

СОЦИОЛОГИЯ МЕДИЦИНЫ

SOCIOLOGY OF MEDICINE



© ТРЕГУБОВ В.Н., АДАМИЯ А.В., 2026



Трегубов В.Н.¹, Адамия А.В.²

Профилактика чувства одиночества у инвалидов

¹ФГАОУ ВО Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова
Министерства здравоохранения Российской Федерации (Сеченовский Университет), 119991, Москва, Россия;

²ГБУ города Москвы «Научно-исследовательский институт организации здравоохранения и медицинского менеджмента
Департамента здравоохранения города Москвы», 115088, Москва, Россия

РЕЗЮМЕ

Введение. Чувство одиночества широко распространено среди населения. Основными факторами его возникновения являются инвалидность, пожилой возраст, одинокое проживание, отсутствие семьи, близких родственников и друзей, редкие контакты с окружающими, наличие заболеваний и др.

Цель исследования — проанализировать состояние и возможность использования интернет-ресурсов для профилактики чувства одиночества у граждан с инвалидностью.

Материалы и методы. К социологическому исследованию в 2024 г. было привлечено 732 респондента, из них 100 лиц с инвалидностью, помимо карты анкетного опроса, заполняли диагностический тест-опросник Д. Рассела и М. Фергюсона. Изучение возможности использования интернет-ресурсов для профилактики чувства одиночества у инвалидов осуществлялось методом фокус-группы, к которому были привлечены 6 специалистов.

Результаты. Установлено, что практически у всех инвалидов возникает чувство одиночества, степень которого во многом зависит от группы инвалидности. Возникновению чувства одиночества у инвалидов способствует плохое здоровье, низкое материальное обеспечение, недостаточное общение с людьми и др. Чтобы отвлечься от чувства одиночества, большинство инвалидов изучают интернет-ресурсы, смотрят художественные фильмы, слушают музыку, с учётом состояния здоровья и возраста работают, гуляют и т. д. Привлечение инвалидов к освоению интернет-ресурсов способствует их социальной адаптации, саморазвитию, получению новой специальности и трудоустройству, что в свою очередь снижает у них чувство одиночества.

Ограничения исследования. К исследованию были привлечены граждане, проживающие в Москве и Московской области, в связи с чем обоснованные в статье выводы могут экстраполироваться на жителей Московского региона.

Заключение. Использование инвалидами в повседневной деятельности интернет-ресурсов является важным направлением профилактики у них чувства одиночества.

Ключевые слова: профилактика; инвалид; одиночество; интернет-ресурсы; социальная адаптация

Соблюдение этических стандартов. Все пациенты и опрошенные специалисты дали информированное добровольное письменное согласие на участие в данном исследовании. Исследование одобрено Этическим комитетом по экспертизе исследований в сфере общественного здоровья, организации и социологии здравоохранения при ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ» (протокол № 09-01/ЭК/2024 от 02.09.2024).

Для цитирования: Трегубов В.Н., Адамия А.В. Профилактика чувства одиночества у инвалидов. *Здравоохранение Российской Федерации.* 2026; 70(1): 50–56. <https://doi.org/10.47470/0044-197X-2026-70-1-50-56> <https://elibrary.ru/wsevai>

Для корреспонденции: Трегубов Валерий Николаевич, e-mail: tregubov_v_n@staff.sechenov.ru

Участие авторов: Трегубов В.Н. — концепция и дизайн исследования, написание текста, сбор и обработка материала, редактирование; Адамия А.В. — сбор и обработка материала, статистическая обработка данных, написание текста, составление списка литературы. *Все соавторы* — утверждение окончательного варианта статьи, ответственность за целостность всех частей статьи.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов в связи с публикацией данной статьи.

Поступила: 14.04.2025 / Принята к печати: 17.12.2025 / Опубликовано: 04.03.2026

Valeriy N. Tregubov¹, Aleksandr V. Adamia²

Prevention of feelings of loneliness in persons with disability

¹I.M. Sechenov First Moscow State Medical University (Sechenov University), Moscow, 119991, Russian Federation;

²Research Institute for Healthcare Organization and Medical Management of Moscow Healthcare Department, Moscow, 115088, Russian Federation

ABSTRACT

Introduction. Feelings of loneliness are widespread among the population. The main factors contributing to this feeling include disability, old age, living alone, lack of family, close relatives, and friends, infrequent social contact, and illness.

The purpose of the study was to analyze the current state and potential use of online resources to prevent loneliness in individuals with disabilities.

Materials and methods. Seven hundred thirty two respondents were recruited for the 2024 sociological study, including 100 individuals with disabilities who completed a questionnaire and the Russell and Ferguson Diagnostic Test. Focus groups with six specialists were used to examine the potential use of online resources to prevent loneliness in individuals with disabilities.

Results. The feeling of loneliness occurs in almost all persons with disability, the degree of which largely was established to depend on the disability group. The emergence of a feeling of loneliness in persons with disability is related with poor health, low financial security, insufficient communication with people, etc. To distract themselves from the feeling of loneliness, most persons with disability study Internet resources, watch feature films, listen to music, work, take into account their health and age, walk, etc. Involving persons with disability in the development of Internet resources contributes to their social adaptation, self-development, obtaining a new specialty and employment, which in turn reduces their feeling of loneliness.

Research limitations. The study involved citizens living in Moscow and the Moscow region, and therefore the conclusions substantiated in the article can be extrapolated to residents of the Moscow region.

Conclusion. The use of Internet resources by persons with disability everyday activities is an important area of preventing their feelings of loneliness.

Keywords: *prevention; disabled person; loneliness; Internet resources; social adaptation*

Compliance with ethical standards. All patients and interviewed specialists signed informed consent to participate in this study. The study was approved by the local ethics committee of the Research Institute for Healthcare Organization and Medical Management of Moscow Healthcare Department (protocol dated September 2, 2024 No. 09-01/EK/2024).

For citation: Tregubov V.N., Adamia A.V. Prevention of feelings of loneliness in persons with disability. *Zdravookhranenie Rossiiskoi Federatsii / Health Care of the Russian Federation, Russian journal.* 2026; 70(1): 50–56. <https://doi.org/10.47470/0044-197X-2026-70-1-50-56> <https://elibrary.ru/wsevai> (in Russian)

For correspondence: *Tregubov Valery Nikolaevich*, e-mail: tregubov_v_n@staff.sechenov.ru

Contribution of the authors: *Tregubov V.N.* — concept and design of the study, writing the text, collecting and processing the material, editing; *Adamia A.V.* — collecting and processing the material, statistical processing of the data, writing the text, compiling the list of references. *All co-authors* — approved the final version of the article, responsible for the integrity of all parts of the article.

Funding. The study had no sponsorship.

Conflict of interest. The authors declare no conflict of interest.

Received: April 14, 2025 / Accepted: December 17, 2025 / Published: March 4, 2026

Введение

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, чувство одиночества широко распространено среди людей во всём мире и не зависит от региона их проживания¹. Среди граждан с низким и средним уровнем дохода данное состояние распространено в такой же степени или даже выше, чем у лиц с высоким достатком. Чувство одиночества возникает у 5–15% подростков и 25% пожилых. Обычно эти люди чаще испытывают тревогу, депрессию, склонны к деменции и самоубийству, подвержены риску возникновения различных заболеваний, что способствует преждевременной их смерти.

Пожилкой возраст, одинокое проживание, отсутствие семьи, близких родственников и друзей, редкие контакты с окружающими, наличие заболеваний, снижающих качество жизни, и ряд других факторов увеличивают риск возникновения чувства одиночества у населения различных социальных групп и прежде всего у инвалидов [1–3]. Безусловно, что у некоторых граждан чувство одиночества самостоятельно проходит при создании ими своей семьи, появлении у них хобби, новых друзей, при трудоустройстве на интересную работу и т. д. [4]. Однако для эффек-

тивной социальной адаптации инвалидов, профилактики и снижения у них чувства одиночества необходимо осуществлять поиск и внедрение в практику здравоохранения и социальных служб новых направлений, которые в современных условиях, помимо широко используемых традиционных методов, должны задействовать информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) [5].

За последние годы на страницах российских периодических изданий на данную тему был опубликован ряд содержательных научных работ. Так, В.О. Гукова и соавт. подробно осветили вопросы обучения инвалидов компьютерной грамотности [6], Н.В. Каменкова и соавт. посвятили своё исследование обеспечению доступности профессионального образования для инвалидов на региональном уровне [7], С.В. Кибакин и соавт. обосновали использование новых возможностей по социальной образовательной реабилитации инвалидов с помощью современных ИКТ [8], П.В. Разов и соавт. раскрыли особенности работы тьюторов в процессе образовательной реабилитации инвалидов на основе интернет-технологий [9], Л.В. Усова и соавт. доказали возможность использования интернета как индикатора процесса интеграции инвалидов в общество [10] и др. Использованию инвалидами ИКТ были посвящены работы и зарубежных авторов, в том числе G.E. Lancioni и соавт. описали, как лица с интеллектуальными и зрительными нарушениями могут применять

¹ Официальный сайт Всемирной организации здравоохранения. URL: <https://www.who.int/groups/commission-on-social-connection> (дата обращения: 23.01.2025).

смартфоны во время своего досуга [11], S.A. Buckingham и соавт. поделились опытом проведения телереабилитации для людей с ограниченными физическими возможностями и нарушениями движения [12], R. Kyung и соавт. представили материалы о пользе искусственного интеллекта и виртуальной реальности для инвалидов и пожилых людей [13], P. Delgado и соавт. изучили опыт использования интернета молодыми людьми с инвалидностью в период COVID-19 [14], N. Salauddin осветила в своей работе доступность информационных ресурсов и услуг в библиотеке для пользователей с ограниченными возможностями [15], S. Robinson-Whelen и соавт. провели опрос женщин с инвалидностью о поиске ими цифровой медицинской информации [16] и др.

Учитывая распространённость чувства одиночества среди инвалидов и значимость ИКТ для профилактики и снижения у них данного состояния, дальнейшее изучение возможности привлечения лиц с физическими ограничениями в здоровье к работе с интернет-ресурсами является актуальной и своевременной научной задачей.

Цель исследования — проанализировать состояние и возможность использования интернет-ресурсов для профилактики чувства одиночества у граждан с инвалидностью.

Материалы и методы

Для достижения цели исследования использовались диагностический тест-опросник Д. Рассела и М. Фергюсона², фокус-группа и социологический метод. К социологическому исследованию в 2024 г. было привлечено 732 респондента, проживающих в Москве и Московской области, которым было предложено заполнить специально разработанную карту анкетного опроса, содержащую 20 вопросов. На момент проведения исследования 148 (20,2%) из них имели первую группу инвалидности, 241 (32,9%) — вторую, 265 (36,2%) — третью, у 78 (10,7%) инвалидность была снята. Среди респондентов были 274 (37,5%) мужчины и 458 (62,5%) женщины. Из всех опрошенных граждан 102 (14,0%) находились в возрасте 18–29 лет, 215 (29,4%) — 30–44 года, 192 (26,3%) — 45–59 лет, 184 (25,0%) — 60–74 года, 39 (5,3%) — 75 лет и старше. Основная часть респондентов имели среднее специальное образование — 317 (43,3%) человек, высшее образование — 233 (31,9%), общее и полное среднее образование — по 91 (по 12,4%). Для определения, в какой степени данные респонденты испытывают чувство одиночества, среди них было отобрано 100 (13,7%) лиц с инвалидностью, которые на момент проведения исследования посещали ГБУ «Ресурсный центр для инвалидов» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы. Данным лицам было предложено заполнить диагностический тест-опросник Д. Рассела и М. Фергюсона.

Изучение возможности использования интернет-ресурсов для профилактики чувства одиночества у инвалидов осуществлялось методом фокус-группы, к которому были привлечены 6 специалистов. Все они работали в организациях, предназначенных для оказания помощи лицам с инвалидностью, средний стаж их трудовой деятельности составлял 7,8 года. По заранее разработанной программе им было предложено ответить на 10 вопросов.

Таблица 1. Факторы, влияющие на возникновение чувства одиночества у инвалидов

Table 1. Factors influencing on the emergence of feelings of loneliness in persons with disability

Перечень факторов List of factors	Число респондентов Number of respondents	Доля респондентов, % Share of respondents, %
Нехватка реального общения с людьми Lack of real communication with people	211	28,8
Отсутствие хобби Lack of hobby	102	13,9
Отсутствие цели в жизни Lack of purpose in life	110	15,0
Отсутствие близких лиц Absence of close persons	89	12,2
Плохое здоровье Poor health	319	43,6
Неудовлетворительные условия проживания Poor living conditions	84	11,5
Одинокое проживание Living alone	87	11,9
Низкое материальное обеспечение Low material support	281	38,4
Высокая нагрузка на работе High workload	100	13,7
Другое Other	58	7,9

Результаты

Как свидетельствуют полученные с помощью диагностического тест-опросника Д. Рассела и М. Фергюсона данные, 100% привлечённых к исследованию инвалидов в разной степени испытывали чувство одиночества. Высокий уровень (40–58 баллов) был выявлен у 46% респондентов, средний уровень (20–39 баллов) — у 38%, низкий уровень (19 и менее баллов) — у 16%.

С помощью социологического исследования установлено, что наиболее часто чувство одиночества у респондентов возникает на фоне их плохого здоровья — 319 (43,6%) человек, низкого материального обеспечения — 281 (38,4%), недостаточного реального общения с людьми — 211 (28,8%), отсутствия цели в жизни — 110 (15,0%), отсутствия хобби — 102 (13,9%) и других факторов (табл. 1).

Возникновению у инвалидов чувства одиночества также способствует тот факт, что 677 (92,5%) респондентов остаются с различной периодичностью дома одни и предоставлены сами себе, в том числе: часто — 214 (29,2%) человек, иногда — 265 (36,2%), редко — 198 (27,1%). Только 55 (7,5%) респондентов отметили, что постоянно находятся под присмотром. Среди данных факторов, которые способствуют возникновению чувства одиночества у инвалидов, наиболее значимым и управляемым со стороны окружающих является отсутствие достаточного общения с людьми. Данный вывод подтверждают полученные ответы о том, что 307 (41,9%) респондентов однозначно хотели бы увеличить общение с окружающими, 298 (40,7%) ответили на данный вопрос «Скорее да, чем нет», 104 (14,2%) — «Скорее нет, чем да» и только 23 (3,2%) дали отрицательный ответ. На этом фоне стремление к общению выражено очень сильно у 127 (17,4%) респондентов, сильно — у 208 (28,4%), ощутимо — у 238 (32,5%), незначительно — у 159 (21,7%).

¹ Методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона. URL: <https://insight-nsk.ru/info/testy/testy-diagnostikalichnosti/metodika-subektivnogo-oshchushcheniya-odinchestva-d-rassela-i-m-fergyusona/> (дата обращения: 20.02.2026).

Таблица 2. Мероприятия, которые наиболее часто выполняют инвалиды при возникновении у них чувства одиночества

Table 2. Activities that persons with disabilities most often do when they feel lonely

Перечень мероприятий List of events	Число респондентов Number of respondents	Доля респондентов, % Share of respondents, %
Читают книги и журналы They read books and magazines	252	34,4
Смотрят интернет-ресурсы They look at internet resources	441	60,2
Смотрят художественные фильмы They watching feature films	381	52,0
Слушают музыку Listening to music	317	43,3
Идут в гости They are going to visit	175	23,9
Приглашают гостей Guests are invited	138	18,9
Идут в музей, в кино, на выставку They go to a museum, to a movie, to an exhibition	106	14,5
Занимаются домашним питомцем They take care of a pet	170	23,2
Выполняют физические упражнения Perform physical exercises	171	23,4
Гуляют They are walking	281	38,4
Выпивают спиртное They drink alcohol	44	6,0
Курят They smoke	57	7,8
Перекусывают They have a snack	100	13,7
Обращаются к психологу They turn to a psychologist	19	2,6
Другие мероприятия Other events	57	7,8

Наиболее часто респонденты предпочитают общаться с родственниками — 561 (76,6%) человек, с друзьями — 523 (71,4%), готовы общаться с любым человеком — 321 (43,9%), с лицами, имеющими инвалидность, — 263 (35,9%), с медицинским персоналом — 72 (9,8%), с социальным работником — 55 (7,5%), с психологом — 41 (5,6%), с другими лицами — 18 (2,5%). Более комфортным респонденты назвали общение непосредственно при встрече с людьми — 547 (74,7%), посредством телефона — 478 (65,3%), посредством компьютера — 231 (31,6%).

Учитывая данные обстоятельства, а также необходимость повышения своего материального обеспечения, 349 (47,7%) респондентов на момент проведения социологического исследования были трудоустроены, 24 (3,3%) — находились в стадии трудоустройства, 69 (9,4%) — планировали трудоустроиться, но при этом сталкивались с различными трудностями, 279 (38,1%) — не были трудоустроены, 11 (1,5%) — дали другие варианты ответа. Среди работающих респондентов 44 (12,6%) имели первую группу инвалидности, 108 (30,9%) — вторую, 160 (45,9%) — третью, у 37 (10,6%) инвалидность была снята.

На досуге, чтобы отвлечься от чувства одиночества, респонденты наиболее часто изучают интернет-ресурсы — 441 (60,2%) человек и смотрят художественные фильмы — 381 (52,0%), слушают музыку — 317 (43,3%), гуляют — 281 (38,4%), читают книги и журналы — 252 (34,4%) и т. д. (табл. 2).

Учитывая значимость интернет-ресурсов в повседневной жизни инвалидов, в данном исследовании было установлено, что, по их самооценке, 232 (31,7%) респондентов уверенно владеют компьютером, 243 (33,2%) ответили «скорее уверенно», 177 (24,2%) — «скорее не уверенно», 80 (10,9%) — «плохо». Решение об освоении работы на компьютере 509 (69,5%) респондентов приняли самостоятельно, 124 (16,9%) — по совету близких, 22 (3,0%) — по рекомендации социальных работников, 9 (1,2%) — по рекомендации медицинского работника, 3 (0,4%) — по рекомендации психолога, 65 (9,0%) указали другие варианты. В течение суток 75 (10,2%) респондентов используют компьютер в среднем 1 ч, 101 (13,8%) — 2 ч, 98 (13,4%) — 3 ч, 73 (10,0%) — 4 ч, 50 (6,8%) — 5 ч, 52 (7,1%) — 6 ч, 169 (23,1%) — более 6 ч, 114 (15,6%) — компьютер используют редко.

При работе на компьютере большинство респондентов среди интернет-ресурсов используют социальные сети — 548 (74,9%) человек, электронную почту — 313 (42,8%), видеоматериалы — 312 (42,6%), материалы для работы — 251 (34,3%), образовательные ресурсы — 149 (20,4%), сайты по здоровому образу жизни — 128 (17,5%), медицинские сайты — 91 (12,4%), другие интернет-ресурсы — 52 (7,1%). Большое внимание респонденты уделяют работе с интернет-ресурсами, предназначенными для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: сайту «Всероссийское общество инвалидов» — 435 (59,4%), специализированным социальным сетям — 266 (36,3%), государственной программе «Доступная среда» — 191 (26,1%), региональной организации «Перспектива» — 71 (9,7%), фонду поддержки инвалидов «Единая страна» — 63 (8,6%), сайту инвалидов «Дверь в мир» — 41 (5,6%) и др. Использование данных интернет-ресурсов, по отзывам респондентов, помогает им отвлечься от чувства одиночества или решить имеющиеся проблемы — 284 (38,8%) опрошенных, скорее помогает, чем нет, — 289 (39,5%), скорее не помогает, чем помогает, — 110 (15,0%), не помогает — 49 (6,7%).

По мнению 100% специалистов фокус-группы, привлечение инвалидов к освоению интернет-ресурсов способствует их адаптации к общественной жизни и развитию у них коммуникативных способностей, 50% из них также указали на их саморазвитие, 50% отразили появление возможности работать в более комфортной обстановке, что, в свою очередь, способствует профилактике и снижению чувства одиночества.

Среди главных трудностей в освоении инвалидами интернет-ресурсов 83,3% специалистов фокус-группы назвали их физические ограничения, остальные 16,7% указали на отсутствие у них желания осваивать данный контент. Основной причиной, по которой инвалиды отказываются от освоения и использования интернет-ресурсов, 66,6% специалистов назвали то, что данный контент плохо адаптирован для этой категории граждан, 16,7% — возможное возникновение у них стресса в процессе получения новой информации, 16,7% — апатичность этой категории граждан.

В качестве наиболее полезных интернет-ресурсов для инвалидов все специалисты фокус-группы назвали сайты

государственных организаций и публикации с рекомендациями о сохранении и укреплении здоровья. Среди программ и приложений, которые способствуют освоению инвалидами интернет-ресурсов, 16,7% специалистов назвали «Сезам» и «Dexteria», остальные затруднились ответить на данный вопрос. Для устранения проблем, которые связаны с доступностью, мотивацией и разработкой программ и приложений по повышению компьютерной грамотности инвалидов, все специалисты фокус-группы предложили привлекать тьюторов из общественных и государственных организаций в качестве их наставников по освоению информационной и цифровой грамотности.

Обсуждение

Отношение окружающих к инвалидам является одной из важнейших характеристик жизнеспособности и зрелости общества [7]. В связи с этим профилактика инвалидности и реабилитация инвалидов являются приоритетными направлениями социальной политики Российской Федерации [17]. Несмотря на принимаемые многочисленные меры, по данным Росстата, численность граждан от 18 лет и старше, которые впервые были признаны инвалидами, с 2021 г. в России ежегодно увеличивается: в 2021 г. — 536 000, в 2022 г. — 565 000, в 2023 г. — 726 000 человек, в том числе на 10 000 человек — 46,4; 48,6 и 62,4 соответственно. Основными заболеваниями, по которым граждане в возрасте 18 лет и старше в 2023 г. впервые были признаны инвалидами, являлись: злокачественные новообразования — 246 тыс. случаев, болезни системы кровообращения — 207 тыс., болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани — 51 тыс., психические расстройства и расстройства поведения — 33 тыс., болезни нервной системы — 31 тыс. и прочие нозологии — 158 тыс. человек. При этом на 10 тыс. человек данные показатели в 2023 г. составляли 21,2, 17,8, 4,4, 2,8, 2,7 и 13,5 соответственно. Достаточно высокий уровень инвалидности сохраняется за последние годы и среди детей. Так, в 2023 г. численность детей-инвалидов до 18 лет составляла 755 тыс. человек, а на 10 тыс. человек — 252,0³.

Основными проблемами, с которыми сталкиваются инвалиды, являются их состояние здоровья, материальные трудности, социально-бытовые проблемы и одиночество [18]. По данным М.О. Омарова, число переживающих одиночество инвалидов не уменьшается [19]. Около четверти из них испытывали чувство одиночества почти всегда или часто и ещё каждый третий — редко. В нашем исследовании было установлено, что все лица, которые были привлечены к заполнению тест-опросника Д. Рассела и М. Фергюсона, в различной степени испытывали чувство одиночества.

Кажущаяся на первый взгляд простой в решении проблема одиночества имеет глубокие исторические корни и носит междисциплинарный характер, которым уже несколько столетий во всём мире занимаются философы, психологи, социологи, врачи и другие специалисты [4]. Учитывая различные взгляды на сущность данного феномена и используемые методы познания, а также субъективные ощущения одиночества каждым индивидуумом, до настоящего времени не выработана даже единая его дефиниция. В связи с этим одиночество рассматривается

как эмоциональное состояние человека, имеющее социальные и психологические предпосылки, характеризующееся отсутствием близких доверительных отношений в результате вынужденной или добровольной социальной изоляции, имеющей психологические причины [20] или как субъективное переживание, проявляющееся в добровольной или вынужденной невозможности человека удовлетворить потребность во взаимодействии, общении, интимности и сопровождающееся широким спектром эмоциональных проявлений [21] и т. д. Из данных определений следует, что чувство одиночества может возникать у людей в связи не только с их вынужденной (принудительной физической, социальной, психологической), но и с добровольной (уединение, отчуждение, отшельничество) изоляцией.

Для проведения инвалидам реабилитации, направленной на восстановление их здоровья, социальной адаптации и снижения у них одиночества, государство предпринимает комплекс мер, предусмотренный в том числе приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.04.2023 № 342н «Об утверждении перечня показания и противопоказаний для обеспечения инвалидов техническими средствами реабилитации». Кроме того, развитие ИКТ позволяет повысить социальное взаимодействие людей с инвалидностью и тем самым снизить у них чувство одиночества. Частичной компенсации нарушенных функций у инвалидов способствует разработка инновационных компьютерных программ и приложений, основанных на распознавании и корректировке речи, работе с текстовыми редакторами, нейрокомпьютерных и биоинформационных технологий [22].

Значительных результатов в реабилитации инвалидов, профилактики и снижении у них чувства одиночества удаётся достичь при освоении ими образовательных интернет-ресурсов. Кроме того, дистанционное обучение позволяет инвалидам успешно завершить среднее, среднее специальное и высшее образование по различным специальностям. В Федеральном законе от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» введено понятие инклюзивное образование, которое направлено на обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учётом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей. Для успешной реализации инклюзивного образования в образовательных организациях создаётся благоприятная для инвалидов образовательная среда [7]. Это в свою очередь одновременно создаёт дополнительные возможности для проведения образовательной реабилитации инвалидов, направленной на полное или частичное восстановление способностей инвалидов к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности на основе вовлечения их в образовательные программы разного уровня и систему профессионального обучения [8].

Осваивая образовательные интернет-ресурсы и получая востребованные на рынке труда специальности, инвалиды одновременно обретают экономическую независимость за счёт последующего их трудоустройства, что также способствует профилактике и снижению у них чувства одиночества [23]. По данным Е.Г. Копалкиной, в органы службы занятости ежегодно обращается около 2 тыс. инвалидов, завершивших обучение по программам среднего и высшего образования. Однако среди них уровень трудоустройства составляет в возрастной группе

³ Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13721> (дата обращения: 23.01.2025).

20–24 лет — 1,6%, 25–29 лет — 5,0%, 30–37 лет — 7,0%, что свидетельствует о необходимости решения проблемы по их трудоустройству [24].

Значительными преимуществами в социальной адаптации инвалидов и профилактике у них одиночества является использование интернет-ресурсов для организации их культурной и досуговой жизни. Используя компьютер, они в любое время могут знакомиться с экспозициями виртуальных музеев и художественных выставок, читать электронные книги и просматривать фильмы, слушать аудиозаписи, смотреть фотоматериалы и др. [22].

Учитывая, что часть инвалидов по состоянию здоровья испытывают трудности при освоении ИКТ, к данной категории граждан целесообразно прикреплять в качестве помощников тьюторов из числа квалифицированных специалистов. Крайне важно, чтобы данные тьюторы в процессе занятий по цифровой грамотности с инвалидами умели использовать педагогические технологии и коммуникативные навыки, а также различные методики с учётом особенностей восприятия ими новой информации [9].

Ограничения исследования. К исследованию были привлечены граждане, проживающие в Москве и Московской области, в связи с чем обоснованные в статье выводы могут экстраполироваться на жителей Московского региона.

Выводы

1. Чувство одиночества возникает практически у всех проживающих в Московском регионе инвалидов, степень его во многом зависит от группы инвалидности.
2. Возникновению чувства одиночества у инвалидов способствуют плохое здоровье, низкое материальное обеспечение, недостаточное общение с людьми и др.
3. Чтобы отвлечься от чувства одиночества, большинство инвалидов изучают интернет-ресурсы и смотрят художественные фильмы, слушают музыку, с учётом состояния здоровья и возраста работают, гуляют и т. д.
4. Привлечение инвалидов к освоению интернет-ресурсов способствует их социальной адаптации, саморазвитию, получению новой специальности и трудоустройству, что в свою очередь снижает у них чувство одиночества.

ЛИТЕРАТУРА

(п.п. 11–16 см. References)

1. Муромцева Г.А., Шальнова С.А., Деев А.Д., Константинов В.В., Капустина А.В., Баланова Ю.А. и др. Отношение к факторам риска и ассоциация с социально-экономическими и демографическими показателями. *Профилактическая медицина*. 2016; 19(6): 12–20. <https://doi.org/10.17116/profmed201619512-20> <https://elibrary.ru/yfozoh>
2. Камалова С., Азизов З.А., Кузиева Л.С. Анализ некоторых сторон жизни пожилых людей (по данным НИИ Медико-социальной экспертизы и реабилитации инвалидов). *Вестник последнего образования в сфере здравоохранения*. 2023; (1): 17–21. <https://elibrary.ru/kdczdg>
3. Нацун Л.Н. Установки и практики активного долголетия среди лиц с инвалидностью и без нее. *Siberian Socium*. 2022; 6(4): 77–94. <https://doi.org/10.21684/2587-8484-2022-6-4-77-94> <https://elibrary.ru/anuvav>
4. Трегубов В.Н. Организационные направления профилактики чувства одиночества у студентов медицинских образовательных организаций. *Социальные аспекты здоровья населения*. 2024; 70(5): 16. <https://doi.org/10.21045/2071-5021-2024-70-5-16> <https://elibrary.ru/gybyua>
5. Чойжалсанова А.Ц. Новые возможности и барьеры социальной адаптации лиц с ОВЗ в условиях цифровой трансформации. *Фундаментальные исследования*. 2021; (11): 190–4. <https://doi.org/10.17513/fr.43144> <https://elibrary.ru/krsbme>
6. Гукова В.О., Мачуло А.Н., Родионова М.А. Актуальные потребности и тенденции в обучении компьютерной грамотности граждан старшего возраста и инвалидов Санкт-Петербурга. *Социальная работа: теория, методы, практика*. 2023; (8): 93–102. <https://elibrary.ru/ofcfrt>
7. Каменкова Н.В., Шадчин И.В. Обеспечение доступности профессионального образования для инвалидов молодого возраста в Челябинской области. *Инновационное развитие профессионального образования*. 2021; (2): 83–9. <https://elibrary.ru/thvwla>
8. Кобакин С.В., Малахова Е.А. Цифровая социология и новые возможности социальной образовательной реабилитации инвалидов. *Цифровая социология*. 2020; 3(2): 55–62. <https://doi.org/10.26425/2658-347X-2020-2-55-62> <https://elibrary.ru/zduxsu>
9. Разов П.В., Кобакина А.Ю. Социальный институт тьюторства в образовательной реабилитации инвалидов на основе интернет-технологий. *Цифровая социология*. 2020; 3(1): 19–26. <https://doi.org/10.26425/2658-347X-2020-1-19-26> <https://elibrary.ru/ifdqml>
10. Усова Л.В., Студеникина Е.С. Интернет как индикатор процесса интеграции инвалидов в общество. *Теория и практика общественного развития*. 2020; (6): 18–22. <https://doi.org/10.24158/tipor.2020.6.2> <https://elibrary.ru/hfwjfh>
11. Валеева Э.Т., Ахметшина В.Т., Шайхлисламова Э.Р., Бакиева Р.М., Дистанова А.А. Анализ отдельных показателей инвалидности взрослого населения и работников здравоохранения Республики Башкортостан. *Здравоохранение Российской Федерации*. 2021; 65(3): 191–7. <https://doi.org/10.47470/0044-197X-2021-65-3-191-197> <https://elibrary.ru/egsznw>
12. Бородина О.Д., Савченко В.В. Инновационные формы социального обслуживания инвалидов и граждан пожилого возраста на дому. *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований*. 2016; (2–2): 321–4. <https://elibrary.ru/vmckzj>
13. Омаров М.О. Политико-правовые аспекты активизации жизнедеятельности пожилых людей. *Russian Economic Bulletin*. 2020; 3(6): 191–4. <https://elibrary.ru/wrygcj>
14. Андросова М.И., Афанасьева Л.И., Холмогорова Т.В. Обеспечение социально-психологической помощи одиноким людям пожилого возраста. *Проблемы современного педагогического образования*. 2020; (69–1): 30–3. <https://elibrary.ru/ukqjlpw>
15. Олейник Н.О. Особенности структуры переживания одиночества у студентов с различными уровнями одиночества. *Вестник Воронежского государственного университета. Проблемы высшего образования*. 2023; (3): 74–7.
16. Аймалетдинов Т.А., Любимова Л.И. Инновационные возможности интернет-технологий в социальной адаптации инвалидов. *Социология медицины*. 2012; (1): 51–5. <https://elibrary.ru/pejpvz>
17. Козырева П.М., Смирнов А.И. Динамика социального самочувствия инвалидов: тревоги и надежды. *Социологические исследования*. 2019; (8): 62–74. <https://doi.org/10.31857/S013216250006161-0> <https://elibrary.ru/iohmo>
18. Копалкина Е.Г. Содействие образовательных организаций трудоустройству обучающихся и выпускников с ОВЗ и инвалидностью: региональный аспект. *Векторы благополучия: экономика и социум*. 2023; 51(4): 1–11. <https://doi.org/10.18799/26584956/2023/4/1635> <https://elibrary.ru/dbvjfs>

REFERENCES

1. Muromtseva G.A., Shalnova S.A., Deev A.D., Konstantinov V.V., Kapustina A.V., Balanova Yu.A., et al. Attitude towards risk factors and their association with socioeconomic and demographic indicators. *Profilakticheskaya meditsina*. 2016; 19(6): 12–20. <https://doi.org/10.17116/profmed201619512-20> <https://elibrary.ru/yfozoh> (in Russian)
2. Kamalova S., Azizov Z.A., Kuzieva L.S. Analysis of some aspects of life of elderly people (to the SRI of Medical social expertise

- and rehabilitation of the disabled). *Vestnik poslediplomnogo obrazovaniya v sfere zdravookhraneniya*. 2023; (1): 17–21. <https://elibrary.ru/kdczdg> (in Russian)
3. Natsun L.N. Attitudes and practices of active longevity among persons with and without disabilities. *Siberian Socium*. 2022; 6(4): 77–94. <https://doi.org/10.21684/2587-8484-2022-6-4-77-94> <https://elibrary.ru/anuvav> (in Russian)
 4. Tregubov V.N. Organizational directions for the prevention of feelings of loneliness among students of medical educational organizations. *Sotsial'nye aspekty zdorov'ya naseleniya*. 2024; 70(5): 16. <https://doi.org/10.21045/2071-5021-2024-70-5-16> <https://elibrary.ru/gybyua> (in Russian)
 5. Choyzhalsanova A.C. New opportunities and barriers to social adaptation of persons with disabilities in the context of digital transformation. *Fundamental'nye issledovaniya*. 2021; (11): 190–4. <https://doi.org/10.17513/fr.43144> <https://elibrary.ru/krsbme> (in Russian)
 6. Gukova V.O., Machulo A.N., Rodionova M.A. Current needs and trends in teaching computer literacy to senior citizens and disabled people of St. Petersburg. *Sotsial'naya rabota: teoriya, metody, praktika*. 2023; (8): 93–102. <https://elibrary.ru/ofcfr> (in Russian)
 7. Kamenkova N.V., Shadchin I.V. Ensuring the availability of vocational education for young people with disabilities in the Chelyabinsk region. *Innovatsionnoe razvitiye professional'nogo obrazovaniya*. 2021; (2): 83–9. <https://elibrary.ru/thvwla> (in Russian)
 8. Kibakin S.V., Malakhova E.A. Digital sociology and new opportunities for social educational rehabilitation of disabled people. *Tsifrovaya sotsiologiya*. 2020; 3(2): 55–62. <https://doi.org/10.26425/2658-347X-2020-2-55-62> <https://elibrary.ru/zduxsu> (in Russian)
 9. Razov P.V., Kibakina A.Yu. Social institution of tutoring in educational rehabilitation of disabled people based on Internet technologies. *Tsifrovaya sotsiologiya*. 2020; 3(1): 19–26. <https://doi.org/10.26425/2658-347X-2020-1-19-26> <https://elibrary.ru/dfdqml> (in Russian)
 10. Usova L.V., Studenikina E.S. The internet as an indicator for the integration of the disabled into society. *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya*. 2020; (6): 18–22. <https://doi.org/10.24158/tipor.2020.6.2> <https://elibrary.ru/hfwjfh> (in Russian)
 11. Lancioni G.E., Singh N.N., O'Reilly M.F., Sigafos J., Alberti G., Chiariello V., et al. People with intellectual and visual disabilities access basic leisure and communication using a smartphone's Google Assistant and voice recording devices. *Disabil. Rehabil. Assist. Technol.* 2020; 17(8): 957–64. <https://doi.org/10.1080/17483107.2020.1836047>
 12. Buckingham S.A., Anil K., Demain S., Gunn H., Jones R.B., Kent B., et al. Telerehabilitation for people with physical disabilities and movement impairment: a survey of United Kingdom practitioners. *JMIRx Med*. 2022; 3(1): e30516. <https://doi.org/10.2196/30516>
 13. Kyung R., Park Ch.S.E. How artificial intelligence and virtual reality benefit the elderly and individuals with disabilities. *J. Geriatr. Med.* 2020; 1(2): 8–14. <https://doi.org/10.30564/jgm.v1i2.1824> <https://elibrary.ru/crlvgf>
 14. Delgado P., Fajardo I., Lucas B., Ferrer A., Ávila V. Young adults with intellectual disability, their relatives, and the Internet: perceptions and use during COVID-19 confinement in Spain. *Behav. Inform. Technol.* 2023; 43(13): 3237–52. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2023.2274882>
 15. Salauddin N. Accessibility of information resources and services in the library for the users with disabilities: a study. *Indian J. Inf. Sources Serv.* 2022; 12(1): 47–51. <https://doi.org/10.51983/ijiss-2022.12.1.3158>
 16. Robinson-Whelen S., Hughes R.B., Alhusen J.L., Beers L., Minard C.G., Davidson D. Health information seeking in the digital age: a national survey of women with disabilities. *Disabil. Rehabil.* 2022; 45(17): 2751–60. <https://doi.org/10.1080/09638288.2022.2105960>
 17. Valeyeva E.T., Akhmetshina V.T., Shaikhislamova E.R., Bakieva R.M., Distanova A.A. Analysis of selected indices of disability of adult population and health care workers of the Republic of Bashkortostan. *Zdravookhranenie Rossiiskoi Federatsii*. 2021; 65(3): 191–7. <https://doi.org/10.47470/0044-197X-2021-65-3-191-197> <https://elibrary.ru/egsznw> (in Russian)
 18. Borodina O.D., Savchenko V.V. Innovative forms of social service of invalids and elderly at home. *Mezhdunarodnyi zhurnal prikladnykh i fundamental'nykh issledovaniy*. 2016; (2–2): 321–4. <https://elibrary.ru/vmckzj> (in Russian)
 19. Omarov M.O. Political and legal aspects of activating the life of older people. *Russian Economic Bulletin*. 2020; 3(6): 191–4. <https://elibrary.ru/wrygcj> (in Russian)
 20. Androsova M.I., Afanasyeva L.I., Kholmogorova T.V. Provision of social and psychological assistance to single elderly people. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*. 2020; (69-1): 30–3. <https://elibrary.ru/ukqlpw> (in Russian)
 21. Oleynik N.O. Features of the structure of the experience of loneliness in students with different levels of loneliness. *Vestnik Voronezhskogo gosudarstvennogo universiteta. Problemy vysshego obrazovaniya*. 2023; (3): 74–7. (in Russian)
 22. Aymaletdinov T.A., Lyubimova L.I. The innovative possibilities of internet technologies in the social adaptation of the disabled. *Sotsiologiya meditsiny*. 2012; (1): 51–5. <https://elibrary.ru/pejzpv> (in Russian)
 23. Kozyreva P.M., Smirnov A.I. Social well-being dynamics among the disabled: concerns and hopes. *Sotsiologicheskie issledovaniya*. 2019; (8): 62–74. <https://doi.org/10.31857/S013216250006161-0> <https://elibrary.ru/iohmoy> (in Russian)
 24. Kopalkina E.G. Assistance of educational organizations in employment of students and graduates with disabilities: regional aspect. *Vektory blagopoluchiya: ekonomika i sotsium*. 2023; 51(4): 1–11. <https://doi.org/10.18799/26584956/2023/4/1635> <https://elibrary.ru/dbvjfs> (in Russian)

Информация об авторах

Трегубов Валерий Николаевич, доктор мед. наук, профессор каф. общественного здоровья и здравоохранения имени Н.А. Семашко Института общественного здоровья им. Ф.Ф. Эрисмана ФГАОУ ВО Первый МГМУ имени И.М. Сеченова Минздрава России (Сеченовский Университет), 119991, Москва, Россия. E-mail: tregubov_v_n@staff.sechenov.ru

Адамия Александр Вахтангович, аспирант каф. организации здравоохранения и общественного здоровья, ГБУ НИИОЗММ ДЗМ, 115088, Москва, Россия. E-mail: a-v-a-2000@mail.ru

Information about the authors

Valeriy N. Tregubov, DSc. (Medicine), Professor, N.A. Semashko public health and healthcare Department, F.F. Erismann Institute of Public Health, I.M. Sechenov First Moscow State Medical University (Sechenov University), Moscow, 119991, Russian Federation. <https://orcid.org/0000-0003-4588-7226> E-mail: tregubov_v_n@staff.sechenov.ru

Aleksandr V. Adamiya, postgraduate student at the Department of health care organization and public health, Research Institute for Healthcare Organization and Medical Management of Moscow Healthcare Department, Moscow, 115088, Russian Federation. <https://orcid.org/0009-0008-3532-3607> E-mail: a-v-a-2000@mail.ru