

ТВОРЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС КАК МОДЕЛЬ ПРЕОДОЛЕНИЯ НЕГАТИВНОГО ОДИНОЧЕСТВА. ОБЗОР ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Е.В. НЕВЗОРОВА¹, Е.Ю. НЕВЗОРОВ¹, Д.С. ТОКМАЧЁВА¹

¹ ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»,
ул. Интернациональная, д. 33, г. Тамбов, 392000, Россия.

Обзорная статья

УДК 159.9 / 316.6

DOI: 10.21045/2782-1676-2026-6-2-52-63

Аннотация

Введение. Рост социальной изоляции и ухудшение психологического здоровья населения усиливают значимость проблемы негативного одиночества и поиск эффективных способов его преодоления. В связи с этим творческий процесс рассматривается как перспективный способ преобразовать одиночество в источник внутреннего роста. Такое понимание требует тщательного теоретического и эмпирического исследования. **Цель исследования:** изучить творческий процесс как модель преодоления негативного одиночества для теоретических и прикладных разработок в области доступной психологической поддержки людей с выраженным чувством одиночества на основе анализа художественной и научной литературы. **Материалы и методы.** В качестве материалов использовались научные публикации из баз данных Web of Science, PsycINFO, eLIBRARY.RU, PubMed, Google Scholar и ProQuest, а также художественные произведения Антуана де Сент-Экзюпери, Харуки Мураками, Ирвина Ялома и Оскара Уайлда, дополненные теоретическими концепциями Карла Густава Юнга. Методы исследования включали обзор, систематизацию и сравнительный анализ теорий одиночества, литературных текстов и результатов эмпирических исследований в области креативности и психотерапии. **Результаты.** Анализ художественной и научной литературы о творческом процессе как перспективном способе преобразования одиночества в ресурс внутреннего роста позволил выявить теоретические основания и практические механизмы взаимосвязи креативности и снижения переживания в изоляции, а также показать, как творчество на социальном, эмоциональном и когнитивном уровнях способствует уменьшению чувства одиночества и повышению качества жизни. Практические механизмы, связывающие творчество и снижение чувства одиночества (организация групповых творческих проектов, применение практик арт-терапии и создание творческих мастерских) позволяют создать ощущение сплочённости и укрепить социальные связи, дают возможность безопасно выражать внутренние переживания, поддерживают самооценку и расширяют круг общения. Формирование новых контактов уменьшает чувство социальной разобщённости. **Заключение.** Ключевой вывод по результатам настоящего исследования состоит в том, что показана эффективность творческого процесса как средства борьбы против негативного одиночества. Использование творчества как способа борьбы с негативным одиночеством открывает новые горизонты для личностного роста и эмоционального здоровья.

Ключевые слова: одиночество, самопознание, саморазвитие, креативность, арт-терапия, групповое творчество, повышение качества жизни.

Для цитирования: Невзорова Е.В., Невзоров Е.Ю., Токмачёва Д.С. Творческий процесс как модель преодоления негативного одиночества. Обзор художественной и научной литературы. Общественное здоровье. 2026; 6(2):52–63. DOI: 10.21045/2782-1676-2026-6-2-52-63

Контактная информация: Невзорова Елена Владимировна, e-mail: evnevzorova@yandex.ru

Финансирование: исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов: авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Статья поступила в редакцию: 23.10.2025. **Статья принята к печати:** 12.05.2026. **Дата публикации:** 30.06.2026.

Review article

UDC 159.9 / 316.6

DOI: 10.21045/2782-1676-2026-6-2-52-63

THE CREATIVE PROCESS AS A MODEL FOR OVERCOMING NEGATIVE LONELINESS. A REVIEW OF FICTION AND SCIENTIFIC LITERATURE

E.V. Nevzorova¹, E.Yu. Nevzorov¹, D.S. Tokmacheva¹

¹ Derzhavin Tambov State University, 33 Internatsionalnaya Street, Tambov, 392000, Russia.

Abstract

Introduction. The rise of social isolation and the deterioration of psychological health in the population increase the significance of the problem of negative loneliness and the search for effective ways to overcome it. Therefore, the creative process is considered a promising way to transform loneliness into a source of inner growth. This understanding requires thorough theoretical and empirical research. *The purpose of the study:* to study the creative process as a model for overcoming negative loneliness for theoretical and applied research in the field of accessible psychological support for people with a pronounced sense of loneliness based on the analysis of fiction and scientific literature. *Materials and methods.* The materials used were scientific publications from the Web of Science, PsycINFO, eLIBRARY.RU, PubMed, Google Scholar, and ProQuest databases, as well as works of fiction by Antoine de Saint-Exupéry, Haruki Murakami, Irvin Yalom, and Oscar Wilde, supplemented by the theoretical concepts of Carl Gustav Jung. The research methods included a review, systematization, and comparative analysis of theories of loneliness, literary texts, and the results of empirical research in the field of creativity and psychotherapy. *Results.* An analysis of the artistic and scientific literature on the creative process as a promising way to transform loneliness into a source of inner growth revealed the theoretical foundations and practical mechanisms linking creativity and the reduction of loneliness. It demonstrated the impact of creativity on the social, emotional, and cognitive levels, reducing loneliness and improving quality of life. Practical mechanisms linking creativity and the reduction of loneliness (organizing group creative projects, using art therapy practices, and creating creative workshops) help create a sense of community and strengthen social connections, provide an opportunity to safely express inner experiences, support self-esteem, and expand social circles. Forming new connections reduces feelings of social isolation. *Conclusion.* The key finding of this study is that the creative process is effective as a means of combating negative loneliness. Using the creative process as a means of combating negative loneliness opens new horizons for personal growth and emotional health.

Keywords: loneliness, self-knowledge, self-development, creativity, art therapy, group creativity, improving quality of life.

For citation: Nevzorova E.V., Nevzorov E.Yu., Tokmacheva D.S. The creative process as a model for overcoming negative loneliness. A review of fiction and scientific literature. Public health. 2026; 6(2):52–63. DOI: 10.21045/2782-1676-2026-6-2-52-63

Funding: the study had no sponsorship.

Conflict of interests: the authors declare that there is no conflict of interests.

Received: 23.10.2025. **Accepted:** 12.05.2026. **Published:** 30.06.2026.

Аннотации на испанском и французском языках приводятся в конце статьи

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире одиночество становится всё более распространённым явлением, и в будущем эта тенденция, по мнению многих исследователей, сохранится или даже усилится. Развитие технологий, дистанционная работа, урбанизация и индивидуализация общества приводят к тому, что люди, живущие в мегаполисе, всё чаще остаются наедине с собой. «Замечено, что одиночество может проявляться как в изоляции, так и вместе с другими людьми, как внутри семьи, так и среди друзей» – утверждают авторы Д.Д. Генералов и др. в своей работе «Одиночество как фактор раскрытия творческого потенциала человека» [1]. Принято считать, что одиночество – это не только физическое отсутствие рядом людей, но и ощущение непонятости, невостребованности, невозможности открыто делиться своими мыслями и чувствами [2, 3].

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), негативное одиночество связано с повышенным риском развития депрессии, тревожных расстройств, а также снижением качества жизни и общей устойчивости

к стрессу. В докладе Комиссии ВОЗ «От одиночества к социальным связям: прокладывать путь к более здоровым обществам» подчеркивается, что каждый шестой человек в мире сталкивался с одиночеством в период с 2014 по 2023 г. Особенно тревожная ситуация – среди подростков 13–17 лет (20,9%) и молодых людей 18–29 лет (17,4%). В эти периоды жизни молодое поколение испытывает особенно высокие ожидания от социальных контактов – и в то же время сталкивается с трудностями их построения. Профессор П. Куолтер в докладе Комиссии ВОЗ по социальным связям обращает внимание на серьёзность проблемы социальной изоляции, которая особенно затрагивает молодёжь, и настаивает: развитие межличностных связей необходимо вывести в ранг глобальных приоритетов общества¹.

Параллельно изменяется восприятие одиночества: всё чаще его не считают трагедией, а принимают как естественную часть человеческого опыта. Такой подход открывает новые

¹ From loneliness to social connection: charting a path to healthier societies. WHO. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/978240112360> (Date accessed: July 18, 2025).

перспективы: вместо того чтобы видеть в одиночестве изъян, люди могут использовать его как возможность для самопознания и личностного роста – и в итоге выстроить более сбалансированный и самостоятельный образ жизни.

В связи с этим перед психологической наукой и практикой встаёт важная задача: найти действенные методы снижения негативных эффектов одиночества. Многообещающим решением здесь выглядит творчество – как индивидуальное, так и коллективное. Такие практики, как арт-терапия, участие в креативных группах и другие творческие активности, дают сразу несколько эффектов, они укрепляют эмоциональный и когнитивный ресурс, помогают восстановить внутреннее равновесие, способствуют социальной интеграции и позволяют наладить новые контакты и снизить тяжесть переживаний, связанных с изоляцией.

Тема взаимосвязи творчества и одиночества сегодня вызывает всё больше обсуждений, но целостного взгляда на неё по-прежнему не хватает. Чаще всего исследователи и писатели идут параллельными путями: одни изучают творческий процесс, другие – природу одиночества. В результате остаётся неясным, как именно творчество помогает справиться с тягостным ощущением изоляции и какие психологические механизмы за этим стоят.

Данное исследование призвано соединить разрозненные подходы в единую картину. Авторы настоящей работы предлагают взглянуть на проблему с разных сторон – от художественных образов до научных данных – и найти практические способы использовать творчество как инструмент преодоления одиночества.

Впервые осуществляется комплексное сопоставление художественных образов одиночества у таких авторов, как А. де Сент-Экзюпери, Х. Мураками, И. Ялом, О. Уайлд, с теоретическими положениями аналитической психологии К.Г. Юнга, что позволяет глубже осмыслить психологическую природу изолированности и её трансформации через творчество.

Кроме того, исследование, опираясь на современные эмпирические данные, раскрывает новые вопросы: доклад Научного совета ВОЗ механизмы снижения негативного восприятия одиночества через творческую деятельность – будь то личное творчество, совместная работа или арт-терапия. Благодаря этому определены конкретные психологические процессы, которые делают творчество важным ресурсом для эмоциональной регуляции и социальной интеграции.

Таким образом, работа восполняет пробелы в существующих исследованиях, сочетая теоретическую обоснованность, художественное понимание и прикладной потенциал творческого процесса в решении актуальной социальной и психологической проблемы.

Цель исследования: изучить творческий процесс как модель преодоления негативного одиночества для теоретических и прикладных разработок в области доступной психологической поддержки людей с выраженным чувством одиночества на основе анализа художественной и научной литературы.

Задачи исследования:

1. Провести обзор теоретических концепций одиночества и его причин, представленных в научных источниках и художественных произведениях;
2. Исследовать роль творческого процесса (креативности, арт-терапии, коллективного творчества) в снижении негативного восприятия одиночества;
3. Обосновать теоретическую, практическую и социокультурную значимость исследования творческого процесса как модели преодоления негативного одиночества.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Исходные материалы исследования включали научные статьи по психологии одиночества, работы, посвящённые арт-терапии и креативным методикам, документы в области общественного здравоохранения, а также эмпирические данные, собранные в ходе пилотных программ внедрения творческих практик в сообществах.

Для сбора научной информации использовались авторитетные базы данных: Web of Science, PsycINFO, eLIBRARY.RU, PubMed, Google Scholar, ProQuest. Критериями отбора научных публикаций явились актуальность материалов, вышедших за последние 5 лет, с приоритетом на рецензируемые статьи и монографии; соответствие темам творчества, одиночества, психотерапии и креативности; наличие эмпирических данных или теоретических моделей, раскрывающих взаимосвязь между творческим процессом и преодолением одиночества; отсутствие дублирования и высокая цитируемость для обеспечения качества и значимости исследования.

Исследование художественного компонента опиралось на глубокий разбор выбранных

произведений Антуана де Сент-Экзюпери, Харуки Мураками, Ирвина Ялома и Оскара Уайльда, а также на изучение психологических идей Карла Густава Юнга в контексте одиночества и внутренней трансформации. Особое внимание уделялось тематическим мотивам, образам и символизму, которые отражают внутренний мир героев и их пути выхода из негативного состояния одиночества через творческое самовыражение.

В итоге сочетание данных научных публикаций и литературных текстов обеспечило целостный подход к изучению творческого процесса как способа преодоления негативного одиночества, отражая теоретические, практические и социокультурные аспекты поставленной цели исследования.

Для обработки материалов применялись качественный контент-анализ с целью выделения ключевых категорий и тем, а также сравнительный анализ, позволивший выявить как общие, так и уникальные особенности восприятия одиночества в литературных и научных текстах. В отношении научных данных использовалась критическая оценка их достоверности и актуальности, в том числе анализ эмпирических исследований влияния творческой активности и коллективного творчества на эмоциональное благополучие и социальную адаптацию.

Сочетание литературоведческого и психологического анализа в парадигме междисциплинарного исследования позволило выявить взаимосвязи между творческим процессом и механизмами преодоления негативного одиночества.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Обзор теоретических концепций одиночества и его причин, представленных в научных источниках и художественных произведениях. Одиночество – это субъективное чувство изоляции, нехватки или отсутствия социальных связей и эмоциональной поддержки. Оно может возникать даже тогда, когда человек физически находится среди других людей. Одиночество часто связано с ощущением непонятости, эмоциональной пустоты и невозможности делиться своими чувствами и переживаниями с окружающими [4, 5]. Одиночество можно разделить на два основных типа – вынужденное и осознанное.

Вынужденное одиночество – это состояние, когда человек оказывается один не по своей воле. Причинами могут быть обстоятельства

жизни, переезд, утрата близких, отсутствие поддержки и социальных контактов. Вынужденное одиночество часто сопровождается чувством тревоги, изоляции и неприятием своего положения. «Появляется всё больше доказательств того, что вынужденное одиночество связано с возникновением депрессии и других распространённых проблем с психическим здоровьем» – утверждают авторы Дж. Ван, Ф. Манн, Б. Ллойд-Эванс и др. в своей работе «Взаимосвязь между одиночеством, ощущаемой социальной поддержкой и последствиями проблем с психическим здоровьем: систематический обзор» [6].

В случае осознанного одиночества человек выбирает одиночество добровольно. Это может быть связано с желанием посвятить время личному развитию, саморефлексии или творчеству. Осознанное одиночество зачастую воспринимается как ценный опыт и не вызывает негативных эмоций, а, наоборот, становится источником внутренней гармонии и вдохновения.

Некоторым людям комфортно проводить время наедине с собой; это скорее способ жизни или предпочтение, а не привычка. В таком случае важно понимать, что и это пройдет, только так получится сохранить свое положение. По мнению авторов С.В. Манахова, А.А. Грединарь «Одиночество, в любом случае, это субъективное переживание каждого человека. Каким будет это чувство, и что оно даст личности, зависит только от того, насколько эта личность готова к принятию и осознанию этого чувства» [5].

Другие люди – напротив, не могут находиться в одиночестве и страдают от того, что не могут выйти из этого состояния. Аутофобия – патологическая боязнь одиночества. У человека отсутствует желание как-либо выходить в социум, но при этом он не может находиться один. Это приводит к ухудшению качества жизни и сокращению ее продолжительности из-за постоянного стресса, что часто становится причиной депрессии [4].

Анализ причин одиночества в современном мире показал, что основными факторами являются рост цифровых технологий, быстрые темпы урбанизации, а также увеличивающееся давление на индивидуальные достижения и самореализацию. Всё это приводит к тому, что людям становится сложнее устанавливать глубокие и искренние отношения, а виртуальное общение всё чаще подменяет реальные контакты. Люди проводят часы в интернете, но редко испытывают глубокие, искренние эмоции [2].

В статье А.И. Лучинкиной рассматриваются различные аспекты одиночества в социальных сетях. Автор подчеркивает, что у каждого человека опыт одиночества в интернете индивидуален. Указывается, что одиночество связано с личным выбором, как и участие в онлайн-сообществах. Несмотря на большое количество времени, проводимого в сети, многие не проявляют инициативы для общения, их вовлеченность в коммуникацию остается низкой. Социальные сети часто становятся для людей альтернативой реальной жизни, где важнее создать определенный образ, чем быть собой, подчиняясь закону «казаться, а не быть». По мнению автора «Одиночество всего лишь – в голове!»; «Одиночество – это выбор человека. Сети – тоже выбор»; «В сети находятся практически все время, однако общаться с другими не спешат. Вовлеченность в общение низкая» [3].

Как пример: хикикамори – японский термин, обозначающий людей, отказывающихся от социальной жизни в пользу виртуальной. Хикикамори можно связать с социофобией – типом тревожного расстройства, выражающегося излишним страхом или тревогой у человека, возникающих в одной или нескольких социальных ситуациях.

Последствия виртуальности жизни описывает в своей работе Ш. У. Ибрагимов: «Социальная изоляция, частично, связана с социофобией, депрессией и другими расстройствами. Когда человек долго находится в одиночестве, то все тяжелее и тяжелее становится «выход в социум», это характерно для всех возрастов» [2].

Городская жизнь также может стать причиной одиночества [4]. В больших городах люди живут «на бегу», у каждого – свои заботы и проблемы. Окружающие становятся просто прохожими. «В большом городе человек может чувствовать себя более одиноким, чем в пустыне» – эту мысль высказал А. де Сент-Экзюпери в книге «Планета людей» (Terre des hommes, 1939) [7].

«Люди приходят к тебе, убеждаются в твоей пустоте – и уходят дальше. И ты опять остаешься один, всё такой же пустой – или даже ещё пустее. Вот и всё, разве нет?» – соглашается с ним Х. Мураками в своем произведении «Бесцветный Цкуру Тадзаки и годы его странствий» [8].

Еще одна причина одиночества – социальные ожидания. Современное общество диктует стандарты успеха, внешности, поведения. Стандарты навязчиво предписывают: успешная карьера, образцовая внешность, активная социальная жизнь. Стремление соответствовать

этим параметрам часто приводит к внутренней пустоте, уходу в себя. Произведения многих авторов передают, как давление социальных стандартов способствует одиночеству в современном мире.

Так, темы подлинности, одиночества и отчуждения подробно рассматриваются в книге И. Ялома «Экзистенциальная психотерапия». В ней он говорит о феномене отчуждения от самого себя и о том, как люди стремятся соответствовать ожиданиям других, теряя связь с собственной сущностью. «Мы так стараемся быть похожими на других, что перестаём быть собой, и от этого чувствуем себя чужими даже в собственной жизни» – пишет автор [9].

Чаще всего, если речь идёт о теме одиночества или следования социальным правилам, обращаются к роману О. Уайлда «Портрет Дориана Грея» (The Picture of Dorian Gray). «Чем больше живёшь по чужим правилам, тем сильнее ощущаешь собственное одиночество» – утверждает писатель [10].

Невозможно подогнать реальную жизнь под шаблон, который навязывает общество. Не каждый может достичь того успеха и внешнего совершенства, что транслируется с экранов и обложек журналов. Как результат, человек начинает чувствовать себя недостаточно хорошим, не понимая, что такие стандарты – часто иллюзия. Высказывание «Одиночество возникает не только из-за отсутствия людей, а из-за присутствия тех, перед кем надо притворяться» часто приписывается К.Г. Юнгу. Это вольное пересказанное выражение мыслей автора отражено в его в основных трудах, таких как «Воспоминания, сновидения, размышления», «Архетип и символ», «Психологические типы».

Чтобы соответствовать ожиданиям, люди надевают маски и перестают быть собой. Они подстраиваются, чтобы не выбиваться из множества, теряя свою индивидуальность. Возникает страх быть осмеянным или непонятым – и человек всё чаще замыкается в себе, избегая искреннего общения.

Фраза «Когда пытаешься втиснуться в рамки чужих представлений, теряешь себя – и неизбежно становишься одиноким» часто причисляется Х. Мураками, однако в его книгах в таком виде она не встречается. Это не прямая цитата из каких-либо произведений Мураками, а скорее вольная интерпретация его рассуждений о личности, обществе и одиночестве. Это одиночество отличается от простого физического отсутствия рядом кого-то – это внутреннее

отчуждение, невозможность построить глубокие и подлинные связи.

Роль творческого процесса (креативности, арт-терапии, коллективного творчества) в снижении негативного восприятия одиночества. В исследованиях, посвященных преодолению одиночества, отмечается влияние творческого процесса на психологическое благополучие.

Так, в работе M.J. Forgeard, J.G. Elstein «Advancements in the conceptualization and measurement of creative self-efficacy – A review and recommendations» делается вывод, что творчество связано с более высоким уровнем жизненного удовлетворения и социальной интеграции [11].

Согласно результатам исследования Кенраада Сайперса из Норвежского университета естественных и технических наук, в котором участвовали более 50 тысяч норвежцев, погружение в творческий процесс через создание или восприятие искусства, концерты, выставки и другие форматы позитивно влияет на состояние здоровья, степень удовлетворённости жизнью, снижает уровень тревожности и депрессии [12].

Творческий процесс может выступать в роли трансформирующего механизма, который помогает преодолеть негативные проявления одиночества и наполнить жизнь новым смыслом. Креативность, арт-терапия и коллективное творчество уменьшают ощущение одиночества, помогают выразить эмоции безопасным способом, способствуют формированию поддерживающей среды, где можно быть услышанным и понятым, даже если отсутствует тесный круг знакомых или семья.

1) *Влияние креативности на одиночество.* Развитие креативного мышления даёт человеку инструмент для более глубокого самопознания и самовыражения. Процесс создания чего-то нового помогает обрести смысл, переключить внимание с негативных чувств на позитивное действие. Креативность позволяет видеть одиночество не только как недостаток общения, но и как время для внутреннего роста.

В книге P.J. Silvia, J.C. Kaufman «The Cambridge Handbook of Creativity», содержится подробный анализ влияния креативности на одиночество, при этом подчеркивается, что творческие занятия могут усиливать чувство связи с собой и другими, снижая ощущение социальной изоляции [13].

Схожие мысли выражены и в исследовании Е.Е. Роговой, О.А. Грузиновой, посвящённом изучению взаимосвязи одиночества и креативности у молодых людей. Авторы анализируют

связи между временным одиночеством и творческими способностями, опираясь на данные, полученные с помощью опросника «Одиночество» Е.Е. Роговой, теста вербальной креативности (по методикам Дж. Гилфорда и П. Торренса в адаптации Туник Е.), а также методики оценки личностной креативности Туник Е.Е. Выяснилось, что даже кратковременное одиночество способствует росту количества и разнообразия идей у юношей, а также развитию их фантазии и способности придумывать оригинальные истории о незнакомых местах, необычно интерпретировать образы на картинах, видеть то, что ускользает от других наблюдателей [14].

2) *Влияние арт-терапии на одиночество.* Некоторые авторы в качестве преодоления одиночества рассматривают арт-терапию. Арт-терапия уменьшает ощущение изоляции, создавая безопасное пространство для выражения своих чувств через искусство. Творческие задания помогают осознать свои эмоции, снять внутреннее напряжение и наладить контакт с собой. Арт-терапия часто проводится индивидуально или в группе, что дополняет эффект поддержкой и вниманием со стороны других участников и специалистов.

Авторы H.L. Stuckey, J. Nobel в обзоре «The Connection Between Art, Healing, and Public Health. A Review of Current Literature» показывают каким образом участие в художественном творчестве уменьшает стресс, тревожность и одиночество у разных возрастных групп [15].

В исследовании H. Hosea, V. Ponton «Art Therapy Reduces Loneliness and Social Isolation in Older Adults: A Review» описывается, как арт-терапия повышает социальную активность пожилых людей и помогает справляться с чувством одиночества [16].

В статье J. Holt-Lunstad, T.B. Smith, M. Baker, T. Harris, D. Stephenson «Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review» обсуждаются методы борьбы с одиночеством, включая художественные практики [17].

В публикации E.C. Ciasca, R.C. Ferreira, J.A. da Silva «Art therapy as an intervention for elderly adults with depression: a systematic review» проводится систематический обзор исследований, посвящённых использованию арт-терапии как метода интервенции для пожилых людей с депрессией. Авторы анализируют существующие научные данные по эффективности арт-терапии в снижении симптомов депрессии у пожилых пациентов [18].

Работа F. Reynolds «Color and communion: Exploring the influences of visual art-making as a leisure activity on older women's subjective well-being» посвящена тому, как занятия искусством способствуют созданию чувства принадлежности в пожилом возрасте и помогают преодолеть одиночество [19].

Обзор H. Hosea, V. Ponton «Art Therapy Reduces Loneliness and Social Isolation in Older Adults: A Review» рассматривает влияние групповой арт-терапии на уменьшение одиночества среди пожилых людей [16].

Систематический обзор об эффективности арт-терапии для снижения депрессии и одиночества у пожилых выполнен в исследовании S.K. Kim, S.H. Kim «Effectiveness of art therapy in reducing depression and loneliness in the elderly: a systematic review» [20].

3) *Влияние группового творчества (рисование, музыка, театр) на одиночество.* Отмечаются научные работы, содержащие сведения о групповом творчестве против одиночества. Участие в коллективных творческих проектах – мощный ресурс для преодоления одиночества. Общая деятельность способствует развитию чувства принадлежности, создаёт атмосферу доверия и взаимопонимания. Совместное рисование учит делиться идеями, вдохновляет через совместное обсуждение и визуализацию образов. Групповое музицирование (ансамбль, хор) требует взаимодействия, слушания друг друга, способствуя построению глубоких связей. Театр объединяет людей в творческом поиске, учит эмпатии, развивает навык командной работы, усиливает чувство общности.

Исследование авторов S.C. Morrison, H. Gore в работе «The relationship between loneliness and creative activity» показывает, что участие в групповых творческих активностях помогает людям строить социальные связи и уменьшает чувство одиночества [21].

В работе G. D. Cohen et al. «The Impact of Professionally Conducted Cultural Programs on the Physical Health, Mental Health, and Social Functioning of Older Adults» упоминается рост социальной активности и снижение чувства одиночества благодаря участию в творческих занятиях [22].

В обзоре D. Fancourt, S. Finn «What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review» обсуждается, как участие в групповых художественных активностях (рисование, музыка, театр) способствует развитию социальных связей и снижению чувства одиночества [23].

Работа T. Pyman и S. Rugg «Participating in a creative writing group: Therapeutic benefits for people with serious mental health problems» демонстрирует, что совместное творчество – например, участие в литературных сообществах – способствует формированию чувства сопричастности. Подобная коллективная деятельность позволяет людям, сталкивающимся с серьёзными психическими трудностями, обрести поддержку, снизить уровень изоляции и уменьшить ощущение одиночества [24].

Авторы H. L. Stuckey, J. Nobel в исследовании «The Connection Between Art, Healing, and Public Health: A Review of Current Literature» рассматривают групповые художественные практики как эффективный способ формирования чувства общности и взаимной поддержки [15].

Статья C. J. Greaves, L. Farbus «Effects of creative and social activity on the health and well-being of socially isolated older people: Outcomes from a multi-method observational study» содержит анализ того, как коллективные творческие занятия снижают уровень социальной изоляции и одиночества у пожилых людей [25].

Обоснование теоретической, практической и социокультурной значимости исследования творческого процесса как модели преодоления негативного одиночества. В ходе исследования на основе анализа художественной и научной литературы изучен творческий процесс как модель преодоления негативного одиночества, решены важные теоретические и практические задачи.

Теоретическая значимость исследования творческого процесса как модели преодоления негативного одиночества:

1. Теоретическая значимость настоящей работы состоит в углубленном понимании самой природы одиночества. Анализ художественной литературы позволил выявить различные стороны одиночества, его экзистенциальные и социальные формы. Научная литература позволила систематизировать концепции одиночества, разграничить понятия позитивного и негативного одиночества.
2. Изучение научных работ по психологии творческой деятельности (трудов по арт-терапии, личное творчество, совместная творческая работа) и сопоставление их с героями художественной литературы помогло определить как именно творчество помогает трансформировать переживание одиночества, а именно: создаёт

условия для самовыражения личности; формирует ощущение связи с аудиторией, читателем или зрителем; помогает переосмыслить личный опыт.

3. Научные данные по психологии, социологии, философии и художественные тексты в дальнейшем позволяют создать многомерную модель, которая представит творческий процесс не как отвлекающий шаг, а как систему преодоления социальной изоляции.

Практическая значимость исследования творческого процесса как модели преодоления негативного одиночества:

1. Примеры различных стратегий, представленные в научной и художественной литературе, могут быть использованы в разработке методов психологической поддержки и составить основу программ по арт-терапии и реабилитационных практик для людей, которые испытывают одиночество.
2. В исследовании показано как творческая деятельность помогает формировать новые социальные связи (креативность, арт-терапия, коллективное творчество), являющиеся инструментами для профилактики одиночества в группах риска (подростки, пожилые люди, мигранты).
3. Результаты исследования могут быть использованы в педагогической деятельности для мотивации учащихся посредством творчества, в консультациях по карьерному росту, в поиске профессиональной идентичности через различные креативные практики.
4. Герои художественных произведений – образы писателей, художников, музыкантов в литературе, преодолевающие негативное одиночество через творчество могут стать примерами просветительских проектов, которые направлены на снижение негативного восприятия одиночества.

Исследование творческого процесса как модели преодоления негативного одиночества имеет также культурологический и гуманистический аспект:

1. Художественная литература, представленная в исследовании, хранит коллективный опыт переживания одиночества и его преодоления. Анализ художественных произведений позволяет определить культурные стратегии, которые актуальны для современного человека.

2. Выявленная связь между творчеством и психологическим благополучием подчеркивает важность использования культурных инициатив, арт-образования, развития креативных индустрий, которые выступают в качестве факторов общественного здоровья, способствуют формированию культуры здорового образа жизни и организации досуга населения различных возрастных групп.

ОБСУЖДЕНИЕ

Использование творческого процесса как способа преодоления негативного одиночества открывает новые перспективы для личностного роста и эмоционального благополучия. Творческая деятельность помогает человеку лучше понять самого себя, выражать свои чувства и находить внутренние ресурсы для преодоления сложных периодов. Кроме того, создание чего-то нового способствует формированию положительных эмоций, укрепляет уверенность в собственных силах и создает чувство принадлежности к сообществу единомышленников. Таким образом, творческий процесс становится эффективным инструментом поддержки и самопомощи на пути к преодолению одиночества.

Важнейшую роль в этом восстановительном и трансформационном процессе играет творческий акт – будь то литературный труд, изобразительное искусство, музыка или коллективное творчество. Творчество формирует пространство для оценки внутренних переживаний, которые иначе остаются подавленными или непроизнесёнными. Как показано в научных исследованиях и на примере художественных текстов А. де Сент-Экзюпери, Х. Мураками, И. Ялома и идей К.Г. Юнга, творческий процесс позволяет перевести субъективное ощущение отчуждения в конструктивную форму самовыражения, расширяет границы осознания и интегрирует противоречивые аспекты внутреннего «Я».

Поэтому творчество выступает не как мимолётное отвлечение, а как рабочая модель преодоления разрушающего одиночества. Оно даёт шанс наполнить кризисный период смыслом, расширить своё восприятие и шаг за шагом выстроить более осмысленный и живой жизненный маршрут.

Анализ художественной и научной литературы в отношении творческого процесса как перспективного способа преобразования

одиночества в источник внутреннего роста выявил теоретические основы и практические механизмы взаимосвязи креативности и снижения чувства одиночества, показал действие творчества на социальном, эмоциональном и когнитивном уровнях, снижающее чувство одиночества и повышения качества жизни.

Практические механизмы, связывающие творчество и снижение чувства одиночества (организация групповых творческих проектов, применение практик арт-терапии и создание творческих мастерских) позволяют создать ощущение сплочённости и укрепить социальные связи, дают возможность безопасно выражать внутренние переживания, поддерживают самооценку и расширяют круг общения. Формирование новых контактов уменьшает чувство социальной разобщённости.

Изучение художественных текстов и научных работ подтвердило, что творчество становится не просто способом закрыть внутреннюю пустоту, но и путём к созданию новых связей – с миром, с людьми и, главное, со своей глубинной сущностью. В таком понимании одиночество перестаёт быть негативным и превращается в источник силы и тонкого вдохновения. Японская мудрость между строк Х. Мураками: «Одиночество – лучший друг. Тишина – лучший собеседник».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучение творческого процесса как модели преодоления негативного одиночества на основе анализа художественной и научной литературы необходимо для решения ряда важных теоретических, практических и социальных задач.

Теоретическая значимость исследования:

1. Углубление понимания природы одиночества;

2. Раскрытие механизмов воздействия творчества;
3. Построение интегративной модели.

Практическая значимость:

1. Разработка методов психологической поддержки;
2. Профилактика социальной изоляции;
3. Поддержка творческой самореализации;
4. Повышение осведомлённости общества.

Культурологический и гуманистический аспект:

1. Актуализация культурного наследия;
2. Утверждение ценности творчества.

Ключевой вывод по результатам настоящего исследования состоит в том, что показана эффективность творческого процесса как средства борьбы против негативного одиночества, которое открывает новые горизонты для личностного роста и эмоционального здоровья. Через творческую деятельность человек постепенно яснее понимает собственные переживания, учится выражать сложные чувства и обнаруживает внутренние опоры, которые помогают пережить трудные периоды. Одновременно сам акт создания – пусть даже небольшого и несовершенного – вызывает положительные эмоции, укрепляет уверенность в себе и формирует ощущение причастности к сообществу людей, мыслящих схожим образом. Поэтому творчество работает не как развлечение, а как действенный способ поддержки и личностного роста, который заметно облегчает переживание одиночества.

Полученные в исследовании данные открывают перспективы для разработки прикладных программ поддержки людей в кризисных состояниях, интеграции креативности, арт-терапии, коллективного творчества в практики психологической реабилитации и профилактики социальной дезинтеграции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Генералов Д.Д., Мальцев С.М., Нагорнов Е.А. Одиночество как фактор раскрытия творческого потенциала человека. Современные исследования социальных проблем. 2023; 15(3–2):45–50.
2. Ибрагимов Ш.У. Социофобия как распространённая проблема современной молодёжи», Наука, образование и культура. 2022; 61(1): 59–62.
3. Лучинкина А.И., Лучинкина И.С. Особенности одиночества в сети. Гуманитарные науки. 2023; 61(1): 152–158.
4. Боровой Е.М. Страх и одиночество личности в ситуации тотальной урбанизации современного общества.

Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования. 2020; (5):40–45.

5. Манахов С.В., Грединар А.А. Экзистенциальное одиночество в контексте переживания ситуативного одиночества. Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований. 2020: 270–275.
6. Wang J., Mann F., Lloyd-Evans B. et al. The Relationship Between Loneliness, Perceived Social Support, and the Outcomes of Mental Health Problems: A Systematic Review. BMC Psychiatry. 2018; 18:156.

7. Сент-Экзюпери А. (без года). Планета людей. Пер. с фр. Норы Галь и др. Москва: Эксмо. 473 с.
8. Мураками Х. Бесцветный Цкуру Тадзак и годы его странствий. Пер. с яп. Д. Коваленина. Москва: Эксмо; 2015. 316 с.
9. Ялом И.Д. Экзистенциальная психотерапия. Пер. с англ. А. Фёдорова, Москва: Класс; 2004. 540 с.
10. Wilde O. The Picture of Dorian Gray. London: Ward, Lock and Co; 1891. 342 p.
11. Forgeard M.J.C., Elstein J.G. Advancements in the conceptualization and measurement of creative self-efficacy – A review and recommendations. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. 2014; 8(3):234–245.
12. Кейн С. Переживание. Об освобождении внутренней силы горько-сладких чувств. 2023. Режим доступа: <https://www.example-bookstore.ru/kane-perezhivanie-2023> (Дата обращения: 23 февраля 2026 г.).
13. Silvia P.J., Kaufman J.C. Creativity and mental illness. *The Cambridge Handbook of Creativity*. Cambridge: Cambridge University Press; 2010. pp. 381–394.
14. Рогова Е.Е. Взаимосвязь одиночества и я-концепции в подростковом возрасте. *Мир науки. Педагогика и психология*. 2021; 9(6):47.
15. Stuckey H.L., Nobel J. The connection between art, healing, and public health: A review of current literature. *American Journal of Public Health*. 2010; 100(2):254–263.
16. Hosea H., Ponton V. Art therapy reduces loneliness and social isolation in older adults: A review. *The Arts in Psychotherapy*. 2018; 62:40–47.
17. Holt-Lunstad J., Smith T.B., Baker M., Harris T., Stephenson D. Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*. 2015; 10(2): 227–237.
18. Ciasca E.C., Ferreira R.C., da Silva J.A. Art therapy as an intervention for elderly adults with depression: a systematic review. *Dementia & Neuropsychologia*. 2018; 2(3): 244–250.
19. Reynolds F. Color and communion – Exploring the influences of visual art-making as a leisure activity on older women's subjective well-being. *British Journal of Occupational Therapy*. 2010; 73(8):355–363.
20. Kim S.K., Kim S.H. Effectiveness of art therapy in reducing depression and loneliness in the elderly: a systematic review. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2013; 43(6):730–739.
21. Morrison S.C., Gore H. The relationship between loneliness and creative activity. *Creativity Research Journal*. 2010; 22(2):188–193.
22. Cohen G.D., Perlstein S., Chapline J., Kelly J., Firth K.M., Simmens S. The Impact of Professionally Conducted Cultural Programs on the Physical Health, Mental Health, and Social Functioning of Older Adults. *The Gerontologist*. 2006; 46(6):726–734.
23. Fancourt D., Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review». 2019. World Health Organization. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32091683/> (Date accessed: February 23, 2026).
24. Pyman T., Rugg S. Participating in a creative writing group: Therapeutic benefits for people with serious mental health problems. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2006; 13(5):624–631.
25. Greaves C.J., Farbus L. Effects of creative and social activity on the health and well-being of socially isolated older people: Outcomes from a multi-method observational study. *Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*. 2006; 126(3):134–142.

REFERENCES

1. Generalov D.D., Maltsev S.M., Nagornov E.A. Loneliness as a Factor in Unleashing Human Creative Potential. *Modern Studies of Social Problems*. 2023; 15(3–2):45–50. (In Russ.).
2. Ibragimov Sh.U. Social Phobia as a Common Problem of Modern Youth. *Science, Education and Culture*. 2022; 61(1): 59–62. (In Russ.).
3. Luchinkina A.I., Luchinkina I.S. Characteristics of Loneliness Online. *Humanities*. 2023; 61(1): 152–158. (In Russ.).
4. Borovoy E.M. Fear and Loneliness of an Individual in the Situation of Total Urbanization of Modern Society. *Medicine. Sociology. Philosophy. Applied Research*. 2020; (5):40–45. (In Russ.).
5. Manakhov S.V., Gredinar A.A. Existential Loneliness in the Context of Experiencing Situational Loneliness. *Actual Problems of Theory and Practice of Psychological, Psychological-Pedagogical, and Pedagogical Research*. 2020: 270–275. (In Russ.).
6. Wang J., Mann F., Lloyd-Evans B. et al. The Relationship Between Loneliness, Perceived Social Support, and the Outcomes of Mental Health Problems: A Systematic Review. *BMC Psychiatry*. 2018; 18:156.
7. Saint-Exupéry Antoine de (no year). Planet of the People. Trans. from French by Nora Gal et al. Moscow: Eksmo. 473 p. (In Russ.).
8. Murakami H. The Colorless Tsukuru Tazaki and His Years of Pilgrims. Translated from Japanese by D. Kovalenina. Moscow: Eksmo; 2015. 316 p. (In Russ.).
9. Yalom I.D. Existential Psychotherapy. Translated from English by A. Fedorova. Moscow: Klass; 2004. 540 p. (In Russ.).
10. Wilde O. The Picture of Dorian Gray. London: Ward, Lock and Co; 1891. 342 p.
11. Forgeard M.J.C., Elstein J.G. Advancements in the conceptualization and measurement of creative self-efficacy – A review and recommendations. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. 2014; 8(3):234–245.
12. Kane S. Experiencing: Unleashing the Inner Power of Bittersweet Feelings. 2023. Available from: <https://www.example-bookstore.ru/kane-perezhivanie-2023>. (Date accessed: February 23, 2026). (In Russ.).
13. Silvia P.J., Kaufman J.C. Creativity and mental illness. *The Cambridge Handbook of Creativity*. Cambridge: Cambridge University Press; 2010. P. 381–394.
14. Rogova E.E. The Relationship between Loneliness and Self-Concept in Adolescence. *Mir Nauki. Pedagogy and psychology*. 2021; 9(6):47. (In Russ.).
15. Stuckey H.L., Nobel J. The connection between art, healing, and public health: A review of current literature. *American Journal of Public Health*. 2010; 100(2):254–263.
16. Hosea H., Ponton V. Art therapy reduces loneliness and social isolation in older adults: A review. *The Arts in Psychotherapy*. 2018; 62:40–47.
17. Holt-Lunstad J., Smith T.B., Baker M., Harris T., Stephenson D. Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*. 2015; 10(2): 227–237.

18. Ciasca E.C., Ferreira R.C., da Silva J.A. Art therapy as an intervention for elderly adults with depression: a systematic review. *Dementia & Neuropsychologia*. 2018; 2(3): 244–250.
19. Reynolds F. Color and communion – Exploring the influences of visual art-making as a leisure activity on older women's subjective well-being. *British Journal of Occupational Therapy*. 2010; 73(8):355–363.
20. Kim S.K., Kim S.H. Effectiveness of art therapy in reducing depression and loneliness in the elderly: a systematic review. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2013; 43(6):730–739.
21. Morrison S.C., Gore H. The relationship between loneliness and creative activity. *Creativity Research Journal*. 2010; 22(2):188–193.
22. Cohen G.D., Perlstein S., Chapline J., Kelly J., Firth K.M., Simmons S. The Impact of Professionally Conducted Cultural

Programs on the Physical Health, Mental Health, and Social Functioning of Older Adults. *The Gerontologist*. 2006; 46(6):726–734.

23. Fancourt D., Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review». 2019. World Health Organization. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32091683/> (Date accessed: February 23, 2026).
24. Pyman T., Rugg S. Participating in a creative writing group: Therapeutic benefits for people with serious mental health problems. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2006; 13(5):624–631.
25. Greaves C.J., Farbus L. Effects of creative and social activity on the health and well-being of socially isolated older people: Outcomes from a multi-method observational study. *Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*. 2006; 126(3):134–142.

ES

El proceso creativo como modelo para superar la soledad negativa. Revisión de literatura de ficción y científica

E.V. Nevzorova, E.Yu. Nevzorov, D.S. Tokmachova

Anotación

Introducción. El aumento del aislamiento social y el deterioro de la salud psicológica de la población incrementan la importancia del problema de la soledad negativa y la búsqueda de métodos eficaces para superarla. En este sentido, el proceso creativo se considera un método prometedor para transformar la soledad en una fuente de crecimiento interno. Esta concepción requiere una exhaustiva investigación teórica y empírica. *El objetivo del estudio:* estudiar el proceso creativo como modelo para superar la soledad negativa para desarrollos teóricos y aplicados en el campo del apoyo psicológico accesible para personas con un profundo sentimiento de soledad, basándose en el análisis de literatura de ficción y científica. *Materiales y métodos.* Como materiales se utilizaron publicaciones científicas de las bases de datos Web of Science, PsycINFO, eLIBRARY. RU, PubMed, Google Scholar y ProQuest, así como obras literarias de Antoine de Saint-Exupéry, Haruki Murakami, Irvin Yalom y Oscar Wilde, complementadas con los conceptos teóricos de Carl Gustav Jung. Los métodos de investigación incluyeron la revisión, sistematización y análisis comparativo de las teorías de la soledad, los textos literarios y los resultados de estudios empíricos en el campo de la creatividad y la psicoterapia. *Resultados.* El análisis de la literatura de ficción y científica sobre el proceso creativo como método prometedor para transformar la soledad en un recurso de crecimiento interno permitió identificar los fundamentos teóricos y los mecanismos prácticos de la relación entre la creatividad y la reducción de la sensación de aislamiento, así como demostrar cómo la creatividad a nivel social, emocional y cognitivo contribuye a la disminución del sentimiento de soledad y a la mejora de la calidad de vida. Los mecanismos prácticos que vinculan la creatividad y la reducción del sentimiento de soledad (organización de proyectos creativos grupales, aplicación de prácticas de arteterapia y creación de talleres creativos) permiten generar un sentido de cohesión y fortalecer los vínculos sociales, brindan la oportunidad de expresar de manera segura las emociones internas, apoyan la autoestima y amplían el círculo social. La formación de nuevos contactos reduce el sentimiento de desconexión

FR

Le processus créatif comme modèle pour surmonter la solitude négative. Revue de la littérature scientifique et artistique

E.V. Nevzorova, E.Iou. Nevzorov, D.S. Tokmatcheva

Annotation

Introduction. L'accroissement de l'isolement social et la dégradation de la santé psychologique de la population renforcent l'importance du problème de la solitude négative et la recherche de moyens efficaces pour le surmonter. À cet égard, le processus créatif est considéré comme un moyen prometteur pour transformer la solitude en une source de croissance intérieure. Une telle appréhension requiert des recherches théoriques et empiriques minutieuses. *Objectif de l'étude:* étudier le processus créatif comme modèle pour surmonter la solitude négative afin d'élaborer des cadres théoriques et appliqués dans le domaine de l'accompagnement psychologique accessible destiné aux personnes souffrant d'un sentiment prononcé de solitude, en se fondant sur une analyse de la littérature scientifique et artistique. *Matériels et méthodes.* Les supports utilisés incluaient des publications de recherche provenant des bases de données Web of Science, PsycINFO, eLIBRARY. RU, PubMed, Google Scholar et ProQuest, ainsi que des œuvres littéraires d'Antoine de Saint-Exupéry, Haruki Murakami, Irvin Yalom et Oscar Wilde, enrichies des vues théoriques de Carl Gustav Jung. Les méthodes de recherche comprenaient la revue, la systématisation et l'analyse comparative des théories sur la solitude, des textes littéraires et des résultats d'études empiriques dans le domaine de la créativité et de la psychothérapie. *Résultats.* L'analyse de la littérature scientifique et artistique concernant le processus créatif en tant que moyen prometteur de conversion de la solitude en ressource de développement intérieur a permis d'identifier les fondements théoriques et les mécanismes pratiques liant la créativité à la diminution du ressenti de l'isolement, puis de démontrer comment l'acte de création au niveau social, émotionnel et cognitif concourt à modérer le sentiment de solitude, tout en rehaussant la qualité de vie. Les mécanismes pratiques associant la créativité et la baisse du sentiment de solitude (l'organisation de projets créatifs collectifs, l'application de l'art-thérapie et la création d'ateliers créatifs) génèrent un sens de la cohésion et renforcent les liens sociaux, ils autorisent une expression sûre des émotions internes, confortent l'estime de soi et favorisent l'élargissement du cercle de relations. Le tissage de nouvelles connexions amenuise le sentiment de dissociation sociale.

social. *Conclusión.* La conclusión clave de los resultados del presente estudio es que se ha demostrado la eficacia del proceso creativo como medio para combatir la soledad negativa. El uso de la creatividad como método para combatir la soledad negativa abre nuevos horizontes para el crecimiento personal y la salud emocional.

Palabras clave: soledad, autoconocimiento, autodesarrollo, creatividad, arteterapia, creatividad grupal, mejora de la calidad de vida.

Conclusion. La conclusion clé des résultats de l'étude actuelle consiste en la mise en évidence de l'efficacité du processus créatif comme outil de lutte contre la solitude négative. L'usage de la création comme instrument pour combattre la solitude négative dévoile de nouvelles perspectives pour le développement personnel et la santé émotionnelle.

Mots clés: solitude, connaissance de soi, développement personnel, créativité, art-thérapie, création de groupe, amélioration de la qualité de vie.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ / ABOUT THE AUTHORS

Невзорова Елена Владимировна – доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой медицинской биологии, ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина», г. Тамбов, Россия.

Elena V. Nevzorova – Doctor of Sciences in Biology, Professor, Head of the Department of Medical Biology, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russia.

E-mail: evnevzorova@yandex.ru, ORCID: 0000-0003-3229-0738, SPIN-код: 2067-6425

Невзоров Евгений Юрьевич – кандидат исторических наук, доцент кафедры общественного здоровья и здравоохранения, ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина», г. Тамбов, Россия.

Evgeniy Yu. Nevzorov – Candidate of Sciences in History, Associate Professor of the Department of Public Health and Healthcare, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russia.

E-mail: skr-med@rambler.ru, ORCID: 0000-0002-6060-0820, SPIN-код: 4356-4319

Токмачева Дарья Сергеевна – студентка 1 курса СПО, направление «Сестринское дело», ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина», г. Тамбов, Россия.

Darya S. Tokmacheva – First-year student, Secondary Vocational Education, Nursing major, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russia.

E-mail: dariatokmacheva@icloud.com, ORCID: 0009-0003-5902-6934

НОВОСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

НАСТАВНИЧЕСТВО КАК ИНСТРУМЕНТ КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ: СТРАТЕГИЯ ЗАКРЕПЛЕНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ В МЕДИЦИНЕ

Система наставничества рассматривается как важный механизм закрепления медицинских кадров и повышения качества медицинской помощи, – сообщил министр здравоохранения Михаил Мурашко Президенту Российской Федерации Владимиру Путину на совещании с членами Правительства. Глава Минздрава России отметил, что по инициативе Правительства Российской Федерации был принят Федеральный закон от 17.11.2025 г. № 424-ФЗ, который официально сформировал институт наставничества в отрасли. Министр поблагодарил главу государства за поддержку данной инициативы и отметил активное участие председателя Госдумы Вячеслава Володина и председателя Совета Федерации Валентины Матвиенко в её реализации: в течение короткого срока после принятия закона были подготовлены и утверждены все сопутствующие нормативно-правовые акты, которые вступили в силу в марте 2026 г., а во все регионы направлены подробные методические рекомендации.

Таким образом, все медицинские организации, задействованные в рамках системы госгарантий или выступающие заказчиками целевого обучения, теперь обязаны назначать наставника каждому прибывающему к ним выпускнику. Михаил Мурашко подчеркнул, что это не формальное требование, а практическая мера. Предполагается, что еще до получения дипломов выпускники медицинских учебных заведений будут знать о доступных вакансиях, условиях труда и возможностях профессионального развития. Это сделает для них выход на первое место работы максимально понятным и комфортным. Тем самым, на местах формируется полноценная инфраструктура наставничества – в каждом регионе и больнице.

Министр пояснил, что медицинским организациям поручено разработать и утвердить положения о наставничестве с указанием размеров выплат, официально определить лиц, выполняющих функции наставников, и опубликовать все вакансии на платформе «Работа в России». Иными словами, сегодня для каждого выпускника должно быть определено конкретное рабочее место, обеспеченное кураторским сопровождением, а также сформированы системы мотивации для самих наставников и организовано информирование молодых специалистов. Также во исполнение поручения Президента Российской Федерации субъектам совместно с Министерством здравоохранения надлежит обеспечить реализацию мер социальной поддержки молодых специалистов. Таким образом, успешность государственной кадровой политики в отрасли напрямую обусловлена качеством межведомственного взаимодействия и уровнем исполнительской дисциплины на региональном уровне.

Источник: Официальный канал в МАХ Минздрава России.