Э. Семенова<sup>3, 4</sup>

<sup>1</sup> Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Москва, Российская Федерация

<sup>2</sup> Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Российская Федерация

<sup>3</sup> Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет имени Н.И. Лобачевского, Нижний Новгород, Российская Федерация

<sup>4</sup> Приволжский исследовательский медицинский университет, Нижний Новгород, Российская Федерация

✉ [msachkova@mail.ru](mailto:msachkova@mail.ru)

### Резюме

**Контекст и актуальность.** Относительно гендерной специфики переживания одиночества и доверия личности к себе и другим в современной психологии имеются противоречивые данные. Такой же неоднозначной является и взаимосвязь между этими феноменами, которая остается неисследованной применительно к юношескому возрасту, когда наблюдается существенный рост численности субъективно одиноких людей. **Цель.** Исследование направлено на изучение гендерной специфики взаимосвязи переживания одиночества и уровня доверия к себе и другим у студентов юношеского возраста. **Гипотезы.** 1. Переживание одиночества более выражено у юношей-студентов, нежели у девушек. 2. Гендерная специфика проявляется преимущественно в сфере доверия к себе, нежели в доверии к другим людям. 3. Переживание одиночества отрицательно связано с уровнем доверия к себе и другим; при этом данная связь больше характерна для юношей. **Методы и материалы.** В исследовании участвовали 170 студентов социономического профиля ( $M = 19,3$ ;  $SD = 1,18$ ; 56% девушек). Для изучения переживания разных видов одиночества использовались опросник переживания одиночества Е.А. Манаковой и методика диагностики переживания одиночества Е.Е. Роговой; доверие к себе выявлялось с помощью рефлексивного опросника уровня доверия к себе Т.П. Скрипкиной, доверие к другим оценивалось по методике «Вера в людей» М. Розенберга. **Результаты.** Установлено, что в юношеском возрасте одиночество переживается в основном как временное явление, при этом более высокие показатели одиночества характерны для юношей. Студенты также демонстрируют высокий уровень доверия к себе и средний уровень доверия к

Сачкова М.Е., Семенова Л.Э. (2025)  
Гендерная специфика переживания одиночества и  
доверия к себе и другим в юношеском возрасте  
*Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—  
112.

Sachkova M.E., Semenova L.E. (2025)  
Gender specificity of loneliness experiences and trust in  
themselves and others in youth  
*Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112.

другим. Гендерные различия по доверию к другим не обнаружены, тогда как доверие к себе более выражено у девушек. Результаты корреляционного анализа позволяют утверждать, что более одинокими себя считают те, кто меньше себе доверяет, и такая тенденция в большей степени характерна для юношей.

**Выводы.** В юношеском возрасте одиночество отрицательно связано с доверием к себе. При этом юноши более склонны к переживанию одиночества, чем девушки, которые в отличие от них более склонны доверять себе.

**Ключевые слова:** субъективное одиночество, доверие к себе, доверие к другим, девушки, юноши

**Для цитирования:** Сачкова, М.Е., Семенова, Л.Э. (2025). Гендерная специфика переживания одиночества и доверия к себе и другим в юношеском возрасте. *Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—112. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2025170406>

## Gender specificity of loneliness experiences and trust in themselves and others in youth

M.E. Sachkova<sup>1, 2</sup>✉, L.E. Semenova<sup>3, 4</sup>

<sup>1</sup> Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, Russian Federation

<sup>2</sup> Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation

<sup>3</sup> National Research Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod, Nizhny Novgorod, Russian Federation

<sup>4</sup> Privolzhsky Research Medical University, Nizhny Novgorod, Russian Federation

✉ msachkova@mail.ru

### Abstract

**Context and relevance.** There are contradictory data in modern psychology regarding the gender specifics of experiencing loneliness and the trust in themselves and others. The relationship between these phenomena is equally ambiguous, which remains unexplored in relation to youth, when there is a significant increase in the number of subjectively lonely people. **Objective.** The research is aimed at studying the gender specifics of the relationship between loneliness and the level of trust in themselves and others among young students. **Hypothesis.** 1. The experience of loneliness is more pronounced in male students than in females. 2. Gender specificity manifests itself mainly in the sphere of self-confidence rather than in trust in other people. 3. Experiencing loneliness is negatively related to the level of trust in themselves and others; however, this relationship is more typical for young men. **Methods and materials.** 170 students with a socioeconomic profile participated in the study ( $M = 19.3$ ;  $SD = 1.18$ ; 56% females). To study the experience of different types of loneliness, the E.A. Manakova Loneliness Questionnaire and E.E. Rogovaya's method of diagnosing loneliness were used. Self-confidence was assessed using T.P. Skripkina's Reflexive Trust in Oneself Questionnaire, and trust in others was evaluated with M. Rosenberg's

Сачкова М.Е., Семенова Л.Э. (2025)  
Гендерная специфика переживания одиночества и  
доверия к себе и другим в юношеском возрасте  
*Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—  
112.

Sachkova M.E., Semenova L.E. (2025)  
Gender specificity of loneliness experiences and trust in  
themselves and others in youth  
*Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112.

"Trust in People" scale. **Results.** It has been established that loneliness is experienced mainly as a temporary phenomenon in youth, while higher rates of loneliness are typical for young men. Students also demonstrate a high level of trust in themselves and an average level of trust in others. Gender differences in trust in others were not found, while trust in themselves was more pronounced in females. The results of the correlation analysis suggest that those who trust themselves less consider themselves more lonely, and this trend is more typical for young men. **Conclusions.** In youth loneliness is negatively associated with trust in themselves. At the same time, males are more likely to experience loneliness than females, who, unlike them, are more likely to trust themselves.

**Keywords:** subjective loneliness, trust in themselves, trust in others, young females, young males

**For citation:** Sachkova, M.E., Semenova, L.E. (2025). Gender specificity of loneliness experiences and trust in themselves and others in youth. *Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psyedu.2025170406>

## Введение

В современном мире серьезным вызовом человеку и обществу становится девальвация подлинности отношений (Соловьева, 2023), что снижает удовлетворенность от общения и жизни и часто приводит к одиночеству.

Исследователи рассматривают одиночество как сложный и неоднозначный феномен, предлагая разные его трактовки: субъективное психологическое состояние и чувство (Манакова, 2018), сущностная личностная характеристика (Слободчиков, 2008), процессуальный феномен, который регулирует поведение и повышает мотивацию к выстраиванию социальных связей либо к социальной изоляции (Bellucci, Park, 2024). При этом констатируется нетождественность одиночества и изоляции, в том числе добровольной, т.е. уединения (Ишанов, Осин, Костенко, 2018).

Любопытно, что первоначально одиночество исследовалось в основном как негативное, дискомфортное состояние, но к концу XX века пришло понимание его ресурсности для развития личности. Так, одни авторы характеризуют его как неприятное чувство, которое является следствием дефицита доверительного общения (Зинченко, 2015), расхождения между реальными и желаемыми социальными контактами (Крюкова, Ронч, 2012), и подчеркивают его связь с психическими расстройствами (Chen, Geng, Chen, Lee, 2022). Другие – обращают внимание и на позитивные стороны одиночества, отмечая его важную роль в развитии личности, самопознании и самосовершенствовании (Ишанов, Осин, Костенко, 2018).

Установлено, что независимо от пола переживания одиночества характерны для людей разных возрастов. При этом относительно гендерной специфики данные весьма противоречивы: в одних исследованиях констатируется более высокий уровень одиночества у женщин, хотя и отмечается тенденция к усилению с возрастом чувства одиночества у мужчин (Деточенко, 2014), однако в других – показана меньшая склонность к одиночеству женщин (Bellucci, Park, 2024). Утверждается, что переживание одиночества у мужчин, но не у женщин

опосредовано их брачным статусом (более одинокими чувствуют себя вдовцы) (Тихонов, 2015). К тому же одиночество мужчин чаще возникает в случае снижения их социального статуса и нарушения связей в группе, а у женщин – при разрыве или отсутствии близких отношений в паре (Тихонов, 2015), при этом женщины справляются с одиночеством гораздо эффективнее, особенно в пожилом возрасте (Крюкова, Ронч, 2012). По одним данным, более позитивное отношение к одиночеству демонстрируют мужчины, тогда как женщины склонны ассоциировать его с ненужностью и незащищенностью (Кожогулова, Давыдова, 2010), по другим – женщины более положительно относятся к одиночеству (Стрижицкая, Муртазина, Петраш, 2024).

Полагаем, что неоднозначность научных данных может объясняться как возрастом (Стрижицкая, Муртазина, Петраш, 2024), так и личностными особенностями женщин и мужчин, в том числе их ценностями. Например, у незамужних женщин с ценностью семьи наблюдается высокий уровень субъективного одиночества, а у тех, кто ориентирован на профессиональную самореализацию – низкий (Рассказова, 2007).

В своем исследовании мы остановились на изучении гендерной специфики переживания одиночества в юношеском возрасте – периоде активного поиска себя, профессионального и личностного самоопределения, роста автономии и тенденции избирательности контактов. Именно в этом возрасте число субъективно одиноких людей существенно возрастает, что обусловлено как объективными факторами – изменением привычной обстановки, появлением новых социальных ролей, расширением круга обязанностей, включенностью в дистанционные форматы общения (Кандыбович, Разина, 2019), так и субъективными – стремлением к независимости, активным функционированием личностной рефлексии, высокой чувствительностью к проблемам в межличностных отношениях, а также изменением отношения к одиночеству, когда появляется понимание ценности и потребности в нем и, как следствие, сознательное стремление к нему (Рогова, 2021).

При этом, несмотря на отмечаемую высокую вероятность одиночества при отсутствии доверительных отношений (Крюкова, Ронч, 2012; Billah, Akhtar, Khan, 2023), по-прежнему открытым остается вопрос о возможной связи одиночества и доверия личности к другим людям и к себе. В настоящее время имеются только отдельные данные, свидетельствующие о принятии одиночества при наличии доверия к себе, другим и к миру (Корнев, 2021) и, напротив, о снижении доверия при хроническом одиночестве личности (Lieberz, Shamay-Tsoory, Saporta, 2021).

Организуя свое исследование, мы исходили из понимания одиночества как субъективного переживания личностью дефицита желаемых отношений с другими людьми, которое далеко не всегда совпадает с реальными показателями включенности человека в социальное взаимодействие.

Целью исследования стало выявление гендерной специфики взаимосвязи переживания одиночества и уровня доверия к себе и другим у студентов юношеского возраста.

В частности, мы ставили своей задачей разрешение существующего в психологической литературе противоречия относительно переживания одиночества лицами женского и мужского пола применительно к юношескому возрасту. При этом мы учитывали следующие факты: во-первых, что лица мужского пола социализируются как более автономные и

самодостаточные субъекты (Зайцева, 2011; Клецина, Иоффе, 2017), во-вторых, что в юношеском возрасте в плане поиска своего места в мире, становления идентичности независимо от пола особую значимость приобретает включенность в социальные связи и отношения.

В качестве гипотез были сформулированы следующие предположения:

1. Переживание одиночества более выражено у юношей-студентов, нежели у девушек.
2. Гендерная специфика проявляется преимущественно в сфере доверия к себе, нежели в доверии к другим людям.
3. Переживание одиночества отрицательно связано с уровнем доверия к себе и другим; при этом данная связь больше характерна для юношей.

### Материалы и методы

В исследовании участвовали 170 студентов вузов Москвы и Нижнего Новгорода в возрасте от 18 до 22 лет ( $M = 19,3$ ;  $SD = 1,18$ ), из них 96 девушек и 74 юноши, обучающиеся на факультетах социономического профиля (психология, медицина, политология, реклама и др.).

Исследование проводилось с помощью онлайн-платформы. Все респонденты участвовали на условиях добровольности и анонимности.

В ходе исследования применялся набор диагностических методик:

1. Опросник переживания одиночества Е.А. Манаковой (Манакова, 2018).
2. Методика диагностики переживания одиночества Е.Е. Роговой (Рогова, 2007).
3. Методика «Вера в людей» М. Розенберга (Купрейченко, 2008).
4. Рефлексивный опросник уровня доверия к себе Т.П. Скрипкиной (Скрипкина, 2000).

Полученные данные обрабатывались с помощью статистического пакета SPSS 26.0. Были использованы критерий Колмогорова-Смирнова, U-критерий Манна-Уитни, коэффициент корреляции Спирмена.

### Результаты

Было установлено, что у юношей и девушек переживание одиночества находится на уровне несколько ниже среднего и только по шкале временного одиночества достигает среднего уровня. При сравнении данных по полу можно отметить несколько более выраженное переживание у юношей таких типов постоянного одиночества, как духовное, когнитивное, вследствие страха ответственности и непривлекательности, а у девушек – вынужденного. При этом наиболее сильно студентов затрагивает ситуативное и эмоциональное одиночество.

Обнаружено, что окружающим студенты доверяют далеко не всегда, а вот их доверие к себе находится на достаточно высоком уровне, особенно у девушек, тогда как юноши больше сомневаются в себе, особенно в отношениях с детьми, лицами другого пола и в сфере быта.

Тест по критерию Колмогорова-Смирнова показал отличие от нормального распределения практически по всем шкалам ( $p < 0,001$ ), в связи с чем для проверки гипотез использовались непараметрические статистические коэффициенты.

В табл. 1 представлены результаты сравнения данных по выраженности переживания одиночества и доверия к другим и себе у студентов разного пола (отмечены различия на уровне значимости от  $p < 0,02$  в связи с поправкой Бонферрони на множественные сравнения).

Таблица 1 / Table 1

**Гендерная специфика переживания одиночества, доверия к другим и к себе**  
**Gender specificity of the level of loneliness and trust in others and themselves**

Шкалы / Scales		Средний ранг / Mean rank		U	p	D
		Девушки / Females	Юноши / Males			
Негативное чувство: шкала 1 / Negative feeling: scale 1		80,70	91,72			
Отрицание одиночества: шкала 2 / Denial of loneliness: scale 2		84,07	87,36			
Временное вынужденное одиночество: шкала 3 / Temporary enforced loneliness: scale 3		96,11	71,73	2533	0,001	0,51
Страх ответственности за других: шкала 4 / Fear of responsibility for others: scale 4		75,46	98,53	4516	0,002	0,50
Духовное одиночество: шкала 5 / Spiritual loneliness: scale 5		76,90	96,66	4377	0,01	0,41
Непривлекательность: шкала 6 / Unattractiveness: scale 6		75,83	98,04	4480	0,003	0,46
Ситуативное одиночество / Situational loneliness		88,01	82,24			
Постоянное одиночество / Constant loneliness		80,08	92,53			
Эмоциональное одиночество / Emotional loneliness		89,64	80,13			
Поведенческое одиночество / Behavioral loneliness		86,95	83,61			
Когнитивное одиночество / Cognitive loneliness		76,18	97,59	4447	0,004	0,45
<b>Доверие к другим / Trust in others</b>		84,25	87,12			
<b>Доверие к себе / Trust in themselves</b>	Учебная деятельность / Educational activity	82,98	88,76			
	Интеллектуальная деятельность / Intellectual activity	85,92	84,95			
	Бытовые проблемы / Everyday problems	92,95	75,83	2836	0,02	0,38
	Отношения с друзьями / Relations with friends	92,34	76,62	2895	0,02	0,36
	Отношения с одноклассниками / Relationships with classmates	91,16	78,16			

Отношения с преподавателями / Relations with teachers	92,18	76,84	2910	0,02	0,36
Отношения в семье / Family relations	93,87	74,64	2748	0,01	0,40
Отношения с детьми / Relations with children	98,29	68,91	2324	0,001	0,62
Отношения с родителями / Relations with parents	91,87	77,24	2940	0,02	0,36
Привлекательность для лиц другого пола / Attractiveness for persons of the other sex	88,64	81,43			
Проведение досуга / Leisure activity	95,75	72,20	2568	0,001	0,50
<b>Общее доверие к себе / Total trust in themselves</b>	92,98	75,79	2833	0,02	0,38

Оказалось, что юноши сильнее переживают одиночество, чем девушки, прежде всего духовное и когнитивное. Кроме того, для них больше характерен страх ответственности за других и непривлекательности, тогда как девушки сильнее переживают временное одиночество (средний размер эффекта). По всем остальным типам одиночества гендерные различия не были обнаружены. Таким образом, первая гипотеза частично подтвердилась.

Результаты статистического анализа свидетельствуют о наличии гендерных различий по уровню доверия к себе, причем исключительно в пользу девушек, у которых он оказался выше по большинству сфер (в особенности это касается отношений с детьми и досуга, где установлен средний размер эффекта). В то же время доверие к другим гендерной специфики не имеет, что подтверждает вторую гипотезу.

Для проверки третьей гипотезы был применен корреляционный анализ Спирмена (см. табл. 2), по итогам которого обнаружены отрицательные связи отдельных показателей и типов одиночества с выраженностью доверия к себе. Общим оказалось то, что у девушек и юношей с доверием к себе не связаны временное одиночество и эмоциональное.

Полученные результаты свидетельствуют в пользу правомерности высказанного предположения о наличии гендерной специфики в проявлениях взаимосвязи одиночества с доверием к себе. В частности, более ярко отрицательный характер связи наблюдается у юношей, в особенности это касается постоянного и когнитивного одиночества. Корреляции по гендерному признаку сравнивались посредством преобразования Фишера: более выражены отрицательные корреляции у юношей ситуативного одиночества и доверия в сфере досуга ( $z = 2,8$  при  $p = 0,003$ ), постоянного одиночества с доверием в интеллектуальной и бытовой сферах ( $z = 1,8$  при  $p = 0,03$ ), а также досуге ( $z = 2,6$  при  $p = 0,005$ ), когнитивного одиночества с общим доверием к себе ( $z = 1,6$  при  $p = 0,05$ ), в сферах учебной ( $z = 1,9$  при  $p = 0,03$ ), бытовой ( $z = 2,5$  при  $p = 0,006$ ), отношений с одноклассниками ( $z = 1,8$  при  $p = 0,03$ ), отношений с детьми ( $z = 1,6$  при  $p = 0,05$ ), досуга ( $z = 2$  при  $p = 0,02$ ).

В целом одиночество связано с низкой степенью доверия к себе в таких сферах, как друзья, одноклассники, родители и другой пол – у девушек, а также бытовые проблемы, друзья, одноклассники, другой пол и досуг – у юношей.

В то же время переживание одиночества у юношей и девушек практически не связано с доверием к другим людям. Единственная связь с ситуативным одиночеством была найдена у студенток ( $r_s = -0,33$  при  $p < 0,01$ ), т.е. не доверяющие другим людям девушки в некоторых ситуациях могут чаще сталкиваться с одиночеством.

Таблица 2 / Table 2

**Корреляционные связи показателей переживания одиночества и доверия к себе у  
девушек (N = 96) и юношей (N = 74)**  
**Correlations of indicators of experiences of loneliness and trust in themselves among females  
(N = 96) and males (N = 74)**  
**Девушки / females**

Виды одиночества / Types of loneliness	Общее доверие к себе / Total trust in themselves	Доверие к себе / Trust in themselves										
		Учебная деятельность / Educational activity	Интеллектуальная / Intellectual activity	Бытовые проблемы / Everyday problems	Отношения с друзьями / Relations with friends	С одноклассниками / s With classmates	С преподавателями / With teachers	Отношения в семье / Family relations	Отношения с детьми / Relations with children	Отношения с родителями / Relations with parents	С другим полом / With persons of the other sex	Проведение досуга / Leisure activity
Шкала 1 / Scale 1	-,33***						-,33***			-,26**	-,28**	-,27**
Шкала 2 / Scale 2	-,25*				-,30**	-,39***	-,25*	-,18**				
Шкала 3 / Scale 3												
Шкала 4 / Scale 4	-,36***				-,29**	-,29**	-,31**	-,30**			-,30**	-,24*
Шкала 5 / Scale 5	-,40***	-,26**			-,30**	-,27**	-,31**	-,30**			-,31**	



Сачкова М.Е., Семенова Л.Э. (2025)  
Гендерная специфика переживания одиночества и  
доверия к себе и другим в юношеском возрасте  
*Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—  
112.

Sachkova M.E., Semenova L.E. (2025)  
Gender specificity of loneliness experiences and trust in  
themselves and others in youth  
*Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112.

Шкала 6 / Scale 6	-,44***		-,31**		-,39***		-,44***	-,28**		-,25*	-,35***	-,40***
СО / SI	-,38***				-,30**	-,29**	-,31**				-,33***	
ПостО / Constl	-,43***	-,25*			-,40***	-,35***	-,33***				-,34***	
ЭО / EI												
ПО / BI					-,32**	-,35***					-,26**	
КО / CI	-,31***				-,33***	-,26**		-,28**		-,26**	-,28**	

**Юноши / males**

Шкала 1 / Scale 1	-,38***	-,32**		-,27*		-,27*	-,28*			-,26**	-,46***	-,46***
Шкала 2 / Scale 2	-,31**										-,29*	-,40***
Шкала 3 / Scale 3												
Шкала 4 / Scale 4	-,29**	-,27**								-,29**		-,34**
Шкала 5 / Scale 5	-,37***	-,27*	-,36**	-,31**			-,28*			-,35**	-,34**	-,38***
Шкала 6 / Scale 6	-,32**	-,27*	-,28*			-,27*				-,32**		
СО / SI	-,37***				-,32**	-,33**				-,29*	-,49***	-,44***
ПостО / Constl	-,45***	-,31**	-,39***	-,41***	-,40***	-,35***				-,30**	-,47***	-,49***
ЭО / EI												

ПО / Bl	-,32**				-,32**	,35***					-,30**	
КО / Cl	,52***	,46***	,49***	,40***	-,27*	,50***	,39***	-,33**	-,29*	,46***	-,34**	,38***

*Примечание:* «\*» – корреляция значима на уровне  $p < 0,02$  (двусторонняя), «\*\*» –  $p < 0,01$ , «\*\*\*» –  $p < 0,001$ . Виды одиночества: Шкала 1 – Негативное чувство; Шкала 2 – Отрицание одиночества; Шкала 3 – Временное одиночество; Шкала 4 – Страх ответственности за других; Шкала 5 – Духовное одиночество; Шкала 6 – Непривлекательность; СО – ситуативное одиночество; ПостО – постоянное одиночество; ЭО – эмоциональное одиночество; ПО – поведенческое одиночество; КО – когнитивное одиночество.

*Note:* «\*» – correlation is significant at the level  $p < 0,02$  (two-sided), «\*\*» –  $p < 0,01$ , «\*\*\*» –  $p < 0,001$ . Types of loneliness: Scale 1 – Negative feeling; Scale 2 – Denial of loneliness; Scale 3 – Temporary enforced loneliness; Scale 4 – Fear of responsibility for others; Scale 5 – Spiritual loneliness; Scale 6 – Unattractiveness; SI – situational loneliness; Constl – constant loneliness; El – emotional loneliness; Bl – behavioral loneliness; CL – cognitive loneliness.

## Обсуждение результатов

Обнаруженный в исследовании факт выраженности переживания одиночества у юношей позволяет утверждать, что именно они оказываются более чувствительными к отсутствию или нехватке социальных связей. Об этом свидетельствуют переживания когнитивного и духовного одиночества, подчеркивающие несоответствие между желаемыми и реальными контактами. Предполагаем, что в случае с юношами это несоответствие может являться следствием, с одной стороны, мужской социализации, с детства ориентирующей мальчиков на необходимость демонстрации окружающим своей независимости и самодостаточности (Зайцева, 2011), а с другой – характерного для юношеского возраста стремления к близости и пониманию. К тому же не исключено, что в случае своего несоответствия образу «настоящего мужчины» юноша становится менее привлекательным в глазах окружающих (как лиц своего, так и другого пола), что и может находить свое отражение в переживании одиночества. Кроме того, показателен также факт более высокого уровня одиночества юношей из-за страха ответственности за других, что позволяет сделать предположение об их большей инфантильности по сравнению со сверстниками, а также о более выраженной склонности к одинокому образу жизни, что в целом согласуется с некоторыми научными данными (Тихонов, 2015). Что же касается преобладания переживаний временного вынужденного одиночества у девушек, то, вероятно, это может быть следствием расхождения реального положения дел с уже интериоризованными ими социальными ожиданиями относительно включенности лиц женского пола в социальные сети как компетентных в сфере межличностных отношений (Клецина, Иоффе, 2017).

Доверие к себе, выраженное у девушек, проявляется в тех сферах, которые традиционно считаются «зоной ответственности» женщин: быт, отношения с детьми и близкими, организация досуга (Клецина, Иоффе, 2017), и, следовательно, девушки демонстрируют свою ориентацию на эти гендерные нормы и ожидания. Вместе с тем, если говорить о тех сферах, которые имеют особую значимость в период юности, а именно: учебной и интеллектуальной

деятельности и привлекательности для лиц другого пола, то в них гендерные различия отсутствуют.

Корреляционный анализ показал, что высокий уровень доверия в основном оказался характерен для тех, кто не чувствует себя одиноким, и, наоборот, сильные переживания одиночества наблюдаются преимущественно у тех, кто не доверяет себе. Исключение при этом составляет временное одиночество, которое не связано с доверием, что, вероятно, является следствием объективных причин. В то же время для студентов не характерна и связь доверия с эмоциональным одиночеством, при котором отсутствуют глубокие близкие отношения, что может объясняться ранее обнаруженной тенденцией эгоцентрированности в юности (Пашукова, Ложникова, 2022).

Любопытно, что вне контекста связи с одиночеством оказывается доверие девушек к себе в бытовых проблемах и отношениях с детьми, тогда как у юношей абсолютно все сферы доверия к себе связаны с когнитивным одиночеством. Соответственно, наличие доверия к себе в юности предполагает включенность личности в социальные связи, и, прежде всего, это характерно для юношей, у которых сообразно с гендерными нормами их позиция в системе публичных социальных отношений по всей вероятности становится маркером их успешности как таковой (Клецина, Иоффе, 2017).

В то же время несколько необычным является практически отсутствие у девушек и юношей значимых связей одиночества с доверием к другим, что требует своего прояснения в ходе дальнейших исследований.

### Заключение

В результате проведенного эмпирического исследования можно прийти к следующим выводам:

1. Для студентов 18-22 лет не характерно ярко выраженное переживание постоянного одиночества, оно чаще рассматривается ими как временное, которое иногда даже необходимо для личности, находящейся на этапе активного самопознания и самоопределения.

2. Юноши имеют более высокие показатели в духовном, когнитивном одиночестве, а также демонстрируют более выраженные переживания относительно одиночества вследствие страха ответственности за других и собственной непривлекательности.

3. Студенты проявляют высокую степень доверия к себе и средний уровень доверия к другим, при этом девушки намного больше уверены в сферах, связанных с отношениями в семье, с детьми и другими значимыми людьми, а также с бытом и досугом.

4. Субъективно одинокие девушки и юноши в целом менее склонны доверять себе, хотя данная тенденция, прежде всего, характерна для юношей: чем ниже доверие к себе, тем более одинокими они себя считают (особенно в постоянном и когнитивном одиночестве).

В целом результаты сравнительного и корреляционного анализа еще раз подчеркивают специфику разных видов доверия и необходимость новых исследований в поисках факторов одиночества у современной молодежи. Кроме того, в качестве возможных перспектив считаем возможным выявление личностных детерминант, которые опосредуют связь одиночества и доверия у лиц женского и мужского пола. В частности, было бы целесообразно изучить специфику связи разных типов одиночества и доверия с учетом наличия и содержания опыта психологического и физического насилия личности, удовлетворенности жизнью и

психологического благополучия лиц женского и мужского пола, а также ряда характеристик личности, среди которых инфантильность, перфекционизм в отношении себя и других, неклинический нарциссизм и макиавеллизм. К тому же изучение этих личностных особенностей в качестве возможных детерминант, опосредующих связь одиночества и доверия личности людей разного пола, позволит не только расширить научные представления по данной проблеме, но и найти более эффективные пути оказания психологической помощи при переживании негативного одиночества лицами женского и мужского пола, а также определить возможные стратегии профилактики возникновения у них такого одиночества и недоверия к себе и другим.

**Ограничения.** Ограничениями исследования выступили количество респондентов, некоторое численное преобладание женской выборки над мужской, а также то, что участвовали только студенты социо-гуманитарных направлений.

**Limitations.** The limitations of the study were the number of respondents, a certain numerical predominance of the female sample over the male, as well as the fact that only students of socio-humanitarian faculties participated.

## Список источников / References

1. Деточенко, Л.С. (2014). Социально-демографическое измерение экзистенции одиночества. *Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение: вопросы теории и практики*. Тамбов: Грамота, 7 (45-1), 47—50.  
Detochenko, L.S. (2014). The socio-demographic dimension of the existence of loneliness. *Historical, philosophical, political and legal sciences, cultural studies and art criticism: issues of theory and practice*. Tambov: Gramota, 7 (45-1), 47—50. (In Russ.).
2. Зайцева, Т.И. (2011). Мужская гендерная идентичность: теоретические аспекты исследования. *Вестник Томского государственного университета*, 352, 78—81.  
Zaitseva, T.I. (2011). Male gender identity: theoretical aspects of research. *Bulletin of Tomsk State University*, 352, 78—81. (In Russ.).
3. Зинченко, Е.В. (2015). Одиночество. В: *Психология общения. Энциклопедический словарь* (с. 98—99). М.: Когито-Центр.  
Zinchenko, E.V. (2015). Loneliness. In: *Psychology of communication. Encyclopedic dictionary* (pp. 98—99). Moscow: Kogito-Center. (In Russ.).
4. Ишанов, С.А., Осин, Е.Н., Костенко, В.Ю. (2018). Личностное развитие и качество уединения. *Культурно-историческая психология*, 14(1), 30—40.  
<https://doi.org/10.17759/chp.2018140104>  
Ishanov, S.A., Osin, E.N., Kostenko, V.Yu. (2018). Personal development and the quality of privacy. *Cultural and Historical Psychology*, 14(1), 30—40. (In Russ.).  
<https://doi.org/10.17759/chp.2018140104>
5. Кандыбович, С.Л., Разина, Т.В. (2019). Особенности социализации молодежи в условиях современной цифровой среды. *Мировые цивилизации*, 4(3-4), 23—28.

Сачкова М.Е., Семенова Л.Э. (2025)  
Гендерная специфика переживания одиночества и  
доверия к себе и другим в юношеском возрасте  
*Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—  
112.

Sachkova M.E., Semenova L.E. (2025)  
Gender specificity of loneliness experiences and trust in  
themselves and others in youth  
*Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112.

- Kandybovich, S.L., Razina, T.V. (2019). Features of youth socialization in the modern digital environment. *World Civilizations*, 4(3-4), 23—28. (In Russ.).
6. Клецина, И.С., Иоффе, Е.В. (2017). *Гендерные нормы как социально-психологический феномен*. М.: Проспект.  
Kletsina, I.S., Ioffe, E.V. (2017). *Gender norms as a socio-psychological phenomenon*. Moscow: Prospect. (In Russ.).
7. Кожогулова, Ж.Д., Давыдова, Ю.А. (2010). Гендерные особенности осознания, переживания и способов преодоления одиночества молодежью. *Вестник Кыргызско-Российского Славянского университета*, 10(11), 21—25.  
Kozhogulova, J.D., Davydova, Y.A. (2010). Gender-specific awareness, experiences, and ways of overcoming loneliness among young people. *Bulletin of the Kyrgyz-Russian Slavic University*, 10(11), 21—25. (In Russ.).
8. Корнев, С.А. (2021). Доверие как ведущее социально-психологическое отношение в переживании экзистенциальных данностей. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, 27(1), 40—45.  
<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-1-40-45>  
Kornev, S.A. (2021). Trust as a leading socio-psychological attitude in experiencing existential realities. *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 27(1), 40—45. (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-1-40-45>
9. Крюкова, Т.Л., Ронч, А.М. (2012). Детерминанты одиночества и совладания с ним в супружеских отношениях. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, 4, 129—135.  
Kryukova, T.L., Ronch, A.M. (2012). Determinants of loneliness and coping with it in a marital relationship. *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 4, 129—135. (In Russ.).
10. Купрейченко, А.Б. (2008). *Психология доверия и недоверия*. М.: Изд-во «Институт психологии РАН».  
Kupreichenko, A.B. (2008). *Psychology of trust and distrust*. Moscow: "Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences" Publ. (In Russ.).
11. Манакова, Е.А. (2018). Опросник переживания одиночества. *Сибирский психологический журнал*, 69, 149—171. <https://doi.org/10.17223/17267080/69/9>  
Manakova, E.A. (2018). Loneliness experience questionnaire. *Siberian Psychological Journal*, 69, 149—171. (In Russ.). <https://doi.org/10.17223/17267080/69/9>
12. Пашукова, Т.И., Ложникова, О.М. (2022). Особенности проявления эгоцентризма у юношей и девушек при составлении постов для общения в сети Интернет. *Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки*, 4(845), 77—83. [https://doi.org/10.52070/2500-3488\\_2022\\_4\\_845\\_77](https://doi.org/10.52070/2500-3488_2022_4_845_77)  
Pashukova, T.I., Lozhnikova, O.M. (2022). Features of the manifestation of egocentrism in boys and girls when composing posts for communication on the Internet. *Bulletin of the Moscow State Linguistic University. Education and Pedagogical Sciences*, 4(845), 77—83. (In Russ.). [https://doi.org/10.52070/2500-3488\\_2022\\_4\\_845\\_77](https://doi.org/10.52070/2500-3488_2022_4_845_77)

Сачкова М.Е., Семенова Л.Э. (2025)  
Гендерная специфика переживания одиночества и  
доверия к себе и другим в юношеском возрасте  
*Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—  
112.

Sachkova M.E., Semenova L.E. (2025)  
Gender specificity of loneliness experiences and trust in  
themselves and others in youth  
*Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112.

13. Рассказова, И.Н. (2007). Безбрачное одиночество женщин в период ранней взрослости. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*, 1, 20—29.  
Rasskazova, I.N. (2007). The celibate loneliness of women in early adulthood. *Bulletin of Omsk University. Series "Psychology"*, 1, 20—29. (In Russ.).
14. Рогова, Е.Е. (2007). Переживание одиночества подростками с разной социальной направленностью. *Вопросы психологии*, 5, 39—46.  
Rogova, E.E. (2007). The experience of loneliness among teenagers with different social orientations. *Questions of Psychology*, 5, 39—46. (In Russ.).
15. Рогова, Е.Е. (2021). Взаимосвязь одиночества и Я-концепции в подростковом возрасте. *Мир науки. Педагогика и психология*, 9(6). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN621.pdf> (дата обращения: 19.03.2025).  
Rogova, E.E. (2021). The relationship between loneliness and Self is a concept in adolescence. *The world of science. Pedagogy and Psychology*, 9(6). (In Russ.). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/57PSMN621.pdf> (viewed: 19.03.2025).
16. Скрипкина, Т.П. (2000). *Психология доверия*. М.: Академия.  
Skripkina, T.P. (2000). *Psychology of trust*. Moscow: Akademiya. (In Russ.).
17. Слободчиков, И.М. (2008). Переживание одиночества с позиций культурно-исторической психологии Л.С. Выготского. *Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование*, 3, 32—42.  
Slobodchikov, I.M. (2008). Experiencing loneliness from the perspective of cultural and historical psychology of L.S. Vygotsky. *Bulletin of the Russian State University of Economics. Series: Psychology. Pedagogy. Education*, 3, 32—42. (In Russ.).
18. Соловьева, Л.Н. (2023). Одиночество в «обществе всеобщей коммуникации»: парадокс цифровой современности. *Общество: философия, история, культура*, 7, 77—82. <https://doi.org/10.24158/fik.2023.7.10>  
Solovyova, L.N. (2023). Loneliness in the "society of universal communication": the paradox of digital modernity. *Society: Philosophy, History, Culture*, 7, 77—82. (In Russ.). <https://doi.org/10.24158/fik.2023.7.10>
19. Стрижицкая, О.Ю., Муртазина, И.Р., Петраш, М.Д. (2024). Одиночество и ориентированность на социум: модулирующая роль возраста, пола и психологического благополучия. *Консультативная психология и психотерапия*, 32(1), 103—121. <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320105>  
Strizhitskaya, O.Yu., Murtazina, I.R., Petrash, M.D. (2024). Loneliness and social orientation: the moderating role of age, gender, and psychological well-being. *Consultative Psychology and Psychotherapy*, 32(1), 103—121. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320105>
20. Тихонов, Г.М. (2015). Феномен одиночества: гендерный аспект. *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*, 1(21), 26—31.  
Tikhonov, G.M. (2015). The phenomenon of loneliness: the gender aspect. *Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology*, 1(21), 26—31. (In Russ.).
21. Bellucci, G., Park, S.Q. (2024) Loneliness is associated with more trust but worse trustworthiness expectations. *British Journal of Psychology*, 115(4), 641—664. <https://doi.org/10.1111/bjop.12713>

Сачкова М.Е., Семенова Л.Э. (2025)  
Гендерная специфика переживания одиночества и  
доверия к себе и другим в юношеском возрасте  
*Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—  
112.

Sachkova M.E., Semenova L.E. (2025)  
Gender specificity of loneliness experiences and trust in  
themselves and others in youth  
*Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112.

22. Billah, M.A., Akhtar, S., Khan, M.N. (2023). Loneliness and trust issues reshape mental stress of expatriates during early COVID-19: a structural equation modelling approach. *BMC Psychology*, 11(140). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01180-9>
23. Chen, T.-Y., Geng, J.-H., Chen, S.-Ch., Lee, J.-I. (2022). Living alone is associated with a higher prevalence of psychiatric morbidity in a population-based cross-sectional study. *Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1054615>
24. Lieberz, J., Shamay-Tsoory, S.G., Saporta, N., Esser, T., Kuskova, E., Stoffel-Wagner, B., Hurlemann, R., Scheele, D. (2021). Loneliness and the Social Brain: How Perceived Social Isolation Impairs Human Interactions. *Advanced Science*, 8(21). <https://doi.org/10.1002/advs.202102076>

## Информация об авторах

Марианна Евгеньевна Сачкова, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры общей психологии Института общественных наук, Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (ФГБОУ ВО РАНХиГС); профессор кафедры теоретических основ социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2982-8410>, e-mail: msachkova@mail.ru

Лидия Эдуардовна Семенова, доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры возрастной и клинической психологии факультета социальных наук, Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет имени Н.И. Лобачевского (ФГАОУ ВО ННГУ им. Н.И. Лобачевского); профессор кафедры общей и клинической психологии лечебного факультета, Приволжский исследовательский медицинский университет (ФГБОУ ВО ПИМУ), Нижний Новгород, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5077-394X>, e-mail: verunechka08@list.ru

## Information about the authors

Marianna E. Sachkova, Grand PhD in Psychology, Professor, Professor of the Chair of General Psychology, Institute of Social Sciences, Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration; Professor of the Chair of Theoretical Foundations of Social Psychology, Moscow State Psychological and Pedagogical University, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2982-8410>, e-mail: msachkova@mail.ru

Lidiya E. Semenova, Grand PhD in Psychology, Associate Professor, Professor of the Chair of Age and Clinical Psychology, Department of Social Sciences, National Research Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod; Professor of the Chair of General and Clinical Psychology, Department of Medicine, Privolzhsky Research Medical University, Nizhny Novgorod, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5077-394X>, e-mail: [verunechka08@list.ru](mailto:verunechka08@list.ru)

## Вклад авторов

Сачкова М.Е. — идея исследования; сбор и анализ данных; применение статистических методов; визуализация результатов исследования; написание и оформление рукописи.



Сачкова М.Е., Семенова Л.Э. (2025)  
Гендерная специфика переживания одиночества и  
доверия к себе и другим в юношеском возрасте  
*Психолого-педагогические исследования*, 17(4), 97—  
112.

Sachkova M.E., Semenova L.E. (2025)  
Gender specificity of loneliness experiences and trust in  
themselves and others in youth  
*Psychological-Educational Studies*, 17(4), 97—112.

Семенова Л.Э. — идея исследования; сбор и анализ данных; подбор и анализ литературных источников; аннотирование, написание и оформление рукописи.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

### **Contribution of the Authors**

Marianna E. Sachkova — ideas; data collection and analysis; application of statistical methods for data analysis; visualization of research results; writing and design of the manuscript.

Lidiya E. Semenova — ideas; data collection and analysis; selection and literary analysis; annotation, writing and design of the manuscript.

All authors participated in the discussion of the results and approved the final text of the manuscript.

### **Конфликт интересов**

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

### **Conflict of Interest**

The authors declare no conflict of interest.

### **Декларация об этике**

Участие в исследовании носило добровольный и анонимный характер. Все респонденты были старше 18 лет.

### **Ethics Statement**

Participation in the study was voluntary and anonymous. All respondents were over the age of 18.

Поступила в редакцию 06.04.2025  
Поступила после рецензирования 05.08.2025  
Принята к публикации 15.12.2025  
Опубликована 30.12.2025

Received 2025.04.06.  
Revised 2025.08.05.  
Accepted 2025.12.15.  
Published 2025.12.30.