

## Гостинг как современная форма социального остракизма в цифровой среде

**Тен Виктория Евгеньевна**

*Студент (бакалавр)*

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

*E-mail: vika.ten.05@inbox.ru*

В последние годы феномен гостинга — внезапного и одностороннего прекращения общения без объяснения причин — привлекает всё больше внимания исследователей как новая форма разрыва межличностных отношений в цифровой среде [5]. Гостинг рассматривается не только как коммуникативное уклонение, а как социально и эмоционально значимый акт, вызывающий стресс у обеих сторон. [3]

Гостинг – это резкое одностороннее прекращение общения в дружеской, романтической или иной коммуникативной связи без объяснения причин [2;6]. Распространенность данного феномена начала расти в связи с развитием информационно-коммуникационных технологий, а также приложений для знакомств [6].

Такие феномены как гостинг, фаббинг, орбитинг и другие современные формы игнорирования рассматриваются как новые проявления социального остракизма и косвенного коммуникативного насилия, который активно развивается в условиях цифровой среды [1;2]. Несмотря на ощущения новизны данных феноменов, такие модели разрыва отношений не являются новыми: практика ухода без объяснений была и раньше, но с развитием цифровых технологий, реализация ухода стала более распространенной [1;6].

Исследования показывают, что реакции на гостинг и сходные формы цифрового разрыва отношений могут быть объяснены как в рамках теории прекращения межличностных отношений, так и с опорой на модель социального остракизма. В экспериментальных исследованиях, где сравнивались ситуации гостинга, орбитинга и открытого отвержения, были описаны три последовательные стадии реагирования [1].

Первая стадия включает неожиданность, удивление, неопределенность и замешательство. Гостинг чаще вызывает удивление, чем прямое отвержение, а также проявляется повышенный интерес по поводу благополучия исчезнувшего партнера. Неопределенность при гостинге выражена сильнее, поскольку отсутствует возможность получить разъяснения [1].

Вторая стадия характеризуется чувством вины, ответственности, ощущением несправедливости, злостью или грустью. При гостинге чувство вины выражено сильнее из-за невозможности прояснить ситуацию. При открытом отвержении чаще возникает злость, которая способствует более быстрому переходу к принятию ситуации. На этом этапе возможны попытки восстановить отношения [1].

Третья стадия — стадия принятия — подразумевает последовательное «освобождение» от предыдущих отношений и снижение значимости партнера в сознании. С поведенческой стороны это проявляется в прекращении попыток контакта с исчезнувшим партнером [1].

Эмоциональная сторона гостинга была изучена относительно недавно. Данный феномен рассматривается как крайняя форма стратегии избегания и/или ухода при завершении отношений. По сравнению с прямым обсуждением разрыва, стратегия избегания сопровождается более высоким уровнем дистресса у того, кто подвергается прекращению отношений. В зависимости от типа разрыва отношений, оказывается существенное влияние на интенсивность переживаний, то есть лица, столкнувшиеся с гостингом, демонстрируют более высокий уровень эмоционального страдания по сравнению с теми, кому отказ был выражен напрямую [4].

Люди, подвергшиеся гостингу, чаще испытывают гнев, смятение и высокий уровень дистресса, особенно при неожиданном разрыве. Инициаторы гостинга также могут переживать вину, раскаяние и дистресс, однако в меньшей степени. При этом игнорирование угрожает четырём базовым потребностям личности: принадлежности, самооценке, значимости и контролю. [4].

Исследования указывают на различия в последствиях игнорирования в зависимости от типа отношений. Коммуникационная перегрузка чаще становится фактором игнорирования романтического партнёра, тогда как проблемы с самооценкой — друзей. При этом игнорирование друзей может сопровождаться депрессивными симптомами и иметь долгосрочные негативные последствия для обеих сторон. [6].

Лица с выраженными чертами «тёмной триады» (психопатия, макиавеллизм, нарциссизм) чаще выбирают гостинг в качестве предпочтительной стратегии завершения отношений, не придавая существенного значения возможным последствиям такого поведения [6]. Вместе с тем игнорирование может быть не только как деструктивный акт, но и как своеобразная форма психологической самозащиты, направленная на избегание эмоционально травмирующих переживаний и снижение внутреннего напряжения [2].

Несмотря на преобладание негативных оценок, в ряде случаев опыт гостинга может способствовать личностному росту. Его переживание в межличностных отношениях стимулирует рефлекссию, пересмотр ожиданий, укрепление чувства собственной ценности и перераспределение ресурсов в пользу саморазвития. [6]. Таким образом, гостинг представляет собой многоаспектный социально-психологический феномен, сочетающий в себе характеристики остракизма, стратегий прекращения отношений, защитных механизмов и процессов личностной трансформации [1; 2; 4; 6].

### Источники и литература

- 1) Бойкина Е.Э. Современные лики социального остракизма: гостинг, орбитинг, фэббинг, культура отмены // Современная зарубежная психология. 2022. Том 11. № 2. С. 131–140.
- 2) Семенова, Г. В., Васильченко, А. С., Векилова, С. А., Николаева, Е. В., & Гусева, Ю. Е. (2022). Представления об игнорировании как форме социальной эксклюзии. Психология человека в образовании, 4(1), 53–65. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-1-53-65>
- 3) Freedman G., Powell D. N. Ghosting: A common but unpopular rejection strategy // Social and Personal Relationships – 2019. 2024. – Т. 36. – №. 3. – С. 905–924.
- 4) Freedman, G., Powell, D. N., Le, B., & Williams, K. D. (2024). Emotional experiences of ghosting. The Journal of Social Psychology, 164(3), 367–386. <https://doi.org/10.1080/00224545.2022.2081528>
- 5) LeFebvre L. E. et al. Ghosting in emerging adults' romantic relationships: The digital dissolution disappearance strategy //Imagination, Cognition and Personality. – 2019. – Т. 39. – №. 2. – С. 125-150.
- 6) Lateefa Rashed Daraj, Mariam Rashid Buhejji, Gretta Perlmutter,Haitham Jahrami, Mary V. Seeman Ghosting: Abandonment in the Digital Era // Encyclopedia 2024, 4(1), 36-45; <https://doi.org/10.3390/encyclopedia4010004>