

УДК 316.6.

«ОБЛОМОВЩИНА» В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ: ОТ ЛЕННОСТИ ДУШИ К ПРОБЛЕМЕ ДУХОВНО - НРАВСТВЕННОГО ВЫБОРА

Сафонова М.С., студентка гр. Тхт-251, 1 курс

Научный руководитель Соринская С.В., преподаватель высшей
квалификационной категории

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Кузбасский государственный технический
университет им. Т.Ф. Горбачева»

Понятие «обломовский синдром», введенное И. А. Гончаровым в произведении «Обломов» (1859), традиционно трактуется как воплощение безделья, равнодушия, неготовности к действию и принятию решений. В наши дни, в эру цифровых технологий и ускоряющегося ритма жизни, данное явление не только сохранилось, но и обрело усложнённые, современные очертания. Сегодняшний представитель молодого поколения, располагая всеми технологическими ресурсами для развития, зачастую предпочитает «лежание на диване» в мире виртуальных развлечений, перенося серьёзные задачи и жизненные ориентиры на неопределённый срок. Данное исследование сфокусировано на рассмотрении актуального социокультурного феномена «обломовского синдрома» среди современного поколения молодёжи.

Целью работы является анализ проявлений «обломовского синдрома» молодёжной среде в качестве препятствия духовно-нравственного характера, выявление его корней и определение путей разрешения указанной проблемы.

Задачи:

1. Раскрыть сущность «обломовского синдрома» в историческом и современном контексте.
2. Провести эмпирическое исследование (анкетирование) с целью выявления степени распространённости и причин инертности в молодёжной среде.
3. Осмыслить полученные данные через призму духовно-нравственных
4. ориентиров (обязанность, целеустремлённость, жизненное призвание).
5. Предложить практические рекомендации для педагогов, психологов и непосредственно молодых людей.
- 6.

В критической литературе «обломовский синдром» рассматривался как «нравственное порабощение», а в религиозно-философской традиции --- как «душевная апатия». Это не житейская небрежность, а состояние духа, отличающееся отсутствием высоких устремлений, страхом перед реальностью

и уклонением от личной и общественной ответственности. В современных условиях к привычным факторам (излишняя опека, размытость целей) добавились новые:

1. Бесконечный поток развлекательного контента создаёт иллюзию занятости и приводит к цифровому откладыванию дел.
2. В условиях множественности ценностных систем многим юношам и девушкам сложно выстроить собственную жизненную траекторию, что порождает экзистенциальную подавленность.
3. Ориентация на сиюминутное удовольствие снижает способность к длительному усилию и стратегическому планированию.

Следовательно, «обломовский синдром» сегодня это показатель внутренней опустошённости, при котором внешнее бездействие является проявлением глубинной неуверенности в основополагающих моральных понятиях: добра и зла, обязанности и безответственности, труда и праздности. Для изучения феномена «обломовского синдрома» среди молодёжи было организовано онлайн-анкетирование. В опросе участвовали 100 человек в возрасте 18-24 лет, из них 58% - девушки, 42% - юноши. По роду занятий: 72% - студенты вузов и колледжей, 28% - работающая молодёжь. Географически выборка охватывает преимущественно Кемеровскую область (85%), остальные респонденты представляют иные регионы РФ.

- Анкета включала 15 пунктов (закрытые, полужакрытые и открытые вопросы), направленных на анализ:
- предрасположенности к прокрастинации;
- субъективной оценки собственной лени;
- сфер жизни, в которых наиболее часто откладываются дела;
- внутренних причин бездействия;
- наличия жизненных ориентиров и степени удовлетворённости своей продуктивностью;
- осознания взаимосвязи между инертностью и нравственными категориями.

Обработка данных проведена с помощью методов описательной статистики (частотный анализ), контент-анализа свободных ответов и кросс-табуляции

для выявления взаимосвязей.

Результаты исследования

1. Социально-демографический портрет участников

Таблица 1. Распределение участников по полу

Пол	Количество	Доля, %
Женский	58	58
Мужской	42	42
Всего	100	100

Таблица 2. Распределение по роду занятий

Статус	Количество	Доля, %
Учащийся	72	72
Работающий	28	28
Всего	100	100

2. Масштабы прокрастинации и самооценка лени

Таблица 3. Регулярность откладывания важных дел

Вариант ответа	Количество	Доля, %
Постоянно	22	22
Часто	46	46
Иногда	24	24
Редко	6	6
Никогда	2	2
Всего	100	100

Закключение: 68% опрошенных (сумма ответов «постоянно» и «часто») признают, что систематически откладывают важные задачи. Этот показатель заметно превышает среднероссийский уровень (по данным ВЦИОМ – около 30% для всех возрастов), что свидетельствует о повышенной подверженности молодёжи данному явлению.

Таблица 4. Самооценка уровня лени

Вариант ответа	Доля, %	Количество
Очень ленив(а)	12	12
Скорее ленив(а)	34	34
Средне (как все)	38	38
Скорее трудолюбив(а)	12	12
Очень трудолюбив(а)	4	4
Всего	100	100

Сопоставление с данными ВЦИОМ: среди молодых людей 18–24 лет доля оценивающих себя как «скорее ленивых» составляет 34% (в нашем опросе – 34%, полное совпадение), а «очень ленивых» – 12% (по ВЦИОМ – 10%). Это указывает на репрезентативность выборки.

3. Сферы жизни, наиболее подверженные прокрастинации

Таблица 5. Ответы на открытый вопрос «Что вы чаще всего откладываете?» (допускалось несколько вариантов)

Сфера	Количество упоминаний	Доля от числа респондентов, %
Учёба / работа	45	45
Саморазвитие	30	30
Домашние обязанности	25	25
Здоровье / спорт	18	18
Общение с близкими	8	8
Хобби	10	10

Наибольшие сложности вызывают обязанности, требующие волевых затрат (учёба, работа), а также долгосрочные цели (саморазвитие). Это согласуется с понятием «обломовщины» как избегания ответственности.

4. Причины пассивного поведения

Участникам предлагалось выбрать до трёх главных факторов, препятствующих активной жизненной позиции.

Таблица 6. Факторы пассивности (множественный выбор)

Причина	Количество выборов	Доля от числа респондентов, %
Отсутствие ясных целей / непонимание желаний	42	42
Боязнь провала / страх не справиться	38	38
Поглощение времени соцсетями / играми	35	35
Недостаток энергии, усталость	28	28
Отсутствие внешних стимулов	25	25
Слабая самодисциплина / безволие	22	22
Отсутствие образца для подражания	15	15
Иное (упоминания: «отсутствие смысла», «безысходность» и т.п.)	10	10

Примечательно, что «неопределённость целей» и «страх неудачи» называются чаще, чем сугубо внешние обстоятельства (усталость, нехватка дисциплины). Это говорит об экзистенциальной подоплёке «обломовщины»: молодые люди не столько ленятся, сколько не видят смысла в действиях.

5. Наличие жизненных ориентиров

Таблица 7. Существуют ли у вас чёткие жизненные цели?

Вариант ответа	Количество	Доля, %
Да, отчётливо представляю	28	28
Скорее есть, но нечёткие	44	44
Скорее отсутствуют	18	18
Совсем нет	10	10
Всего	100	100

Лишь 28% опрошенных обладают ясными целями. Остальные либо имеют размытые ориентиры, либо вовсе их лишены. Это создаёт благоприятную почву для «обломовщины»: отсутствие целей лишает внутренней энергии для поступков.

Взаимосвязь наличия целей и уровня прокрастинации

Таблица 8. Частота прокрастинации в группах с разной определённости целей (%)

Частота прокрастинации	Есть чёткие цели	Цели размыты / отсутствуют
Постоянно / часто	32%	76%
Иногда	38%	18%
Редко / никогда	30%	6%

Вывод: отсутствие целей резко увеличивает склонность к прокрастинации. Это подтверждает гипотезу, что «обломовщина» тесно связана с утратой смысловых ориентиров.

6. Восприятие лени как нравственной категории

Таблица 9. Считаете ли вы хроническую лень и пассивность нравственной проблемой?

Вариант ответа	Количество	Доля, %
Да, это признак безответственности	52	52
Нет, это личный выбор / психологическая черта	48	48
Всего	100	100

Почти половина участников не оценивают свою пассивность в моральных координатах. Это важный сигнал: без осознания ответственности за собственную жизнь преодолеть «обломовщину» крайне сложно.

В 2021 году ВЦИОМ провёл исследование «Прокрастинация и лень: сходства и различия» (опрошено 1600 человек старше 18 лет). Сравним ключевые показатели.

Таблица 10. Сравнение результатов опроса с данными ВЦИОМ

Показатель	Наше исследование (18–24 года)	ВЦИОМ (все возрасты)
Доля часто/постоянно откладывающих дела	68%	30%
Доля оценивающих себя как «ленивых»	46% (очень + скорее)	39%
Основная причина пассивности	Отсутствие целей (42%)	Усталость (45%)
Считают лень нравственной проблемой	52%	нет данных

Заключение: молодёжь значительно чаще сталкивается с прокрастинацией, чем население в целом, и причины этого кроются не столько в утомлении, сколько в ценностно-смысловой сфере.

Полученные данные убедительно демонстрируют, что «обломовский синдром» в современной молодёжной среде -- явление не просто бытовой лени, а сложный социокультурный и духовно-нравственный феномен.

1. Высокий уровень прокрастинации (68%) и неопределённость целей (72%) указывают на кризис самоидентификации. Молодые люди не видят направления движения, поэтому активность теряет для них смысл.
2. Главные причины бездействия -- «отсутствие целей» (42%) и «страх неудачи» (38%) -- имеют экзистенциальную природу. Это не просто слабая воля, а глубинная неуверенность в себе и в значимости собственных поступков.
3. Зависимость от цифровых развлечений (35%) - временный аналог гончаровского «лежания на диване»: уход от реальности в виртуальные миры.
4. Размытость моральных критериев (48% не считают лень безнравственной) осложняет воспитательную работу. Если пассивность не осуждается даже самим человеком, трудно ждать от него усилий по её преодолению.
5. Корреляция между наличием целей и уровнем активности подтверждает, что восстановление смысловых ориентиров - ключевой путь борьбы с «обломовским синдромом».

Однако с религиозной и философской позиций, воля - это мышца духа, требующая постоянной тренировки. Избегание этого усилия - это неявный выбор в пользу душевной слабости.

Таким образом, современный «обломовский синдром» - это не просто праздность, а симптом ослабления волевого и нравственного начала, замены активного созидания жизни пассивным усвоением готовых впечатлений.

Итак, исследование позволяет утверждать, что феномен «обломовщины» является широко распространённым в молодёжной среде и выражается в устойчивой склонности к прокрастинации, неопределённости жизненных целей и зависимости от цифровых развлечений. Ключевая проблема расположена не в плоскости управления временем, а в области духовно-нравственных координат: это распад смыслов, ослабление воли и размывание ценности ответственности. Существенным усугубляющим фактором выступает то, что значительная часть молодых людей не рассматривает собственную пассивность в качестве морального недостатка.

Для разрешения данной проблемы необходим комплексный подход. Образовательным учреждениям целесообразно внедрять программы по развитию эмоционального интеллекта, навыков целеполагания и осознанности, а также создавать условия для практического воплощения ответственности через студенческие инициативы и волонтерство. Психологам и наставникам следует концентрироваться на помощи в преодолении страхов, поиске истинных устремлений и освоении методов контроля внимания. Самим же молодым людям рекомендуется осознанно ограничивать цифровое

потребление, формулировать конкретные краткосрочные задачи, искать вдохновляющее окружение и проводить рефлекссию, соотнося свои ежедневные выборы с более широкими нравственными принципами, такими как честность перед собой, надёжность и забота о ближних. В конечном счёте, преодоление «обломовщины» представляет собой путь не борьбы с ленью, а воспитания воли, обретения смысла и принятия на себя ответственности — путь от пассивного потребления жизни к её активному и осознанному творению.

Список литературы:

1. ВЦИОМ. Аналитический обзор «Прокрастинация и лень: сходства и различия». – 2021. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/prokrastinacija-i-len-skhodstva-i-razlichija> (дата обращения: 20.01.2026).
2. Глазкова Н. А. «Воспитательное значение романа «Обломов» для нравственного воспитания подрастающего поколения». - 2020
3. Гончаров И. А. Роман «Обломов». 1859.
4. Дунаев М. М. «Обломовщина духовная, душевная и телесная». – URL: <https://mdunaev.ru/stati/oblomovshchina-dukhovnaya-dushevnaia-i-telesnaya> (дата обращения: 20.01.2026).
5. Загвозкина О. В. «Концепт русской национальной культуры «обломовщина»» – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontsept-russkoy-natsionalnoy-kultury-oblomovschina-i-ego-struktura> (дата обращения: 21.01.2026).
6. «Лень или апатия у подростков? Тревожные сигналы для родителей» // Молодой учёный. – 2022. Пахомов М. Е. Исследовательская работа «“Обломовщина” в современном мире». – 2023. – URL: <https://sowa.ru.com/item-work/2023-0102/> (дата обращения: 20.01.2026).
7. «Психология лени и прокрастинации: почему мы откладываем дела на потом» // Российская газета. – 2023.