
Женщина в российском обществе. 2022. № 2. С. 3—19.

Woman in Russian Society. 2022. No. 2. P. 3—19.

Научная статья

УДК 316.346.2-055.2

DOI: 10.21064/WinRS.2022.2.1

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

*Юлия Юрьевна Чилипенко, Ольга Сергеевна Гапонова,
Надежда Сергеевна Гапонова, Любовь Сергеевна Данилова*

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

Аннотация. Представлены результаты исследования, посвященного особенностям трансформации жизненного уклада российских женщин, вызванным пандемией COVID-19. В этой, второй части акцент сделан на восприятие женщинами ситуации выхода из самоизоляции. Основной гипотезой явилось предположение о том, что главной проблемой выхода из режима самоизоляции стало нежелание женщин менять образ жизни, который в данный период не был ограничен жестким рабочим графиком, и соответственно нежелание возвращаться к очному формату работы. Наибольшим плюсом завершения режима самоизоляции для женщин, имеющих детей-школьников, стало их возвращение к очному формату обучения. Результаты исследования полностью или частично подтвердили предложенные гипотезы и определили основной вывод о том, что женщины, пройдя через самоизоляцию и вернувшись (полностью или частично) в офлайн-формат жизни и работы, прошли все классические стадии стресса: отрицание, гнев, поиск компромисса, отчаяние, принятие. Способность к преодолению проблем, связанных с пандемией, появилась у них именно на этапе осознания и принятия.

Ключевые слова: жизненный уклад, выход из режима самоизоляции, коронавирусная инфекция, пандемия

Для цитирования: Чилипенко Ю. Ю., Гапонова О. С., Гапонова Н. С., Данилова Л. С. Трансформация жизненного уклада российских женщин в условиях выхода из самоизоляции, вызванной пандемией COVID-19 // Женщина в российском обществе. 2022. № 2. С. 3—19.

Original article

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

*Yuliya Yu. Chilipenok, Olga S. Gaponova,
Nadezhda S. Gaponova, Liubov S. Danilova*

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

Abstract. The article presents the results of the research on the peculiarities of Russian women’s lifestyle transformation caused by the COVID-19 pandemic. In this second part of the research the emphasis has been placed on the women’s perception of the end of self-isolation. The key hypothesis of the research was the assumption that the main problems caused by the ending of the self-isolation regime were women’s unwillingness to change their lifestyle, which during the period of self-isolation was not limited by a rigid work schedule, and accordingly unwillingness to return to the full-time work format. The greatest benefit of the end of the self-isolation regime for Russian women who have schoolchildren was their return to full-time education. The results of the research fully or partially confirmed the proposed hypotheses and drew the main conclusion that Russian women, having gone through self-isolation and return (fully or partially) to the offline format of life and work, experienced all the classic stages of stress: denial, anger, search for compromise, despair, acceptance. The ability to overcome the problems connected with the pandemic came to women precisely at the stage of awareness and acceptance.

Key words: lifestyle, exit from self-isolation, coronavirus infection, pandemic

For citation: Chilipenok, Iu. Iu., Gaponova, O. S., Gaponova, N. S., Danilova, L. S. (2022) Transformatsiia zhiznennogo ukлада rossiiskikh zhenshchin v usloviakh vykhoda iz samoizoliatsii, vyzvannoi pandemiei COVID-19 [Transformation of Russian women lifestyle in the context of exit from self-isolation caused by the COVID-19 pandemic], *Zhenshchina v rossiiskom obshchestve*, no. 2, pp. 3—19.

Введение

Современное общество переживает кризисный период, вызванный пандемией COVID-19, который, по мнению мирового научного сообщества, является серьезным вызовом человечеству, его последствия будут определять судьбу цивилизации в ближайшем будущем [Торкановский, 2020; Nicola et al., 2020]. Аналитики называют пандемию стресс-тестом мирового масштаба, причем не только для государств, макроэкономических показателей различных стран, но и для каждого человека, каждой отдельной семьи [Дробот, 2020].

В настоящее время уже сформировался достаточно большой объем данных отечественных и зарубежных исследований по тематике пандемии COVID-19. Особый интерес эта тема представляет для гуманитарных наук, которые исследуют проблему с разных точек зрения. Экономисты рассматривают влияние

пандемии на макроэкономические показатели, фондовые рынки, рынок труда, малый и средний бизнес [Duffin, 2020; Stiglitz, 2020; Гимпельсон, Капелушников, 2020]¹. Юристов интересуют вопросы законодательных ограничений, вводимых в условиях пандемии, невозможности выполнения договорных обязательств, деятельности правоохранительных органов, трудового права [Тарапов, 2020; Мельников, 2020]². Социологи изучают проблему коронавируса в контексте влияния на различные аспекты жизненного уклада россиян [Ивченкова, 2020; Горшков, 2020; Касьянов и др., 2020]. Психологи, наряду с социологами, озабочены вопросами семейных взаимоотношений и их трансформации в период пандемии, проблемой роста семейного насилия, особенностями обучения детей в домашних условиях [Dong, Zheng, 2020; Gao et al., 2020; Власенко, 2020]³.

При рассмотрении влияния пандемии на трансформацию жизни людей с социологических позиций замечено, что традиционно именно женщине принадлежит ведущая роль в организации семейного уклада, в связи с чем наиболее интересным представляется исследование поведения женщин в новых кризисных условиях. В целом эта тема, где объектом изучения является женщина, а предметом — влияние пандемии на ключевые стороны жизненного уклада женщин и их семей, пока недостаточно изучена, хотя и представляет значительный интерес⁴. Мы не остались в стороне от решения данного вопроса и весной 2020 г. провели масштабное исследование, посвященное восприятию женщинами условий вынужденной домашней самоизоляции, вызванной пандемией COVID-19 [Чилипенко и др., 2020].

Рассмотрев различные сферы поведения женщины в самоизоляции, вызванной пандемией, мы пришли к заключению, что российские женщины оказались наиболее пострадавшей стороной в силу того, что, с одной стороны, им так же, как и мужчинам, пришлось приспосабливаться к работе в новых условиях, объем их домашнего неоплачиваемого «невидимого труда» [Miranda, 2011] вырос в разы, с другой — на их плечи в придачу легла функция обучения детей. Несмотря на это, женщины адаптировались к новым условиям достаточно быстро и даже нашли в режиме самоизоляции определенные плюсы. Они продемонстрировали ответственное поведение, в основной своей массе пунктуально соблюдая режим самоизоляции; большинство с легкостью освоили новый высокотехнологичный удаленный формат работы; конфликты в семьях, если и возникали, не носили тяжелого характера и не имели необратимых последствий.

¹The Global Economic Outlook During the COVID-19 Pandemic: a Changed World. World Bank. URL: <https://www.worldbank.org/en/news/feature/2020/06/08/the-global-economic-outlook-during-the-covid-19-pandemic-a-changed-world/> (дата обращения: 19.04.2021).

²COVID-19. Меры Правительства по борьбе с коронавирусной инфекцией и поддержке экономики. URL: <http://government.ru/rugovclassifier/883/events/> (дата обращения: 19.04.2021).

³COVID-19 и насилие в отношении женщин: что может сделать сектор/система здравоохранения. Женева: Всемирная организация здравоохранения, 2020. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331699> (дата обращения: 19.04.2021).

⁴COVID-19: emerging gender data and why it matters. New York, UN Women. URL: <https://data.unwomen.org/resources/covid-19-emerging-gender-data-and-why-it-matters> (дата обращения: 19.04.2021).

В контексте рассуждения об актуальности темы следует отметить, что в целом ситуация самоизоляции оказалась сложным вызовом для женщин и их семей. Казалось, окончание периода самоизоляции могло бы стать решением накопившихся проблем. Однако этого не произошло. Выход из самоизоляции породил ряд новых трудностей для женщин — от потери работы или снижения доходов семьи за время самоизоляции до элементарного нежелания вновь перестраивать свой распорядок дня. Необходимость проанализировать эти новые изменения и обусловила целесообразность проведения второго этапа нашего исследования трансформации жизненного уклада российских женщин — в условиях выхода из самоизоляции, вызванной пандемией COVID-19.

Выдвижение гипотезы

Гипотезой исследования явилось предположение о том, что основной проблемой, вызванной выходом из режима самоизоляции, стало нежелание женщин менять образ жизни, который в данный период не был ограничен жестким рабочим графиком, и соответственно нежелание возвращаться к очному формату работы. Наибольшим плюсом завершения режима самоизоляции для женщин, имеющих детей-школьников, стало их возвращение к очному формату обучения, а также отсутствие необходимости проводить весь день вместе с другими членами семьи.

Методология и организация исследования

Сбор эмпирических данных осуществлялся методом анкетирования. Анкета содержала 69 вопросов. Количество обработанных анкет — 203. Анкетирование было проведено в марте 2021 г. (приурочено к годовщине введения в России режима самоизоляции). Опрос проводился среди женщин, проживающих в Нижнем Новгороде.

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

В результате подобной 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, представленных в трудах других авторов, давших более усредненный срез. Так, больше половины наших респонденток работают в сфере науки и образования, состоят в зарегистрированном браке 55 %, причем только 44 % проживают с супругами, 48 % не имеют несовершеннолетних детей. В городе-миллионнике (Нижний Новгород) проживают 93 %. Возраст большинства женщин, попавших в выборку, варьируется в диапазоне от 26 до 50 лет — 77 %.

Результаты исследования

Выход из режима самоизоляции и социальное самочувствие

В контексте социального самочувствия несомненный интерес представляют особенности восприятия женщинами ситуации пандемии, самоизоляции и выхода из нее.

После года жизни в условиях COVID-19 45 % респонденток отметили, что ситуация с коронавирусом сейчас вызывает у них меньше опасений, чем в начале пандемии. Это неудивительно, так как с течением времени существенно возросла информированность населения о самой болезни, возможностях ее лечения и профилактики. Ситуация стала более понятной и, как следствие, менее тревожной. Тем более что многие переболели сами или уже успели сделать прививки. При этом 27 % опрошенных женщин утверждают, что ситуация с COVID-19 не вызывает у них опасений. Это показательно, поскольку на первом этапе исследования беспокойство по поводу ситуации с коронавирусной инфекцией вызывали 60 % респонденток и только у 11 % никаких опасений не возникало.

В то же время 24 % респонденток отметили, что сами и/или члены их семей переболели коронавирусом в легкой форме, в 5 % случаев отмечены тяжелые случаи болезни с госпитализацией, еще в 5 % — летальные исходы (среди знакомых случаев тяжелой болезни и смерти было отмечено соответственно 21 и 12 %). В ситуации обращения за медицинской помощью наибольшие сложности были связаны с длительным ожиданием результатов тестирования на COVID — 14 %, большим скоплением людей в медицинских учреждениях — 12 %, невозможностью вызвать врача на дом — 10 %. Отметим, что не болели коронавирусом, 26 % женщин; столько же, может быть, переболели бессимптомно.

В самоизоляции опрошенные женщины, согласно распоряжению Правительства РФ, находились достаточно долго — с 25 марта по 12 мая 2020 г. Этот интервал отметили 48 % респонденток, еще 26 % провели в режиме ограничений с 25 марта до конца лета 2020 г.

Интересными оказались ответы на вопрос о том, какое событие обозначило для женщин момент окончания режима самоизоляции. Только для 11 % таким фактом стало распоряжение Правительства РФ от 12 мая 2020 г. о снятии первых ограничений. Для 12 % ориентиром стала возможность посещения парикмахерских и косметических салонов, для 10 % — возобновление посещения кафе, ресторанов и ночных клубов, для 8 % — возможность посещения спортзалов. В большинстве же случаев — 23 % — выход из режима самоизоляции был связан с возвращением в офлайн-формат работы. 14 % отметили, что все произошло «как-то само собой».

Показательно, что далеко не все женщины соскучились в самоизоляции по своим коллегам — таких лишь 8 %. Такое же количество респонденток — по 8 % — нуждались не в общении с коллегами, а в посещении парикмахерских и косметологических салонов, ресторанов и кафе, спортивных залов. Несколько большее количество женщин хотели посещать театры и кино — 10 %, скуучали по встречам с родными и друзьями — 13 %. Однако больше всего респонденткам не хватало отдыха за границей — 16 %.

После выхода из режима самоизоляции удалось восполнить практически все дефициты, и женщины направились в салоны красоты, торговые центры, спортзалы и рестораны. В отпуск же за границу поехать практически никому не удалось. 22 % респонденток первым делом после ослабления ограничений были вынуждены отправиться на работу. Еще 18 % сразу же посетили родственников и знакомых.

К сожалению, нельзя сказать, что с выходом из самоизоляции социальное самочувствие женщин стабилизировалось или улучшилось. Остались старые проблемы и появились новые: 29 % продолжали испытывать неудобства из-за необходимости ходить в маске, у 17 % сложности вызывала перемена режима дня, 14 % — опасались пользоваться общественным транспортом, лифтом, ходить по магазинам, 13 % продолжали бояться контактировать с другими людьми. Женщинам не хочется возвращаться к офлайн-режиму работы, тратить время и деньги на дорогу.

Таким образом, развитие ситуации с пандемией и отмена режима самоизоляции привели, с одной стороны, к постепенному ее принятию, пониманию, снижению беспокойства и тревожности, частичному восстановлению привычного образа жизни, с другой — к возникновению новых проблем и фобий после долгого периода ограничений: к боязни контактов с людьми, мест большого скопления народа. Помимо этого, у женщин возникли сложности в налаживании прежних социальных контактов, часто из-за отсутствия необходимости либо желания это делать.

Работа

Наемными работниками являются 81 % респонденток, и, как уже было отмечено, более половины заняты в сфере науки и образования. Здесь отметим одно из самых значимых нововведений, отражающих специфику пандемического кризиса, — это массовый перевод сотрудников на удаленную работу, который не мог не затронуть и опрошенных женщин. По мнению экспертов, сфера образования оказалась наиболее устойчивой к рискам возможной потери работы, так как все учебные заведения, так или иначе, перешли в онлайн-формат работы [Смирнов, 2020].

Если в ходе предыдущего исследования, которое проводилось в начале периода самоизоляции, 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 [Чилипенко и др., 2020]), то сейчас половина респонденток — 48 % — уверенно отвечают, что им понравилось работать онлайн. При этом 43 % считают, что дальше будут работать в смешанном режиме, а 35 % — что перспектив продолжать работать удаленно у них нет. После выхода из режима самоизоляции продолжает работать в онлайн-формате 21 %, а 18 % — трудятся удаленно, периодически посещая рабочее место.

Среди основных проблем, связанных с возвращением в офлайн-формат работы, названы следующие: необходимо тратить много времени на сборы и дорогу — 22 %, стало меньше времени на домашние дела и общение с близкими — 16 %, возросли расходы на транспорт и питание вне дома — 15 %, снова перестали высыпаться — 13 % (рис. 1).



Рис. 1. Сложности, связанные с возвращением в офлайн-формат работы, отмеченные респондентками, %

Несмотря на трудности, женщины находят также и преимущества в возвращении к традиционному формату работы: так, четверть опрошенных оказались рады личному общению с коллегами и начальством; 20 % отмечают, что стали лучше выглядеть, так как на работу нужно собираться; 19 % считают, что многие рабочие вопросы теперь решаются легче, чем из дома; 14 % радует, что на работе есть вся необходимая оргтехника (рис. 2).



Рис. 2. Преимущества возвращения в офлайн-формат работы, выделенные респондентками, %

Таким образом, самоизоляция открыла для многих женщин новый онлайн-формат работы, приверженцев которого по прошествии времени оказалось вдвое больше, чем его противников. В ситуации выхода из онлайн-формата в традиционный в качестве основных плюсов отмечены личное общение с коллегами и мотивация для того, чтобы лучше выглядеть; минусы — возросшие материальные расходы и временные затраты, а также меньшее количество времени, которое остается на домашние дела.

Распределение времени

Мнения об изменении количества свободного времени с выходом из самоизоляции у респонденток разделились: 45 % отметили, что свободного времени у них стало меньше, у 44 % ничего не изменилось.

Относительно распределения времени 51 % женщин отметили, что они активно работали в период самоизоляции — 6 и более часов в день. 21 % респонденток столько же времени уделял семейным бытовым делам, 26 % — сну и отдыху, 13 % — просмотру телепередач.

После выхода из самоизоляции более 6 часов в день стали работать 58 % женщин, бытовым вопросам столько времени смогли посвятить уже только 15 %, спать и отдыхать более 6 часов в день стал иметь возможность только 21 %, а долго смотреть телевизор смогли в 2 раза меньше женщин — 6 %. На домашние дела 39 % респонденток стали тратить менее 1 часа в день. При этом на 10 % увеличилось количество женщин, которые начали заниматься спортом хотя бы 1 час в день.

Таким образом, самые существенные изменения в распределении времени коснулись ведения домашнего хозяйства, времени на которое после выхода из режима самоизоляции у женщин стало гораздо меньше. Время, уделяемое сну и отдыху, особенно просмотру телевизора, значительно сократилось.

Материальное положение и структура затрат

Материальное положение женщин в период самоизоляции не вызывает особого беспокойства. Денег в основном хватало, но трудности с покупкой товаров длительного пользования, дорогостоящих вещей, квартиры испытывали около 60 % респонденток. Женщины отметили, что в период самоизоляции денег стало даже больше за счет экономии на летнем отдыхе, шопинге, транспортных расходах, расходах на одежду. Деньги, при сохранении уровня заработной платы, тратились только на продукты и коммунальные платежи.

После выхода из режима самоизоляции материальное положение у большинства респонденток — 72 % — существенно не изменилось. При этом ситуация выхода из режима ограничений спровоцировала увеличение некоторых трат (рис. 3). Отметим, что явного снижения расходов не отмечено ни по одной категории продуктов и услуг.

Что касается расходов на еду, то после выхода из режима самоизоляции на прежнем уровне они остались у 58 % опрошенных, возросли у 27 %, снизились у 11 %. Можно отметить некоторое снижение затрат на фастфуд и снеки, кондитерские изделия, деликатесы и алкоголь — по 4 %. При этом респондентки стали тратить больше на фрукты и овощи — 11 %, мясо и мясные продукты — 9 %.

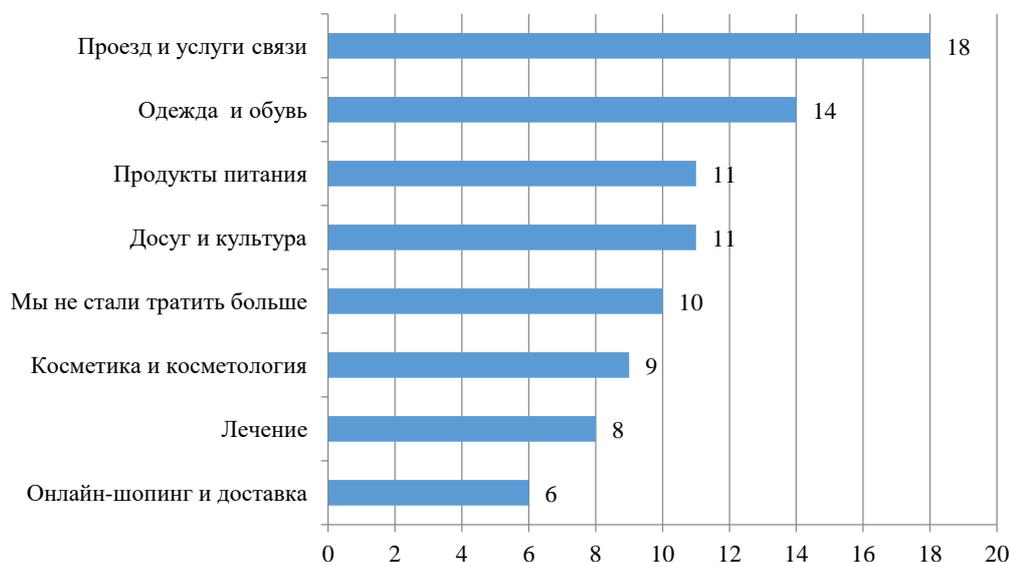


Рис. 3. Динамика материальных затрат респонденток на различные категории продуктов и услуг после выхода из самоизоляции, %

В период ограничений запасы продуктов делали 44 % опрошенных женщин, продолжать эту практику планирует 21 %.

Таким образом, существенного влияния на изменение материального положения опрошенных женщин выход из режима самоизоляции не оказал. Наиболее серьезная перемена — ожидаемый рост затрат на проезд и услуги связи по причине возвращения в офлайн-формат работы.

Здоровый образ жизни и вредные привычки

В условиях режима самоизоляции более 40 % опрошенных женщин (до самоизоляции — 55 %, что существенно отличает показатели этой группы от среднестатистических российских показателей)⁵ продолжили заниматься спортом и вести здоровый образ жизни; после ослабления ограничений количество женщин, соблюдающих нормы здорового образа жизни, возросло незначительно — до 46 %. При этом 18 % респонденток по привычке продолжили заниматься дома, с использованием домашнего спортивного инвентаря и подручных средств, и лишь 28 % — вернулись в спортивные клубы. Были отмечены следующие сложности: многие клубы закрылись в период пандемии и респондентки не нашли для себя подходящего по месторасположению и/или стоимости нового варианта — 6 %; выросли цены на абонементы — 5 %; в клубах

⁵ Российский мониторинг экономического положения и здоровья населения НИУ ВШЭ (RLMS HSE), проводимый Национальным исследовательским университетом «Высшая школа экономики» и ООО «Демоскоп» при участии Центра народонаселения Университета Северной Каролины в Чапел Хилле и Института социологии Федерального научно-исследовательского социологического центра РАН. URL: <http://www.cpc.unc.edu/projects/rlms>; <http://www.hse.ru/rlms> (дата обращения: 19.04.2021).

не соблюдаются в достаточной мере санитарно-гигиенические требования — 5 %. Что касается тех респонденток, которые в клубы не вернулись, но пытаются вести здоровый образ жизни, то они используют для домашних занятий различные онлайн-ресурсы (аудиотренинги, видеотрансляции, мастер-классы), тренируются на свежем воздухе и придерживаются диеты, как и в период самоизоляции.

Напомним, что в период ограничений у респонденток и членов их семей, согласно данным первого этапа нашего исследования [Чилипенко и др., 2020], появились (или более ярко себя проявили) различные вредные привычки. С выходом из самоизоляции лишь 10 % респонденток оставили в прошлом пассивный лежачий образ жизни, 8 % перестали проводить много времени в соцсетях, столько же покончили с систематическим перееданием, по 6 % респонденток прекратили употреблять алкоголь и неумеренно просматривать интернет-контент и телепередачи. По мнению 9 % опрошенных женщин, после избавления от этих вредных привычек ссоры в семье, ранее возникавшие из-за них, стали реже. При этом 14 % респонденток отмечают, что нездоровые практики, приобретенные во время самоизоляции, с выходом из нее никуда не делись, вошли в обычай.

Таким образом, кроме полезной практики самостоятельных занятий спортом дома и на улице, опрошенными были приобретены и сохранены на постоянной основе и некоторые привычки, связанные с нерациональным и нездоровым образом жизни.

Уход за собой и саморазвитие

С целью профилактики заражения COVID-19 на период самоизоляции были закрыты парикмахерские и салоны красоты. В связи с этим отдельные группы респонденток самостоятельно стали делать следующие бьюти-процедуры: маникюр и педикюр — 20 %, эпиляцию — 17 %, окрашивание волос — 12 %. Еще 12 % опрошенных признались, что все перечисленное они и раньше делали сами и с выходом из самоизоляции для них ничего не поменялось. 28 % женщин на время режима ограничений совсем отказались от выполнения каких-либо косметических процедур. С открытием салонов к услугам профессионалов вернулись не все респондентки: количество женщин, самостоятельно делающих маникюр и педикюр, сократилось очень незначительно — до 19 %, а эпиляцию — до 16 %. Возможно, они за это время привыкли ухаживать за собой самостоятельно и после выхода из самоизоляции не спешат тратить деньги на салонный уход. Что же касается парикмахерских услуг, то в салоны вернулись все те респондентки, которые до самоизоляции доверяли свои волосы только профессионалам. Более того, именно туда первым делом и отправились 11 % всех опрошенных женщин. Всего же в салоны красоты вернулись 58 % респонденток, а 21 % стал пользоваться услугами мастеров на дому. При этом женщины отмечают, что некоторые бьюти-процедуры, утратившие свою актуальность во время самоизоляции, не кажутся им теперь такими уж необходимыми (нанесение макияжа, использование парфюма и др.).

Исходя из полученных данных можно сделать не только вывод о том, что женщины несколько расслабились во время самоизоляции и стали меньше следить за собой, но и о том, что ими был сделан существенный позитивный шаг к осознанному потреблению и отказу от излишних бьюти-привычек.

Рассмотрим далее вопросы саморазвития женщин после самоизоляции. С выходом из режима ограничений в тройку лидеров направлений женского саморазвития попал профессиональный рост, потеснив кулинарию на 4-ю позицию; иностранные языки занимают теперь 6-е место, опередив такие направления, как психология и бьюти-сфера. Рукоделие, как ожидалось, с 6-й позиции опустилось на 10-ю, поскольку это хобби требует значительного резерва свободного времени.

Таким образом, после окончания периода самоизоляции респондентки в значительной степени остались верны своим интересам, традиционные женские хобби не потеряли актуальности, но при этом более востребованными стали профессиональные навыки, вытеснив преимущественно «бытовые» и времяемкие занятия.

Отношения с партнером и детьми

Более половины опрошенных женщин — 52 % — отметили, что кардинальных изменений в морально-психологическом климате их семьи после выхода из самоизоляции не произошло, у 14 % респонденток отношения с партнером даже улучшились, но у 11 % — ухудшились. В числе 3 наиболее популярных проблемных зон в отношениях с партнером оказались обнаружившиеся за время вынужденного сосуществования в четырех стенах различия в мировоззрении и уровне интеллекта, обострившиеся по этой причине старые обиды, проблемы в сексуальной сфере. Наряду с этими негативными тенденциями респондентки называют также, напротив, ухудшение морально-психологического климата из-за вынужденной разлуки с партнером, с которым они привыкли постоянно быть вместе за время режима самоизоляции и теперь скучают по нему. Среди позитивных сдвигов во взаимоотношениях было отмечено, что обязанности по дому перераспределились за время самоизоляции более рационально: партнер взял часть их на себя и продолжает исправно выполнять после выхода из нее. Также пары стали лучше понимать друг друга, нашли новые способы проведения совместного досуга и с удовольствием стали проводить время вместе. При этом 5 % опрошенных, напротив, объясняют улучшение во взаимоотношениях с партнером тем, что не надо находиться круглосуточно вместе в четырех стенах и можно наконец отдохнуть друг от друга. Это предположение являлось одной из гипотез исследования, однако данный вариант не вышел в ведущие позиции рейтинга плюсов выхода из самоизоляции. Подытоживая вышеизложенное, хотелось бы отметить, что введение режима ограничений послужило своего рода катализатором в партнерских отношениях внутри российских семей: у кого-то оно высветило проблемные зоны и обострило противоречия, а у кого-то послужило укреплению семейных отношений, улучшению взаимопонимания и формированию у партнеров более справедливого баланса между досугом и обязанностями по дому. Следовательно, сложившаяся ситуация воспринимается респондентками амбивалентно: и как угроза распада отношений, и как их ресурс.

Что же касается отношений с несовершеннолетними детьми, то у большинства респонденток с выходом из самоизоляции кардинальных изменений в этом вопросе не произошло, у 18 % опрошенных отношения с детьми улучшились, ухудшение отмечают только 5 % респонденток. Среди плюсов возвращения детей к очному обучению были отмечены отсутствие необходимости самостоятельно

организовывать досуг детей и контролировать их учебу в онлайн-формате, снижение у ребенка компьютерной зависимости и уменьшение у него общей конфликтности и раздражительности. Среди наиболее часто упоминаемых проблем, обострившихся с выходом ребенка из самоизоляции, вновь сбитый режим сна и бодрствования, рост расходов на питание и проезд, сильное отставание от школьной программы за время самоизоляции и, как следствие, ухудшение успеваемости.

В целом подавляющее большинство респондентов, имеющих детей школьного возраста, — 82 % — выразили искреннюю радость по поводу их возвращения к очному формату обучения, поскольку он дает детям общение и социализацию, более высокое качество образовательных услуг, а сами родители устали лично контролировать процесс обучения.

Отношение к мерам профилактики COVID-19

В отношении мер профилактики COVID-19 большинство респонденток демонстрируют ответственное поведение и дисциплинированность. Масочный режим соблюдали 67 % опрошенных женщин, 28 % следовали ему не всегда, 5 % респонденток маску не носили принципиально. За прошедший год только 8 % опрошенных рискнули отправиться в отпуск за границу, 8 % летали самолетом на отечественные курорты, 10 % отдохнули на российском юге, но добирались туда на собственном автомобиле, что значительно безопаснее с точки зрения возможности заразиться коронавирусом. Подавляющее же большинство респонденток — 71 % — остались без курортного отдыха и довольствовались дачами.

При ответе на вопрос о том, планируют ли они сделать прививку от COVID-19, мнения разделились на 3 почти равные категории. 15 % опрошенных женщин прививку уже сделали, 11 % собираются привиться в ближайшее время, 5 % хотели бы привиться, но есть противопоказания. Еще 34 % согласятся сделать прививку, если будут поставлены в условия невозможности в противном случае работать, ездить за границу и посещать общественные места. 26 % опрошенных женщин не согласны прививаться ни при каких обстоятельствах.

Что же касается протестных акций относительно ограничений, то большинство респонденток их не поддерживают: 43 % выказали полное равнодушие к этому вопросу, 42 % такие акции осуждают, 11 % относятся с пониманием, но сами участвовать в них бы не стали.

Таким образом, в отношении мер профилактики коронавируса респондентки в большинстве своем проявляют сознательность и дисциплинированность, хотя и жалуются на некоторые неудобства.

Оценка текущей ситуации

Третья часть всех опрошенных женщин настроена пессимистично и считает, что остановить распространение коронавируса невозможно — так или иначе, им переболеет большая часть населения, еще 29 % респонденток признают коронавирус реальной угрозой и 27 % считают, что от населения скрывают реальные масштабы эпидемии.

Мнение о мерах, принимаемых Правительством РФ в ситуации пандемии, ухудшилось по сравнению с показателями первого этапа исследования. Если

ранее около 40 % опрошенных женщин находили эти меры вполне адекватными, то теперь только 18 %. Совершенно бессмысленными их считают более половины опрошенных — 51 %.

Большинство респонденток — 75 % — убеждены, что ситуация с коронавирусом сильно подорвала российскую экономику, в то время как 17 % считают, что это будет дополнительным стимулом для экономического развития страны в будущем. Здесь мы можем наблюдать некоторую позитивную тенденцию, так как, согласно прежним показателям, пессимистично настроены были 95 % опрошенных россиянок, а оптимистично — только 14 %.

При этом 58 % опрошенных женщин уверены, что коронавирус мутирует, последуют другие волны пандемии и режим самоизоляции может повториться; 30 % респонденток, хотя и опасаются дальнейшего ухудшения эпидемиологической ситуации в стране, считают, что Правительство на серьезные ограничительные меры уже не пойдет, а 10 % верит, что предпринимаемые профилактические мероприятия и массовое вакцинирование обезопасят население от повторения такой ситуации.

Что же касается общего настроения респонденток, мыслят они достаточно оптимистично: 45 % опрошенных женщин уверены, что все будет хорошо и даже лучше, чем прежде; 19 % надеются вернуться к докоронавирусному образу жизни. 27 % считают, что мир уже не будет прежним, 7 % видят в будущем только негативные тенденции. Если сравнить полученные результаты с данными по первой волне COVID-19, то в части противоположных мнений об исходе ситуации они практически совпадают: тогда на благополучное будущее надеялся 41 % респонденток, а сугубо пессимистичный ответ дали те же 7 %. Такие оценки, видимо, связаны с личностным психотипом опрошенных и с характерным для них восприятием любой жизненной ситуации. Интересно, что осознание того, что послекоронавирусный мир уже не будет прежним, пришло только сейчас: тогда к прежней жизни надеялись вернуться 43 % российских женщин и только 9 % осознавали, что изменения необратимы.

Заключение

Российские женщины, пройдя через самоизоляцию и вернувшись (полностью или частично) в офлайн-формат жизни и работы, прошли все классические стадии стресса: отрицание, гнев, поиск компромисса, отчаяние, принятие [Кюблер-Росс, 2001]. Настоящая сила и способность к преодолению проблем, связанных с пандемией, пришли к женщинам и членам их семей именно на этапе осознания и принятия.

Если рассматривать ситуацию более подробно, то гипотеза о том, что основной проблемой, вызванной выходом из режима самоизоляции, стало нежелание женщин менять ставший привычным несколько расслабленный образ жизни и соответственно нежелание возвращаться к очному формату работы, в целом подтвердилась. За время ограничений женщины научились рационально распределять задачи в течение дня, соблюдая баланс личного и рабочего времени. Они приспособились к такому графику и уже не видят в нем неудобств, а удаленная работа стала для них источником дополнительного времени и новых возможностей.

Процесс восприятия ситуации выхода из самоизоляции снова приводит женщин к последовательному прохождению всех стадий стресса.

Что же касается предположения о том, что плюсами перехода к обычной жизни станет возвращение детей в школы и мужей на работу, то здесь ситуация двоякая. С одной стороны, матери оказались рады передать функцию обучения и обеспечения досуга детей в руки профессионалов, а с другой — недовольны возросшими расходами на питание и перемещение детей вне дома. Также респондентки, наряду с одобрением выхода из ситуации, характеризующейся необходимостью проводить весь день вместе с другими членами семьи, высказывали сожаление о вынужденном долговременном расставании с детьми и супругами, с которыми они привыкли проводить больше времени в период самоизоляции.

Подытоживая вышеизложенное, необходимо отметить, что проявившиеся сложности взаимодействия с изменившейся внешней средой не оказали серьезного негативного воздействия на российских женщин, настроенных достаточно позитивно и готовых к изменениям.

Разумеется, дальнейшая научная рефлексия и новые социальные опросы населения дадут более ясную картину проблем, связанных с периодом самоизоляции, выходом из нее и с адаптацией к новой реальности российских семей.

Список источников

- Власенко А. И.* Психологические изменения состояния личности в депривационных условиях режима самоизоляции // Психолого-педагогические исследования. 2020. Т. 12, № 4. С. 88—103.
- Гимпельсон В. Е., Капелюшников Р. И.* Рынок труда под натиском коронавируса // Центр трудовых исследований ВШЭ. 2020. URL: <https://www.hse.ru/mirror/pubs/share/369698959.pdf> (дата обращения: 19.04.2021).
- Горшков М. К.* Пандемия очищает небосвод: о COVID-19 в контексте социальной диагностики // Литературная газета. 2020. № 17—18. URL: https://lgz.ru/article/_17-18-6735-29-04-2020/pandemiya-ochishchaet-nebosvod/ (дата обращения: 19.04.2021).
- Дробот Е. В.* Мировая экономика в условиях пандемии COVID-19: итоги 2020 года и перспективы восстановления // Экономические отношения. 2020. Т. 10, № 4. С. 937—960.
- Ивченко М. А.* К вопросу о влиянии режима самоизоляции в условиях пандемии на обострение супружеских конфликтов // Теория и практика общественного развития. 2020. № 12. С. 38—41.
- Касьянов В. В., Гафатулина Н. Х., Самыгин С. И.* Особенности и проблемы социального поведения в условиях режима самоизоляции российского населения // Гуманитарий Юга России. 2020. № 2. С. 51—63.
- Кюблер-Росс Э.* О смерти и умирании. М.: София, 2001. 316 с.
- Мельников В. Ю.* Законодательство в период противодействия коронавирусной инфекции // Вестник юридического факультета Южного федерального университета. 2020. № 2. С. 24—35.
- Смирнов С. Н.* Влияние пандемии COVID-19 на потребительский рынок России: статистический анализ // Социальные новации и социальные науки. 2020. № 2. С. 149—159.

- Гаранов А. COVID-19: юридические последствия для сторон договора. 2020. URL: [http://legalinsight.ru/legal-insight- %E2 %84 %96-03-89-2020/](http://legalinsight.ru/legal-insight-%E2%84%96-03-89-2020/) (дата обращения: 19.04.2021).
- Торкановский Е. П. Автаркия 2.0: глобальная экологическая повестка, пандемия COVID-19 и новая нормальность // Экономические отношения. 2020. Т. 10, № 3. С. 663—682.
- Чилипенко Ю. Ю., Гапонова О. С., Гапонова Н. С., Данилова Л. С. Трансформация жизненного уклада российских женщин в условиях самоизоляции, вызванной пандемией COVID-19 // Женщина в российском обществе. 2020. № 4. С. 82—98.
- Dong M., Zheng J. Letter to the editor: headline stress disorder caused by Netnews during the outbreak of COVID-19 // *Health Expect.* 2020. Vol. 2. P. 259—260.
- Duffin E. Impact of the coronavirus pandemic on the global economy — statistics & facts // Statista. 2020. June, 4. URL: <https://www.statista.com/topics/6139/covid-19-impact-on-the-global-economy/> (дата обращения: 19.04.2021).
- Gao J., Zheng P., Jia Y., Chen H., Mao Y., Chen S. et al. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak // *PLoS ONE*. 2020. № 4.
- Miranda V. Cooking and caring, building and repairing: unpaid work around the world // *Society at a Glance 2011: OECD Social Indicators*. OECD Publishing, 2011. P. 9—28.
- Nicola M. et al. The socio-economic implications of the coronavirus and COVID-19 pandemic: a review // *International Journal of Surgery*. 2020. № 78. P. 185—193.
- Stiglitz J. E. We need a better balance between globalization and self-reliance: how the economy will look after the coronavirus pandemic // *Foreign Policy*. 2020. 15 April. URL: <https://foreignpolicy.com/2020/04/15/how-the-economy-will-look-after-the-coronavirus-pandemic/> (дата обращения: 19.04.2021).

References

- Chilipenok, Iu. Iu., Gaponova, O. S., Gaponova, N. S., Danilova, L. S. (2020) Transformatsiia zhiznennogo ukhoda rossiiskikh zhenshchin v usloviiakh samoizoliatsii, vyzvannoї pandemii COVID-19 [Transformation of Russian women lifestyle in the context of self-isolation caused by the COVID-19 pandemic], *Zhenshchina v rossiiskom obshchestve*, no. 4, pp. 82—98.
- Dong, M., Zheng, J. (2020) Letter to the editor: Headline stress disorder caused by Netnews during the outbreak of COVID-19, *Health Expect*, vol. 2, pp. 259—260.
- Drobot, E. V. (2020) Mirovaia ekonomika v usloviiakh pandemii COVID-19: itogi 2020 goda i perspektivy vosstanovleniia [The global economy in the context of the COVID-19 pandemic: the results of 2020 and the prospects for recovery], *Ekonomicheskie otnosheniia*, vol. 10, no. 4, pp. 937—960.
- Duffin, E. (2020) Impact of the coronavirus pandemic on the global economy — statistics & facts, *Statista*, June, 4, available from <https://www.statista.com/topics/6139/covid-19-impact-on-the-global-economy/> (accessed 19.04.2021).
- Gao, J., Zheng, P., Jia, Y., Chen, H., Mao, Y., Chen, S. et al. (2020) Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak, *PLoS ONE*, no. 4.
- Gimpel'son, V. E., Kapeliushnikov, R. I. (2020) Rynok truda pod natiskom koronavirusa [The labor market under the onslaught of the coronavirus], *Tsentr trudovykh issledovaniї VShE*, available from <https://www.hse.ru/mirror/pubs/share/369698959.pdf> (accessed 19.04.2021).
- Gorshkov, M. K. (2020) Pandemiia ochishchaet nebosvod: O COVID-19 v kontekste sotsial'noї diagnostiki [The pandemic is clearing the firmament: About COVID-19 in the context of social diagnostics], *Literaturnaia gazeta*, no. 17—18, available

- from https://lgz.ru/article/_17-18-6735-29-04-2020/pandemiya-ochishchaet-nebosvod/ (accessed 19.04.2021).
- Ivchenkova, M. A. (2020) K voprosu o vliianii rezhima samoizoliatsii v usloviakh pandemii na obostrenie supruzheskikh konfliktov [On the question of the influence of the self-isolation regime in a pandemic on the exacerbation of marital conflicts], *Teoriia i praktika obshchestvennogo razvitiia*, no. 12, pp. 38—41.
- Kas'ianov, V. V., Gafiatulina, N. Kh., Samygin, S. I. (2020) Osobennosti i problemy sotsial'nogo povedeniia v usloviakh rezhima samoizoliatsii rossiiskogo naseleniia [Features and problems of social behavior in the conditions of the regime of self-isolation of the Russian population], *Gumanitarii Iuga Rossii*, no. 2, pp. 51—63.
- Kiubler-Ross, E. (2001) *O smerti i umiranii* [About death and dying], Moscow: Sofiia.
- Mel'nikov, V. Iu. (2020) Zakonodatel'stvo v period protivodeistviia koronavirusnoi infektsii [Legislation in the period of countering of coronavirus infection], *Vestnik iuridicheskogo fakul'teta Iuzhnogo federal'nogo universiteta*, no. 2, pp. 24—35.
- Miranda, V. (2011) Cooking and caring, building and repairing: unpaid work around the world, in: *Society at a Glance 2011: OECD Social Indicators*, OECD Publishing, pp. 9—28.
- Nicola, M. et al. (2020) The socio-economic implications of the coronavirus and COVID-19 pandemic: A review, *International Journal of Surgery*, no. 78, pp. 185—193.
- Smirnov, S. N. (2020) Vliianie pandemii COVID-19 na potrebitel'skii rynek Rossii: statisticheskiĭ analiz [Impact of the COVID-19 pandemic on the Russian consumer market: statistical analysis], *Sotsial'nye novatsii i sotsial'nye nauki*, no. 2, pp. 149—159.
- Stiglitz, J. E. (2020) We need a better balance between globalization and self-reliance: how the economy will look after the coronavirus pandemic, *Foreign Policy*, 15 April, available from <https://foreignpolicy.com/2020/04/15/how-the-economy-will-look-after-the-coronavirus-pandemic/> (accessed 19.04.2021).
- Tarapov, A. (2020) *COVID-19: iuridicheskie posledstviia dlia storon dogovora* [COVID-19: legal implications for the parties to the contract], available from <http://legalinsight.ru/legal-insight-%E2%84%96-03-89-2020/> (accessed 19.04.2021).
- Torkanovskii, E. P. (2020) Avtarkii 2.0: global'naia ėkologicheskaiia povestka, pandemiia COVID-19 i novaia normal'nost' [Autarky 2.0: the global environmental agenda, the COVID-19 pandemic and the new normality], *Ėkonomicheskie otnosheniia*, vol. 10, no. 3, pp. 663—682.
- Vlasenko, A. I. (2020) Psikhologicheskie izmeneniia sostoianiia lichnosti v deprivatsionnykh usloviakh rezhima samoizoliatsii [Psychological changes in the state of personality in the deprivation conditions of the regime of self-isolation], *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniia*, vol. 12, no. 4, pp. 88—103.

Статья поступила в редакцию 11.12.2021; одобрена после рецензирования 21.01.2022; принята к публикации 13.02.2022.

The article was submitted 11.12.2021; approved after reviewing 21.01.2022; accepted for publication 13.02.2022.

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).

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).

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).