

Woman in Russian Society
2020. No. 4. P. 82—98
DOI: 10.21064/WinRS.2020.4.7

Женщина в российском обществе
2020. № 4. С. 82—98
ББК 60.542.21
DOI: 10.21064/WinRS.2020.4.7

ТРАНСФОРМАЦИЯ ЖИЗНЕННОГО УКЛАДА РОССИЙСКИХ ЖЕНЩИН В УСЛОВИЯХ САМОИЗОЛЯЦИИ, ВЫЗВАННОЙ ПАНДЕМИЕЙ COVID-19

Ю. Ю. Чилипенюк, О. С. Гапонова, Н. С. Гапонова, Л. С. Данилова

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»,
г. Нижний Новгород, Россия, uchilipenok@hse.ru

Представлены результаты исследования, посвященного восприятию женщинами условий вынужденной домашней самоизоляции, вызванной пандемией COVID-19. Основной гипотезой исследования явилось предположение о том, что ситуация самоизоляции затронула ключевые стороны жизненного уклада российских женщин и их семей и влияние это имело преимущественно негативный характер. Результаты исследования продемонстрировали противоречивость и неоднозначность восприятия женщинами сложившейся ситуации: с одной стороны — общие тревожные настроения, опасения за будущее семьи и экономики страны в целом, жалобы на материальные трудности, трудности в новых условиях работы и быта, осложнения в семейных отношениях, с другой — терпимость российских женщин в отношении временных сложностей, нового формата удаленной работы, ответственное отношение к соблюдению режима самоизоляции. Но, несмотря на некоторую долю оптимизма в ответах респонденток, более половины опрошенных в целом демонстрируют негативные и пессимистические настроения.

Ключевые слова: жизненный уклад, социальная изоляция, самоизоляция, коронавирусная инфекция, пандемия, семья, система ценностей.

TRANSFORMATION OF RUSSIAN WOMEN LIFESTYLE IN THE CONTEXT OF SELF-ISOLATION CAUSED BY THE COVID-19 PANDEMIC

Yu. Yu. Chilipenok, O. S. Gaponova, N. S. Gaponova, L. S. Danilova

National Research University “Higher School of Economics”, Nizhny Novgorod,
Russian Federation, uchilipenok@hse.ru

The article presents the results of the research on the women’s perception of the conditions of mandatory self-isolation caused by the COVID-19 pandemic. The respondents’ feedback showed changes in various areas of their lives that occurred during the period of self-isolation. The main hypothesis of the research was the assumption that the situation of self-isolation caused by COVID-19 has affected various aspects of Russian women lifestyle

and their families: distribution of temporal and material resources; labor activity; relations with husbands (partners) and children; habits related to nutrition, healthy lifestyle, personal care, etc.; perception of the external situation as a whole. It is also assumed that this impact was mainly negative. The collection of the empirical data was based on the method of questionnaire and was carried out in Moscow and Moscow region, St. Petersburg and Leningrad region, Nizhny Novgorod and Nizhny Novgorod region — the three most complex regions of Russia in terms of the number of registered coronavirus cases (according to 17.04.2020). Due to a certain specificity of the methods used, the sample of the study cut off the bulk of women without higher education, working in spheres that do not require high qualifications, and, thus, identified a specific stratum of modern Russian society for the study — working women with average and above average income. For the most part, such women demonstrate responsible behavior, abiding the regime of self-isolation. One way to alleviate the impact of this regime is to relocate with the children to smaller cities or villages, usually to their parents' places. One of the most significant consequences of the imposed restrictions is the active spread of a fairly new high-tech format of labor interaction — telework. The coronavirus situation has been a kind of a boost for the development of new telework practices and the increase in the number of people working from home. However, the opinions of women regarding whether they would like to switch to the online format of work activity completely were divided. In the context of mandatory self-isolation, families mainly use two strategies to stabilize the financial situation: increasing income, practiced by the wealthier families; and reducing expenses — by poorer families. Against all expectations, the distribution of time has shifted towards passive pastime in front of the TV or on the phone, checking social media, taking a daytime nap, rather than self-development, personal care and sport activities at home. Women have developed or worsened bad habits, and the number of sports and healthy lifestyle adepts has slightly decreased. Thus, self-isolation has not been a motivator of active pastime for women. On the contrary, it has led to the spread of a passive lifestyle, laziness and apathy. The assumption that self-isolation would have a detrimental effect on the moral and psychological climate and relations inside families was only partially confirmed. Some negative trends were pointed out, but due to the specifics of the Russian mentality and inculcated family values, they did not show such a rapid and drastic decline as in foreign countries. In general, to summarize the foregoing, it should be noted that the appeared difficulties in the interaction with the external environment, concerns about the future of the Russian economy, deterioration of the financial situation, fear for the future of the family, general anxiety, uncertainty, complex moral state and failed plans — all that collectively results in negative and pessimistic moods of more than a half of Russian women in the conditions of self-isolation, and as families continue to stay in these conditions, it is most likely that such sentiments will have a tendency to grow, which will require further study of these trends and their consequences for the major Russian cities as well as for the periphery, where they will have their own specific features.

Key words: lifestyle, social isolation, self-isolation, coronavirus infection, pandemic, family, system of values.

Введение

Процесс взаимодействия человека с внешним миром, с другими членами общества, с ближайшим окружением оказывает ключевое влияние на его жизнь, во многом обуславливая жизненный уклад. Однако в силу определенных причин может сложиться ситуация, следствием которой станет изоляция человека от широкого социального окружения, будут прерваны непосредственные контакты с отдельными членами семьи, друзьями и другими референтными для личности

группами. Чаще всего такие ситуации индивидуальны (например, тюремное заключение или долгосрочная дальняя командировка). Но, как показала современная действительность, внезапно может возникнуть необходимость существенно ограничить или совсем прекратить многие социальные контакты для подавляющего большинства населения. Такой причиной стала угроза распространения по всему миру в 2020 г. вируса COVID-19.

Пытаясь остановить набирающую силы пандемию, правительства разных стран, в том числе и России, принимают различные меры государственного регулирования для контроля за эпидемиологической ситуацией, сопряженные с ограничением социальных контактов граждан: введение карантинных мероприятий, режима самоизоляции, режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации. Люди, оказавшиеся в силу обстоятельств в подобной, абсолютно новой для себя, ситуации, вынуждены существенным образом перестроить свою привычную жизнь, изменив сложившийся годами ежедневный уклад.

В социологической литературе и смежных областях научного знания сложно найти определение термина «самоизоляция», так как само по себе это явление достаточно новое. На различных сайтах информационных агентств найдем практически единственное следующее определение — «комплекс ограничительных мер для населения, которые вводит правительство на определенный срок для борьбы с распространением опасного заболевания»¹.

В Новейшем социологическом словаре [Новейший социологический словарь, 2010: 829] дано такое определение термина «социальная изоляция» — «социальное явление, при котором происходит отторжение индивида или социальной группы от других индивидов или социальных групп в результате прекращения или резкого сокращения социальных контактов и взаимоотношений». Наиболее близкой к изучаемой нами ситуации является такая разновидность социальной изоляции, как изоляция физическая, когда не имеющий возможности (желания) личной встречи индивид свободно общается через технические средства связи — телефон, почту, Интернет. По критерию инициатора изоляции в данном случае имеет место быть, с одной стороны, добровольная изоляция, которая, как правило, происходит под действием двух факторов: 1) по собственному желанию или убеждению, 2) из-за влияния субъективных факторов; а с другой стороны, изоляция в некоторой степени принудительная, так как она активно пропагандируется и контролируется государством и, в отдельных случаях, предусматривает наказания за ее нарушение.

Если тема индивидуальной принудительной изоляции (например, одиночного тюремного заключения [Лапшин, 2007; Човдырова, 2000; Scharff, 2009]) или добровольной социальной изоляции девиантной личности [Ishikawa, 2006; Тео et al., 2015; Кляйненберг, 2014] достаточно изучена как в отечественной, так и в зарубежной, чаще всего психологической, литературе, то явлению так называемой групповой изоляции посвящено значительно меньше работ. Многие вопросы, относящиеся к компетенции социальной психологии, рассматривались на фоне психофизиологических или медико-биологических разработок проблемы [Хрящева, 2000; Широкова, 1983; Волков и др., 1976].

¹ Российское агентство международной информации «РИА новости». URL: <https://ria.ru/20200408/1569764617.html> (дата обращения: 09.04.2020).

В социологической и психологической литературе советского периода можно встретить описания совместной деятельности и психологического взаимодействия групп людей, работающих вахтовым методом (например, полярников [Баженова, 1974; Борискин, 1973; Бундзен, 1972], сотрудников высокогорных гидрометеостанций [Бизюк, 1979], космонавтов [Горбов, 1964], экипажей морских судов [Вересоцкий, Парохин, 1986; Богатина, Gladkova, 1973; Еремеева, 1986]); популярная и достаточно изученная тема — групповая изоляция в воспитательных и исправительных колониях, иных местах лишения свободы [Маслов, 1970; Cochran, Mears, 2013].

В 60-х гг. прошлого века в лабораторных условиях осуществлялись эксперименты, посвященные изучению взаимного сосуществования в замкнутом пространстве малых групп [Горбов, 1966; Горбов, 1964; Горбов, Мясников, Яздовский, 1963]. В ходе исследований были выявлены особенности динамики групповых процессов, характерные для условий длительной изоляции, такие как неустойчивость и нестабильность отношений, увеличение конфликтности, обострение потребности в единении, повышение роли неформального общения [Новиков, 1981; Китаев-Смык, 1977; Дикая, Шкопоров, Аллахвердова, 1985; Поляков, 1986; Гришина, 1980].

Современная ситуация самоизоляции имеет свои существенные особенности. Она происходит: а) добровольно-принудительно; б) в пределах собственного дома (квартиры); в) как правило, в семейном окружении; г) с использованием широких возможностей сети Интернет. Каков характер влияния этих особенностей на самочувствие людей и их жизненный уклад в условиях массовой самоизоляции — тема совершенно новая и неизученная.

Применительно к семье будем опираться на следующее определение жизненного уклада: «Это набор действий и ценностей, которые выстраивают жизнь домохозяйств в целостную систему. В систему, которая направлена на сохранение здоровья членов семьи и их позитивный настрой» [Ивановская, 2010]. В этом смысле можно предположить, что именно на женщину ложатся основные трудности адаптации семейного жизненного уклада к современной ситуации домашней самоизоляции.

Выдвижение гипотезы

Основной гипотезой исследования явилось предположение о том, что ситуация самоизоляции, вызванная COVID-19, коснулась различных сторон жизненного уклада российских женщин и их семей: распределения временных и материальных ресурсов; трудовой деятельности; отношений с мужем (партнером) и детьми; привычек, связанных с питанием, здоровым образом жизни, уходом за собой и др.; восприятия внешней ситуации в целом. Также предполагается, что влияние это носит преимущественно негативный характер.

Методология и организация исследования

Сбор эмпирических данных осуществлялся методом анкетирования. Анкета содержала 69 вопросов. Количество обработанных анкет — 384. Анкетирование было проведено с 18 по 28 апреля 2020 г. (в период действия в России режима самоизоляции). В выборку попали три самых сложных (многочисленных)

с точки зрения количества зарегистрированных больных коронавирусом региона: 1) Москва и Московская область; 2) Санкт-Петербург и Ленинградская область; 3) Нижегородская область (по данным на 17 апреля 2020 г.)². Количество респонденток в них распределилось примерно поровну.

Каналы, по которым распространялась анкета, включали как личные коммуникационные сети авторов исследования, так и медийные средства, обычно недоступные или же невостребованные в малообеспеченных слоях населения и непопулярные у работающих женщин низкой квалификации. Использовались сети Telegram, Facebook, Viber, WhatsApp и др.

В результате такой фильтрации выборка исследования отсекала основной массив женщин без высшего образования, работающих в сферах, не требующих высокой квалификации, и, таким образом, определила для изучения специфическую страту современного российского общества — работающих женщин с достатком средним и выше среднего. Это, в свою очередь, обусловило актуальность работы, так как полученные результаты оказались в некоторой степени отличными от среднероссийских показателей, приведенных в трудах других авторов, давших более усредненный срез как по образовательному уровню респондентов, так и по финансовому положению их семей.

Результаты исследования

В ситуации самоизоляции большинство респонденток — 73 % — оказались в городах-миллионниках. Это на 10 % меньше, чем до самоизоляции. Изменилось распределение и в части того, с кем женщины оказались в период самоизоляции: с мужем (партнером) — 55 % (до самоизоляции — 59 %), с детьми — 44 % (как и до нее), с родителями — 32 % (до нее — 27 %), в одиночестве — 8 %. Эти данные дают возможность предположить, что в самоизоляцию часть респонденток отправились в менее крупные населенные пункты, очевидно, к своим родителям, взяв с собой детей и оставив супругов (партнеров) в большом городе. Мотивами такого переезда являются следующие: в больших городах заразиться коронавирусом гораздо проще; детям лучше быть «на природе»; нужно помочь родителям; жизнь в «деревне» дешевле и др. В целом в ситуации продолжительной самоизоляции наличие загородной недвижимости существенным образом смягчает этот режим, что подтверждается и резко возросшим спросом на аренду загородных домов и покупку дачных участков.

Что касается соблюдения режима самоизоляции, то большая часть опрошенных относятся к ситуации ответственно и выходят из дома в городе только за продуктами, в аптеку или погулять с животными (71 %).

Работа

В результате введения в стране режима самоизоляции более половины опрошенных женщин — 52 % — были переведены на удаленную работу, при этом часть из них иногда посещают рабочее место. До этого 15 % респонденток уже имели опыт удаленной работы, что объясняется интеллектуальным характером их трудовой деятельности, подразумевающим наличие такого формата работы в том или ином объеме. Пока сложно объективно оценить последствия такого

² Карта распространения коронавируса COVID-19 в России. URL: <https://ncov.blog/countries/ru/> (дата обращения: 17.04.2020).

внезапного и массового перехода на удаленную работу, но очевидно, что ситуация с коронавирусом способствовала распространению нового формата трудового взаимодействия и в будущем он будет только развиваться.

При этом вопрос о том, нравится ли респонденткам работать удаленно, вызвал максимальное количество сложностей с ответом: 18 % не смогли определиться, так же как и с ответом на вопрос о желании в дальнейшем продолжить работать в удаленном режиме. По-видимому, некоторой части женщин понравилась удаленная работа в виде краткосрочного опыта, но в дальнейшем они предпочли бы вернуться к привычному формату трудовой деятельности.

Те, кто уже успел поработать удаленно, смогли идентифицировать основные сложности, с которыми они столкнулись (рис. 1), и оценить преимущества удаленной работы (рис. 2).



Рис. 1. Сложности удаленной работы, отмеченные респондентками, %



Рис. 2. Преимущества удаленной работы, отмеченные респондентками, %

Стоит отметить, что распространение удаленной работы способно в недалеком будущем привести к возникновению совершенно иной, отличной от классической, модификации социально-трудовых отношений, без привычных форматов взаимодействия. Государству предстоит выработать соответствующую регулирующую и правовую базу.

Распределение времени

Более половины опрошенных женщин отметили, что свободного времени в период самоизоляции у них стало больше, у четверти — меньше. Среди наиболее часто называемых причин увеличения количества свободного времени названы: отсутствие необходимости ходить на работу/учебу, тратить время на сборы и дорогу, возможность параллельно выполнять рабочие и домашние дела.

Изучение количественного выражения изменения распределения времени не вызвало удивления в части очевидного существенного сокращения количества времени, которое раньше отводилось прогулкам, посещениям спортзала и встречам с родственниками, друзьями и знакомыми. Однако дальнейший анализ опроверг некоторые наши предположения. Мы не увидели, что женщины стали значительно больше времени тратить на обучение детей или приготовление еды, они определенно не стали тратить больше времени на учебу или саморазвитие, на ведение домашних дел, подсобного хозяйства, ремонт и обустройство жилья, они стали менее продолжительное время заниматься спортом и уходом за собой. Но при этом они стали дольше «сидеть» в социальных сетях, смотреть телевизор и спать днем. Отсюда можно предположить, что самоизоляция не явилась для многих женщин мотиватором активной деятельности, наоборот, она привела к распространению пассивного образа жизни, лени и апатии. Необходимо отметить, что такая картина отличается от ситуации у среднестатистических российских женщин, которые, напротив, оказались более нагружены бытовыми и семейными проблемами. Это объясняется их худшим, относительно респондентов, представленных в данном исследовании, финансовым положением, преимущественно физическим характером труда и большим количеством детей в семьях.

Материальное положение и структура затрат

На период заполнения анкеты материальное положение у половины опрошенных женщин, по их мнению, не изменилось, а у 40 % — стало хуже. Часть респонденток затруднились ответить на вопрос, вероятнее всего, вследствие ощущения «надвигающегося» ухудшения финансового состояния. Однако есть и такие, чье материальное положение, по их словам, стало лучше. Это либо работники IT-сферы (что вполне объяснимо), либо те, кто стал просто меньше тратить денег (на уход за собой, например), что опять же отличает их от среднестатистических женщин, которые и до пандемии не пользовались услугами косметологов на регулярной основе.

Ухудшение материального положения для многих женщин может являться серьезным поводом принять меры для того, чтобы стабилизировать уровень финансов. Однако среди опрошенных, чье финансовое положение стало хуже, дополнительные меры приняли лишь 40 %. Интересно отметить, что 40 % женщин

(или членов их семей) из числа тех, кто принял дополнительные меры, нашли дополнительные способы заработка, а еще около 40 % — перестали выплачивать кредиты и оплачивать услуги ЖКХ, около 20 % — обратились в банки за пересмотром условий кредитования. Доля обратившихся за государственной помощью (в виде социальных выплат или постановки на биржу труда) оказалась крайне незначительной. Любопытно, что те семьи, в которых в докризисной ситуации денег хватало, предприняли попытки найти дополнительные способы заработка, а те семьи, которые жили «от зарплаты до зарплаты», такие возможности не использовали и сократили расходы путем приостановления выплат по кредитам и услугам ЖКХ.

Анализ изменений в структуре затрат показал, что вполне ожидаемо в условиях самоизоляции довольно значительное количество семей — 61 % — стали тратить больше денег на продукты питания. Около 60 % опрошенных снизили расходы на проезд, покупку одежды и обуви, 56 % — на услуги косметолога. У 18 % опрошенных возросли расходы на онлайн-шопинг и доставку (у 10 % — упали), у 14 % — на табак и алкоголь (у 8 % — упали). Примечательно, что 13 % стали больше тратить денег на лечение, а 15 % — напротив, меньше. Платные образовательные услуги и услуги в сфере культуры и досуга не оказались популярны у опрошенных в период самоизоляции: доля респонденток, увеличивших затраты в этих областях, крайне незначительна. В целом 51 % опрошенных женщин стали тратить меньше времени и денег на досуговые и культурные мероприятия. Очевидно, что женщины оказались не готовы воспринимать сферу культуры в онлайн-формате. Посещение театра, кинотеатра или другой площадки для них предпочтительнее в живом режиме, даже в условиях самоизоляции. Кроме того, большое количество площадок (музеи, театры и т. д.) на период самоизоляции сделали свои услуги в онлайн-режиме бесплатными. Здесь же следует отметить, что в российских семьях со скромным достатком, каких немало, такая статья расходов, как платные образовательные и медицинские услуги, как и услуги в сфере культуры и досуга, традиционно не предусмотрена вовсе.

Возвращаясь к структуре затрат, отметим еще, что анализ самой популярной статьи расходов в период самоизоляции — продуктов питания показал, что доля респонденток среди тех, чье материальное положение ухудшилось, включивших продукты питания в раздел увеличившихся затрат, составляет 70 %, в то время как среди женщин, чье материальное положение осталось на прежнем уровне, об увеличении затрат на продукты питания упоминается в 50 % случаев. Увеличились траты на фрукты и овощи — 42 %, мясо и мясные продукты — 34 %, чай и кофе — 26 %, крупы — 19 %, алкогольную продукцию — 16 %. Большинство респондентов — 61 % — не покупали продукты впрок, однако около 37 % опрошенных запаслись некоторыми товарами. Среди тех, кто делал запасы, 41 % закупили впрок крупы и мясные консервы. При этом россияне стали чаще пользоваться доставкой товаров через Интернет, что подтвердили 18 % респонденток и подтверждает статистика крупных ритейлеров³.

³ Торговля в онлайн-режиме: как изменились покупательские предпочтения в период пандемии. URL: <https://xn--80aesfpebagmfb1c0a.xn--p1ai/news/20200504--1103.html> (дата обращения: 04.05.2020).

Здоровый образ жизни и вредные привычки

В условиях режима самоизоляции 43 % опрошенных женщин (до самоизоляции — 55 %, что существенно отличает показатели этой группы от среднестатистических российских показателей)⁴ продолжили заниматься спортом и соблюдать здоровый образ жизни, а 40 % (до самоизоляции — 33 %) спортом не занимаются и здорового образа жизни не придерживаются. Отмечены следующие сложности: соблазн нарушать режим правильного питания, постоянно находясь дома; невозможность заставить себя заниматься спортом; отсутствие дома необходимого спортивного оборудования или места для занятий; переключение внимания на членов семьи и др.

Наряду с этим у 14 % респонденток возникло пристрастие к алкоголю (или более ярко себя проявило), 7 % — стали больше курить. Наиболее серьезно проявили себя и вредные привычки, связанные с недостаточно развитыми навыками самоорганизации в условиях самоизоляции: 37 % женщин отметили неумеренный просмотр контента в Интернете, 36 % — пассивный лежачий образ жизни, 28 % — переедание, 24 % — стали проводить чересчур много времени в социальных сетях, а около 18 % — слишком много смотреть телепередач.

Примечательно, что среди ответов тех, в чьей семье вредные привычки во время самоизоляции стали причиной участвовавших конфликтов, а таких 17 %, практически не встречается единственной усугубившейся вредной привычки. Как правило, женщины отмечают сразу несколько: переедание — 63 %, пассивный образ жизни — 53 %, неумеренный просмотр контента в Интернете — 53 %, пристрастие к алкоголю — 42 %.

Таким образом, еще раз подтверждается вывод о том, что самоизоляция неблагоприятно сказывается как на здоровье и психике самой женщины, так и на морально-психологическом климате в семье. Здесь открывается большое поле деятельности для профессиональных психологов.

Уход за собой и саморазвитие

До самоизоляции женщины выделенной нами группы наиболее часто пользовались такими традиционными услугами салонов красоты, как стрижка и окрашивание волос — 36 %, ногтевой сервис — 30 % и эпиляция — 12 %. В связи с закрытием салонов красоты на период самоизоляции отдельные группы респонденток самостоятельно стали делать некоторые из указанных процедур: маникюр и педикюр — 28 %, эпиляцию — 17 %, окрашивание волос — 13 %. Таким образом, топ самых популярных процедур не изменился, но поменял свой порядок приоритетности. При этом 25 % опрошенных совсем отказались от выполнения каких-либо косметических процедур на дому. Важно, что 92 % опрошенных женщин не посещают «подпольно» салоны красоты и не обслуживаются на дому.

Среди бьюти-привычек, утративших в условиях домашней самоизоляции актуальность, были отмечены нанесение декоративного макияжа — 23 %, использование парфюма — 18 %, укладка волос — 15 %.

⁴ Российский мониторинг экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ. URL: <https://www.hse.ru/rlms/> (дата обращения: 31.07.2020).

До периода самоизоляции большинство опрошенных женщин увлекались такими традиционными направлениями саморазвития, как кулинария, культура и искусство, красота и здоровье, чуть реже — дизайн и мода. Вообще, распределение интересов по всем направлениям оказалось достаточно равномерным, не нашлось ни сфер, лидирующих с большим отрывом, ни аутсайдеров. Во время режима самоизоляции был зафиксирован общий спад интереса к этим направлениям, однако мы можем наблюдать всплеск увлеченности другими, менее традиционными хобби: психология и педагогика, политика, практики фэн-шуй и нетрадиционная медицина, изучение онлайн платформ и цифровой обработки сигналов. Новые интересы, вероятно, связаны с теми вопросами, которые возникают у женщин обозначенной группы в период самоизоляции и требуют от них дополнительных знаний в новых условиях.

Морально-психологический климат и отношения с партнером и детьми

Среди наиболее частых негативных тенденций изменения морально-психологического климата в семье респондентками были названы раздражение от отсутствия личного пространства, общая тревожность, психологическая напряженность и эмоциональный дискомфорт. Менее распространенными, ностораживающими тенденциями оказались ухудшение отношений, частые ссоры, ругань с использованием нецензурной лексики. Среди позитивных изменений женщины отметили, что члены их семей стали больше заботиться друг о друге, семья стала дружнее и сплоченнее, появились совместный досуг и общие дела.

В топе трех наиболее популярных проблемных зон в отношениях непосредственно с партнером оказались сложности постоянного пребывания друг у друга на виду, проблемы в сексуальной сфере, трудности с проведением совместного досуга. Также партнеры критикуют внешность женщины, проявляют грубость, скандалят. При этом некоторые респондентки заявили, что после выхода из режима самоизоляции больше не смогут сосуществовать с партнером, а у некоторых проявилась критическая разница в мировоззрении. Неудивительно, что поисковик Google в марте 2020 г. отметил самый большой объем запросов о помощи в борьбе с бытовым насилием за последние 5 лет⁵.

При всем этом некоторый оптимизм внушают те факты, что часть опрошенных женщин основной проблемой назвали то, что в условиях самоизоляции они оказались отдельно от партнера и страдают от разлуки. Среди позитивных сдвигов в партнерских взаимоотношениях было отмечено, что партнер взял на себя часть обязанностей по дому и они с удовольствием стали проводить время вместе. У трети респонденток с мужем (партнером) «все хорошо, как и всегда».

Хочется предположить, что российский менталитет и прививаемые в российском обществе семейные ценности все же окажут положительное влияние на выживаемость семей в период самоизоляции, несмотря на негативный опыт зарубежных стран, где после отмены режима самоизоляции резко увеличилось

⁵ Побочный эффект карантина и самоизоляции: участились случаи семейного насилия, избиений, убийств. URL: https://www.newsru.com/russia/02apr2020/karantin_violence.html (дата обращения: 02.04.2020).

количество разводов [Ясеницкая и др., 2020]. В этом контексте также следует отметить, что с большой долей вероятности незначительные проценты случаев семейного насилия и конфликтов, выявленные в рамках настоящего исследования, объясняются спецификой выборки.

Среди наиболее часто упоминаемых проблем, обострившихся в условиях самоизоляции с несовершеннолетними детьми, женщины отметили возрастание трудности организации их досуга, усугубление их компьютерной зависимости, лень ребенка, невыполнение им своих обязанностей по дому. Также в отдельных ответах были акцентированы сложности организации школьного обучения ребенка в режиме онлайн, материальные трудности, вплоть до того, что нечем кормить детей. Среди положительных сдвигов, хотя упоминаемых гораздо реже, отмечено то, что ребенок стал больше читать, стал более открытым, с ним налажился контакт.

Наиболее проблематичной оказалась зона, связанная с удаленным обучением детей: не устраивает качество предлагаемого учебным заведением онлайн-сервиса и других приложений — 28 %, не хватает компьютеров и других технических средств — 24 %, функция обучения ребенка полностью легла на женщину — 18 %, невозможно заставить ребенка заниматься дома — 13 %.

Оценка текущей ситуации

Именно после введения Правительством режима самоизоляции треть опрошенных женщин — 29 % — впервые обратили серьезное внимание на ситуацию с коронавирусом. Коронавирус реальной угрозой считают 68 % респонденток. Причем 50 % не согласны с утверждением о том, что «коронавирус не страшнее гриппа, а ситуацию слишком раздули», 57 % считают, что остановить распространение коронавируса невозможно — так или иначе, им переболеет большая часть населения. При этом 44 % опрошенных женщин верят, что инфекция обойдет их семьи стороной, так как все меры приняты, а 38 % очень опасаются, что кто-нибудь из членов их семей может заболеть. 18 % не придают этой угрозе значения, что в целом соответствует данным опроса ВЦИОМ⁶. 52 % опрошенных винят в распространении эпидемии туристов, вернувшихся из-за границы.

Мнения о мерах, принимаемых Правительством в этой ситуации, разделились: 38 % опрошенных женщин оценивают эти меры как вполне адекватные; 37 % находят их недостаточными; 48 % не доверяют официальным СМИ и считают, что от нас скрывают реальные цифры заболевших. Большинство респонденток — 92 % — убеждены, что ситуация с коронавирусом сильно подорвет российскую экономику. При этом 14 % считают, что эта ситуация будет дополнительным стимулом для развития российской экономики в будущем.

Более трети женщин — 38 % — ответили, что в период самоизоляции в их жизни произошли существенные изменения, еще 15 % охарактеризовали их как кардинальные. Основные затруднения во взаимодействии с внешним миром в условиях самоизоляции вызвали следующие аспекты: необходимость получать

⁶ Сорок процентов россиян сочли низкой опасность заразиться коронавирусом. URL: https://www.rbc.ru/politics/27/04/2020/5ea57d749a79471261c6b17d?utm_source=gismeteo&utm_medium=news&utm_campaign=gism_top5 (дата обращения: 27.04.2020).

пропуск или разрешение на выход из дома, ограниченные возможности обратиться в медучреждение за помощью, ограниченный или дистанционный режим работы различных учреждений, сложность с перемещением из одного населенного пункта в другой из-за введенных ограничений. При этом 43 % респонденток надеются вернуться к прежней жизни, 15 % настроены более пессимистично.

Отмечая положительные стороны влияния режима самоизоляции на их семьи, треть респонденток отметили, что счастливы проводить больше времени с семьей; остальные рады отдохнуть и выспаться, довольны режимом удаленной работы, нашли время на ремонт и домашние дела, занялись саморазвитием и творчеством. 37 % респондентов не нашли никаких плюсов в режиме самоизоляции для своей семьи.

Что касается отрицательных последствий, то самая большая группа ответов — 26 % — содержала различной степени опасения о будущем финансовом положении семьи и об экономике в целом. Люди жалуются на отсутствие работы и соответственно дохода, долги растут, будущее неопределенно. 21 % тяжело переносят самоизоляцию с моральной точки зрения: женщины сетуют на усталость, тяжелый морально-психологический климат в семье, апатию и отсутствие желания что-либо делать. Часть респонденток пожаловались на рухнувшие планы: отменились свадьба, отпуск, стажировки за границей.

Заключение

В условиях пандемии COVID-19 подверглись определенной трансформации различные стороны жизненного уклада российских женщин. Сама ситуация такой массовой домашней самоизоляции уникальна и не изучена, тем более неисследованной остается проблема изменения жизненного уклада образованных женщин из семей среднего и высокого достатка. Такие женщины чаще работают в сферах, где возможна удаленная работа; меньше зависимы от патриархального семейного уклада; менее ограничены в финансах и стеснены в жилплощади, что создает возможность маневра и переезда в безопасную зону; в их семьях традиционно меньше детей, что отсекает часть проблем с дистанционным обучением; у них априори больше времени для себя, чем у среднестатистической россиянки. Все это в совокупности нашло свое отражение в оригинальных результатах авторского исследования.

Женщины в большей своей части демонстрируют ответственное поведение, соблюдая режим самоизоляции. Одним из способов смягчения такого режима является переезд с детьми в менее крупные населенные пункты, как правило, к родителям.

Одно из наиболее значимых последствий введенных ограничений — активное распространение достаточно нового высокотехнологичного формата трудового взаимодействия, т. е. удаленной работы. Ситуация с коронавирусом явилась своего рода детонатором для развития новых практик удаленной работы и роста числа работающих в таком формате. Хотя мнения женщин по поводу того, хотелось ли бы им полностью перейти к онлайн-формату трудовой деятельности, разделились.

В ситуации вынужденной самоизоляции семьи используют в основном две стратегии стабилизации финансовой ситуации: увеличение доходов, практикуемое

более состоятельными семьями (например, работников IT-сферы), и сокращение расходов более бедными семьями.

Содержание распределения времени, вопреки ожиданиям, сместилось в сторону пассивного времяпрепровождения у телевизора или в социальных сетях, дневного сна, а не саморазвития, ухода за собой и занятий физкультурой. У женщин появились или обострились вредные привычки, а количество адептов спорта и здорового образа жизни несколько уменьшилось. Таким образом, самоизоляция не стала для женщин мотиватором активной деятельности, наоборот, она привела к распространению пассивного образа жизни, лени и апатии. Что же касается базовых бьюти-привычек респонденток, то состав их несколько упростился, но все же от большинства из них женщины не отказались, хотя и вынуждены теперь поддерживать их собственными силами.

Предположение о том, что самоизоляция окажет пагубное влияние на морально-психологический климат и партнерские отношения в семьях, подтвердилось лишь частично. Были отмечены некоторые негативные тенденции, но, в силу специфики российского менталитета и прививаемых семейных ценностей, они не получили такого быстрого и кризисного течения, как в зарубежных странах.

В целом, подытоживая вышеизложенное, необходимо отметить, что проявившиеся сложности взаимодействия с внешней средой, опасения по поводу будущего российской экономики, ухудшение материального положения, боязнь за будущее семьи, общее настроение тревожности, неопределенность, сложное моральное состояние и рухнувшие планы — все это в совокупности обуславливает негативные и пессимистические настроения более половины опрошенных женщин в условиях самоизоляции. Существует большая вероятность того, что по мере продолжения пребывания семей в режиме самоизоляции такие настроения будут иметь тенденцию к росту. Потребуется дальнейшее изучение этих тенденций и их последствий как в крупных российских городах, так и на периферии, где они будут иметь свою специфику.

Библиографический список

- Баженова А. Ф.* Циркадные ритмы у человека в процессе адаптации к условиям Крайнего Севера // Адаптация и проблемы общей патологии. Новосибирск: 1974. С. 48—50.
- Бизюк А. П.* Исследование психологической адаптации лиц, работающих на полярных и высокогорных гидрометеостанциях (в связи с задачами психогигиены и психопрофилактики): автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ленинград, 1979. 24 с.
- Богатина Н. Ф., Гладкова Т. А.* О некоторых результатах социально-психологического обследования моряков Новороссийского пароходства // Вопросы гигиены и дезинфекционного дела на водном транспорте. Баку, 1973. С. 136—137.
- Борискин В. В.* Жизнь человека в Арктике и Антарктике. Ленинград: Медицина, 1973. 237 с.
- Бундзен П. В.* Основные аспекты психофизиологических исследований в Антарктиде // Антарктика. М., 1972. Вып. 2. С. 201—211.
- Вересоцкий Э. С., Парохин В. Н.* Труд и отдых плавсостава. Человеческий фактор в экипаже. М.: Транспорт, 1986. 215 с.

- Волков И. П., Хрящева Н. Ю., Шалыто А. Ю. Особенности групповых процессов в условиях относительной социальной изоляции // Вестник Ленинградского государственного университета. 1976. № 15. С. 136—138.
- Горбов Ф. Д. Индивидуум и группа в экспериментальной групповой психологии // Проблемы инженерной психологии. Л.: Изд-во ЛГУ, 1964. Вып. 1. С. 41—42.
- Горбов Ф. Д. Индивидуальное в групповом и групповое в индивидуальном в экспериментальном и клиническом аспектах // Тезисы XVIII Международного конгресса по психологии. М., 1966. С. 380.
- Горбов Ф. Д., Мясников В. И., Яздовский В. И. О состоянии напряжения и утомления в условиях изоляции от внешних раздражений // Журнал высшей нервной деятельности. 1963. Т. 13, № 4. С. 585—592.
- Гришина Н. В. Опыт использования теста Томаса для изучения индивидуальных особенностей лиц, склонных к конфликтным проявлениям в межличностном общении // Личность в системе коллективных отношений. М., 1980. С. 65—66.
- Дикая Л. Г., Шкопоров Н. Б., Аллахвердова О. В. К вопросу о психологических механизмах регуляции внутригруппового поведения в особых условиях // Социальная психология и общественная практика. М.: Наука, 1985. С. 50—60.
- Еремеева А. И. Личностные факторы совместной деятельности морского экипажа // Актуальные проблемы социальной психологии. Кострома, 1986. Ч. 1. С. 45—46.
- Ивановская Н. Что такое жизненный уклад и семейные ритуалы? 2010. URL: <http://anthro-design.ru/stati/chto-takoe-zhiznennyiy-uklad-i-semeynyie-ritualyi.html> (дата обращения: 05.05.2020).
- Китаев-Смык Л. А. Вероятностное прогнозирование и индивидуальные особенности реагирования человека в экстремальных условиях // Вероятностное прогнозирование в деятельности человека. М.: Наука, 1977. С. 189—225.
- Кляйненберг Э. Жизнь соло. Новая социальная реальность. М.: Альпина нон-фикшн, 2014. 279 с.
- Лапшин В. Е. К вопросу о влиянии уголовного наказания на личностное ядро осужденного // Уголовно-исполнительная система: право, экономика, управление. 2007. № 4. С. 44—46.
- Маслов И. А. Влияние фактора изоляции на психическое состояние // Проблемы сенсорной изоляции. М.: 1970. С. 39—40.
- Новейший социологический словарь. Минск: Книжный дом, 2010. 1310 с.
- Новиков М. А. Психофизиологические и эгопсихологические аспекты межличностного взаимодействия в автономных условиях // Проблема общения в психологии. М.: Наука, 1981. С. 178—217.
- Поляков В. П. Особенности общения в автономных коллективах // Актуальные проблемы социальной психологии. Кострома, 1986. Ч. 1. С. 75—76.
- Хрящева Н. Ю. Психические состояния при изоляции // Психические состояния. СПб.: Питер, 2000. С. 407—413.
- Човдырова Г. С. Личность в условиях социальной изоляции: проблемы адаптации и повышение стрессовой устойчивости. М.: Права человека, 2000. 287 с.
- Широкова И. К. Взаимное восприятие и совместимость людей в условиях изоляции // Вопросы психологии межличностного познания и общения. Краснодар: Изд-во Кубан. ун-та, 1983. С. 157—166.
- Ясеницкая А., Френкель Д., Сугуева Ю., Бородихин А. Изоляция с агрессором. Что происходит с жертвами домашнего насилия во время карантина. 2020. URL: <https://yandex.ru/turbo?text=https%3A%2F%2Fzona.media%2Farticle%2F2020%2F04%2F10%2Fquarantineviolence> (дата обращения: 10.04.2020).

- Cochran J. C., Mears D. P. Social isolation and inmate behavior: a conceptual framework for theorizing prison visitation and guiding and assessing research // *Journal of Criminal Justice*. 2013. № 4. P. 252—261.
- Ishikawa R. Confusion of the concepts of «hikikomori» and «NEETs»: seen from the perspective of people who regard themselves as «hikikomori» // *Journal of Educational Sociology*. 2006. № 79. P. 25—46.
- Scharff P. S. Solitary Confinement History, Practice, and Human Rights Standards. 2009. URL: <https://www.researchgate.net/publication/324248577> (дата обращения: 10.04.2020).
- Teo A. R., Fetters M. D., Stufflebam K., Tateno M., Balhara Y., Choi T. Y. et al. Identification of the hikikomori syndrome of social withdrawal: psychosocial features and treatment preferences in four countries // *Journal of Social Psychiatry*. 2015. № 61. P. 64—72.

References

- Bazhenova, A. F. (1974) Tsirkadnye ritmy u cheloveka v protsesse adaptatsii k usloviyam Kraïnego Severa [Circadian rhythms in humans in the process of adaptation to the conditions of the Far North], in: *Adaptatsiia i problemy obshchei patologii*, Novosibirsk, pp. 48—50.
- Biziuk, A. P. (1979) *Issledovanie psikhologicheskoi adaptatsii lits, rabotaiushchikh na poliarnykh i vysokogornykh gidrometeorostantsiakh (v sviazi s zadachami psikhogigieny i psikhoprofilaktiki)*: Avtoref. dis. kand. psikhol. nauk [Research of psychological adaptation of persons working at polar and high-altitude hydrometeorological stations (in connection with the tasks of psychohygiene and psychoprophylaxis): Synopsis of a thesis (Cand. Sc.)], Leningrad.
- Bogatina, N. F., Gladkova, T. A. (1973) O nekotorykh rezul'tatakh sotsial'no-psikhologicheskogo obsledovaniia moriakov Novorossiiskogo parokhodstva [About some results of social and psychological examination of seamen of the Novorossiysk shipping company], *Voprosy gigieny i dezinfeksionnogo dela na vodnom transporte*, Baku, pp. 136—137.
- Boriskin, V. V. (1973) *Zhizn' cheloveka v Arktike i Antarktike* [Human life in the Arctic and Antarctic], Leningrad: Meditsina.
- Bundzen, P. V. (1972) Osnovnye aspekty psikhofiziologicheskikh issledovaniï v Antarktide [Main aspects of psychophysiological research in Antarctic Continent], *Antarktika*, no. 2, pp. 201—211.
- Chovdyrova, G. S. (2000) *Lichnost' v usloviakh sotsial'noi izoliatsii: Problemy adaptatsii i povyshenie stressovoi ustoičivosti* [Personality in conditions of social isolation: Problems of adaptation and increasing stress resistance], Moscow: Prava cheloveka.
- Cochran, J. C., Mears, D. P. (2013) Social isolation and inmate behavior: A conceptual framework for theorizing prison visitation and guiding and assessing research, *Journal of Criminal Justice*, no. 4, pp. 252—261.
- Dikaia, L. G., Shkoporov, N. B., Allakhverdova, O. V. (1985) K voprosu o psikhologicheskikh mekhanizмах reguliatsii vnutrigruppovogo povedeniia v osobykh usloviakh [To the question of psychological mechanisms of regulation of intra-group behavior in special conditions], in: *Sotsial'naiia psikhologiya i obshchestvennaia praktika*, Moscow: Nauka, pp. 50—60.
- Eremeeva, A. I. (1986) Lichnostnye faktory sovместnoi deiatel'nosti morskogo ekipazha [Personal factors of joint activity of the sea crew], in: *Aktual'nye problemy sotsial'noi psikhologii*, pt. 1, Kostroma, pp. 45—46.
- Gorbov, F. D. (1964) Individuum i gruppya v èksperimental'noi gruppovoi psikhologii [The individual and the group in the experimental group psychology], *Problemy*

- inzhenernoi psikhologii*, Leningrad: Izdatel'stvo Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta, no. 1, pp. 41—42.
- Gorbov, F. D. (1966) Individual'noe v gruppovom i gruppovoe v individual'nom v eksperimental'nom i klinicheskom aspektakh [Individual in group and group in individual in experimental and clinical aspects], in: *Tezisy XVIII Mezhdunarodnogo kongressa po psikhologii*, Moscow, p. 380.
- Gorbov, F. D., Miasnikov, V. I., Iazdovskii, V. I. (1963) O sostoianii napriazheniia i utomleniia v usloviakh izoliatsii ot vneshnikh razdrazhenii [On the state of stress and fatigue under conditions of isolation from external irritations], *Zhurnal vysshei nervnoi deiatel'nosti*, vol. 13, no. 4, pp. 585—592.
- Grishina, N. V. (1980) Opyt ispol'zovaniia testa Tomasa dlia izucheniia individual'nykh osobennostei lits, sklonnykh k konfliktnym proiavleniiam v mezhlichnostnom obshchenii [Experience of using the Thomas test to study the individual characteristics of individuals who are prone to conflict manifestations in interpersonal communication], *Lichnost' v sisteme kollektivnykh otosheniï*, Moscow, pp. 65—66.
- Ishikawa, R. (2006) Confusion of the concepts of “Hikikomori” and “NEETs”: Seen from the perspective of people who regard themselves as “Hikikomori”, *Journal of Educational Sociology*, no. 79, pp. 25—46.
- Khriashcheva, N. Iu. (2000) Psikhicheskie sostoianiia pri izoliatsii [Mental states in isolation], in: *Psikhicheskie sostoianiia*, St. Petersburg: Piter, pp. 407—413.
- Kitaev-Smyk, L. A. (1977) Veroiatnostnoe prognozirovaniie i individual'nye osobennosti reagirovaniia cheloveka v ekstremal'nykh usloviakh [Probabilistic forecasting and individual characteristics of human response in extreme conditions], in: *Veroiatnostnoe prognozirovaniie v deiatel'nosti cheloveka*, Moscow: Nauka, pp. 189—225.
- Kliaïnenberg, E. (2014) *Zhizn' solo. Novaiia sotsial'naia real'nost'* [Life solo. New social reality], Moscow: Al'pina non-fikshn.
- Lapshin, V. E. (2007) K voprosu o vliianii ugolovnoho nakazaniia na lichnostnoe iadro osuzhdennoho [To the question of the impact of criminal punishment on the personal core of the convicted person], *Ugolovno-ispolnitel'naia sistema: pravo, ekonomika, upravlenie*, no. 4, pp. 44—46.
- Maslov, I. A. (1970) Vliianie faktora izoliatsii na psikhicheskoe sostoianie [Influence of the isolation factor on the mental state], in: *Problemy sensornoi izoliatsii*, Moscow, pp. 39—40.
- Novikov, M. A. (1981) Psikhofiziologicheskie i ègopsikhologicheskie aspekty mezhlichnostnogo vzaimodeistviia v avtonomnykh usloviakh [Psychophysiological and egopsychological aspects of interpersonal interaction in autonomous conditions], in: *Problema obshcheniia v psikhologii*, Moscow: Nauka, pp. 178—217.
- Poliakov, V. P. (1986) Osobennosti obshcheniia v avtonomnykh kollektivakh [Features of communication in autonomous teams], in: *Aktual'nye problemy sotsial'noi psikhologii*, pt. 1, Kostroma, pp. 75—76.
- Shirokova, I. K. (1983) Vzaimnoe vospriiatie i sovместimost' liudei v usloviakh izoliatsii [Mutual perception and compatibility of people in isolation], in: *Voprosy psikhologii mezhlichnostnogo poznaniia i obshcheniia*, Krasnodar: Izdatel'stvo Kubanskogo universiteta, pp. 157—166.
- Teo, A. R., Fetters, M. D., Stufflebam, K., Tateno, M., Balhara, Y., Choi, T. Y. et al. (2015) Identification of the Hikikomori syndrome of social withdrawal: psychosocial features and treatment preferences in four countries, *Journal of Social Psychiatry*, no. 61, pp. 64—72.
- Veresotskii, E. S., Parokhin, V. N. (1986) *Trud i otdykh plavsostava. Chelovecheskii faktor v ekipazhe* [Work and rest of the crew. The human factor in the crew], Moscow: Transport.

Volkov, I. P., Khriashcheva, N. Iu., Shalyto, A. Iu. (1976) Osobennosti gruppovykh protsessov v usloviakh otноситel'noї sotsial'noї izoliatsii [Features of group processes in conditions of relative social isolation], *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta*, no. 15, pp. 136—138.

Статья поступила 17.06.2020 г.

Информация об авторах / Information about the authors

Чилипенюк Юлия Юрьевна — доктор социологических наук, профессор, заведующая кафедрой общего и стратегического менеджмента, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (Нижний Новгород), г. Нижний Новгород, Россия, uchilipenok@hse.ru (Dr. Sc. (Sociology), Professor, Head of the Department of General and Strategic Management, National Research University “Higher School of Economics” (Nizhny Novgorod), Nizhny Novgorod, Russian Federation).

Данилова Любовь Сергеевна — старший преподаватель кафедры общего и стратегического менеджмента, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (Нижний Новгород), г. Нижний Новгород, Россия, ldanilova@hse.ru (Senior Lecturer at the Department of General and Strategic Management, National Research University “Higher School of Economics” (Nizhny Novgorod), Nizhny Novgorod, Russian Federation).

Гапонова Ольга Сергеевна — кандидат экономических наук, доцент кафедры общего и стратегического менеджмента, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (Нижний Новгород), г. Нижний Новгород, Россия, osgaponova@hse.ru (Cand. Sc. (Economy), Associate Professor at the Department of General and Strategic Management, National Research University “Higher School of Economics” (Nizhny Novgorod), Nizhny Novgorod, Russian Federation).

Гапонова Надежда Сергеевна — преподаватель кафедры общего и стратегического менеджмента, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (Нижний Новгород), г. Нижний Новгород, Россия, ngaponova@hse.ru (Lecturer at the Department of General and Strategic Management, National Research University “Higher School of Economics” (Nizhny Novgorod), Nizhny Novgorod, Russian Federation).