

**Е. В. Мартынова,**

*канд. соц. наук,*

*доцент кафедры социальной работы и педагогического образования,*

*филиал Южного Федерального университета,*

*Новошахтинск,*

*e-mail: evmartynova@sfnedu.ru*

## **ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО САМОЧУВСТВИЯ СЕМЕЙ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19**

**Аннотация.** Статья посвящена проблемам семей в условиях самоизоляции, вызванными пандемией COVID-19. В основу работы положено социологическое исследование, проведенное в 2020 году в г. Новошахтинске Ростовской области. Выборка составила 200 человек, респондентами стали лица, имеющие, по их определению, семью. Также в работе поднимается вопрос о необходимости изменений в структуре социальных услуг разным категориям семей.

**Ключевые слова:** семья, самоизоляция, пандемия, социальные проблемы семей.

**E. V. Martynova,**

*Candidate of Social Sciences, Associate*

*Professor of the Department of Social Work and Teacher Education,*

*branch of the Southern Federal University,*

*Novoshakhtinsk*

*e-mail: evmartynova@sfnedu.ru*

## **FEATURES OF THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF FAMILIES IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC**

**Abstract.** The article is devoted to the problems of families in self-isolation caused by the COVID-19 pandemic. The work is based on a sociological study conducted in 2020 in Novoshakhtinsk, Rostov region. The sample consisted of 200 people, the respondents were people who, by their definition, have a family.

The work also raises the question of the need for changes in the structure of social services for different categories of families.

**Keywords:** family, self-isolation, pandemic, social problems of families.

Кризис, вызванный вспышкой COVID-19, затронул практически все сферы жизни общества и все слои населения: обостряются проблемы насилия в семьях, в первую очередь затрагивающие женщин и детей; увеличивается число безработных, которые также могут потерять свое жилье из-за невыплаты кредита; малоимущие люди несут несоразмерную нагрузку от воздействия кризиса на здоровье и финансовое положение; растет число лиц, склонных к девиантному поведению и т. п.

Коронавирус, помимо опасности для жизни и здоровья, поставил всех в довольно сложные психологические условия. Уже сейчас мы можем сказать, что режим самоизоляции серьезно повлиял на нашу привычную жизнь, а также выявил социально-психологическую неустойчивость, но массовые последствия психического характера ученым только предстоит проанализировать.

Современная пандемия COVID-19 развилась в относительно благополучном материальном мире, тем не менее мы оказались не готовы к вызовам «цифрового» сообщества, которые требуют рациональных объяснений происходящего. Одним из важных критериев оценки социального благополучия и безопасности становится социально-психологическое здоровье, которое, безусловно, влияет на формирование социально-психологического портрета современного человека, его мотивации пребывания в этом мире, самооценки и поиска смысла жизни.

На данный момент обращения и запросы на социально-психологическую помощь граждан можно их разделить на три категории:

- а) соматические проявления «болезни»;
- б) нахождение у себя «симптомов» болезни;
- в) желание осмыслить свою жизнь, переоценка ценностей.

Все три категории являются системными, т. е. продиктованы тем алгоритмом бытия, который продиктован внутренними установками субъекта, направленными на собственную индивидуализацию. Первые две категории запросов, как правило, ведут к дезинтеграции,

еще большей изоляции, если своевременно не будут предоставлены социально-психологические услуги.

Отдельно следует обратить внимание на соблюдение психогигиены. СМИ подогревают высокую степень тревоги в обществе, манипулируя массовым сознанием. От состояния психоэмоциональной сферы зависит иммунитет, от тревожности он понижается, как следствие, человек становится более уязвим к заражению.

В. Франкл назвал три пути, благодаря которым человек может сделать свою жизнь более осмысленной: созидание, получение нового опыта и, собственно, нахождение смысла в самой жизни, в том числе и в страданиях [1]. Проявляя заботу о других людях, мы привносим в нашу жизнь определенный смысл, но это совсем необязательно делает нас счастливыми, это просто дает возможность обрести ощущение нужности, осмысленности существования. В то же время именно в обретении такого смысла психологи видят путь к исцелению от соматических проявлений. Именно близкие люди в первую очередь дают нам возможность обрести этот смысл, заботясь о них.

Режим самоизоляции вынудил большинство людей проводить много времени в окружении домочадцев. В публичном поле ведутся дискуссии о том, как это сказалось на семейных отношениях. Одни делают акцент на всплеске рождаемости, другие считают, что сосуществование в замкнутом пространстве привело к резкому росту домашнего насилия.

Опрос, проведенный в 2020 году в г. Новошахтинске Ростовской области, демонстрирует преобладание пессимистичных настроений в этом вопросе: 42 % граждан г. Новошахтинска уверены, что режим самоизоляции привел к ухудшению отношений в российских семьях, об обратном говорят заметно меньше людей — 28 %. Мужчины более скептически по сравнению с женщинами. А меньше всего верит в позитивное влияние самоизоляции на молодые семьи города: среди людей моложе 30 лет соответствующее распределение 54 к 29 %.

Поясняя свою позицию в ответах на открытый вопрос, часть респондентов рассуждают так: больше совместного времяпрепровождения — больше общения — лучше отношения (15 %). Это иллюстрируют следующие ответы: «больше времени друг с другом

проводишь, больше общаешься», «больше времени поговорить, обсуждать», «больше времени провожу с семьей, это приятно», «друг друга видят больше», «люди хотя бы поговорят, а не эсэмэски писать будут с работы», «народ куда-то спешит, некогда общаться», «потому что вся жизнь на бегу, а это время пообщаться получше». У семьи появляется больше совместных дел и интересов (3 %), люди лучше узнают друг друга: «больше возможности узнать друг друга», «хоть знакомятся, а то живут так постоянно на работе» (2 %).

Некоторые респонденты считают, что семьи сплотились в период самоизоляции «как всякая опасность, спланивает», «люди становятся ближе друг к другу», «мне кажется, как-то ближе люди станут, сплоченнее», «начнут ладить друг с другом», «семья должна сплотиться» (6 %). А кто-то полагает, что люди в семьях станут заботливее по отношению друг к другу: «бережнее будут друг к другу относиться», «больше заботятся друг о друге», «больше заботы от детей», «потому что дети — они больше жалеют стариков, больше внимания уделяют», «больше заботы» (3 %).

Но среди респондентов есть и те, которые считают, что в самоизоляции члены семьи проводят слишком много времени вместе и успевают надоесть друг другу: «24 часа в сутки тяжело дома вместе», «усталость, много этих отношений», «все друг другу надоедает и будут ссориться чаще», «долго находятся вместе на одной территории», «должны отдыхать друг от друга, когда целый день смотрят друг на друга, уже тошно», «потому что больше времени смотришь в глаза друг другу» (18 %).

На людей может давить замкнутое пространство: «пребывание в четырех стенах может любого человека свести с ума», «люди искусственно лишены свободы», «потому что люди устали сидеть дома», «потому что люди заперты в ограниченном пространстве», «люди не выходят гулять, надоедает сидеть на одном месте, людей начинает это бесить, и они срываются на своих близких» (7 %).

Проблемы в семейных отношениях могут вызвать отсутствие личного пространства из-за маленькой площади жилья: «большинство российских семей живут в отвратительных условиях, на маленькой жилплощади», «в основном из-за тесных условий проживания», «все толкуются в тесноте, на одном месте», «маленькая

жилплощадь, все публично, невозможно изолироваться», «многие семьи живут в маленьких квартирах, нет возможности уединиться», «должно быть личное пространство между людьми», «психологически необходимо быть одному» (4 %) и стресс от самоизоляции: «накапливается напряжение», «люди становятся нервные, напряжены», «одни стрессовые ситуации», «самоизоляция сказывается отрицательно на психике», «депрессия может возникнуть» (4 %). К тому же сказываются экономические последствия пандемии и карантина, в частности социально-экономические проблемы (9 %) и потеря работы (4 %).

Несмотря на преобладание негативных прогнозов, новошахтинцы в своих отношениях с родными и близкими, как правило, никаких изменений не замечают. Необходимо отметить, что тема семейных отношений, особенно в условиях самоизоляции, когда очень велик шанс, что человек отвечает на вопросы в присутствии других членов семьи, чрезвычайно сензитивна, а потому, скорее всего, опросы несколько «лакируют» влияние самоизоляции на семейные отношения, однако помогают обнаружить некоторые корреляции и взаимосвязи.

С мужем или женой живут половина граждан г. Новошахтинска, при этом только вдвоем лишь 38 % супружеских пар. В остальных семьях есть проживающие вместе с родителями дети. Как мы уже отметили, большинство респондентов не замечают никаких изменений в своих отношениях с мужем или женой. Среди данной категории респондентов 18 % заметили улучшение в отношениях с супругом, а 15 % отметили ухудшение внутрисемейной ситуации.

Семейные пары, которые проживают с родителями (своими или супруга), также оказываются в зоне риска: среди них супружеские отношения ухудшились у 21 % (улучшились у 17 %, не изменились у 60 %). В целом с родителями проживают 15 % горожан (в выборке — 200 человек). В 35 % случаев это люди в возрасте от 18 до 30 лет. И, судя по данным опроса, именно молодежь, живущая с родителями, пострадала от режима самоизоляции сильнее всего. Лишь 14 % молодых людей сказали, что их отношения с родителями в режиме самоизоляции улучшились, тогда как у 22 % они ухудшились (64 % сообщили, что отношения не изменились).

При коронавирусной инфекции появилось много факторов для формирования расстройств адаптации у совершенно здоровых, не инфицированных людей, которым было предписано жить в режиме самоизоляции, находиться в своей квартире с семьей неопределенное по длительности время. В первые дни это нравилось. Плюсы есть — объем нагрузок уменьшился, не надо тратить силы, время и деньги на проезд; вся семья дома, легче организовать питание и отдых и т. д. Но определились и «минусы». Стиль поведения дома проще. Он более интимный, мягкий, комфортный. Дома требования к одежде, внешнему виду, к речи — подбору тем для разговоров, слов, интонаций, громкости и др. — традиционно отличаются. Эти психологические атрибуты дома в режиме самоизоляции никто не отменял [2]. Вся семья дома бывает только в выходные дни, в праздники, во время отпуска. Этот нормальный стереотип самочувствия и поведения дома всегда был противоположностью стереотипа самопредъявления и поведения на работе и на учебе.

Перевод большинства работающих и учащихся на выполнение производственных и учебных обязанностей в условиях дома, при наличии в нем семьи, создал конфликт интересов и потребностей. Стереотипы домашнего и производственного поведения столкнулись, деформировались, частично разрушились и переформатировались. Работать и учиться дистанционно, многим оказалось намного сложнее, потребовалось дольше сидеть за компьютером, больше разговаривать по телефону, чаще звонить и отвечать на звонки. У большинства семей дома один компьютер, который стал нужен одновременно всем членам семьи. Между детьми и родителями возникла борьба за «рабочее» место и время с соответствующими высказываниями, эмоциями, упреками, претензиями, воспитательными и «организационными» мерами.

Резкое ограничение свободы передвижения до ближайшего магазина, аптеки, закрытие фитнес-центров, бассейнов, бань, парков, рынков, через несколько дней стали ощущаться как социальная и двигательная депривация, принудительное нарушение привычных стереотипов бытового и трудового поведения, психического и физического самочувствия. Уменьшение количества впечатлений, физической активности, мышечных нагрузок стали ощущаться как

физическая слабость, детренированность, усталость. Необходимость длительного пребывания в стенах квартиры всех членов семьи с ограничениями личного пространства, стали вызывать утомление и раздражение, возникновение конфликтов и ссор [3].

Лучше всего режим самоизоляции повлиял на отношения респондентов с детьми (прежде всего с несовершеннолетними). Объяснение здесь довольно тривиальное: у родителей появилось на них больше времени. При этом отцы чаще матерей отмечают положительные перемены (51 против 37 %). В большинстве новосахтинских семей именно на матерей ложится основная нагрузка по воспитанию, а потому самоизоляция в меньшей степени повлияла на режим их общения с детьми, тогда как у отцов, особенно у тех, кто перешел на удаленный режим работы или ушел в вынужденный отпуск, высвободилось время на детей.

Меньше всего режим самоизоляции повлиял на отношения тех, кто живет без детей, сильнее всего и наиболее неоднозначно — на семьи с одним ребенком; на семьи с двумя детьми — уже в меньшей степени. Возможно, в случае с однодетными семьями влияют два фактора одновременно: «молодость» семьи (чем меньше детей, тем, как правило, моложе родители) и наличие ребенка. Иными словами, самоизоляция могла обострить проблему недостатка опыта совместного проживания и воспитания детей.

Невозможно не согласиться с тем, что жизнь в режиме самоизоляции накладывает определенные ограничения и диктует свои правила. С одной стороны, действительно дает возможность наладить отношения и провести время вместе, с другой — этого времени может быть слишком много, а учитывая, что это не личный выбор, а вынужденная мера, которая сопровождается экономическими рисками, существующие в семьях проблемы могут обостряться [4].

В области социальных услуг семье благодаря пандемии обнажилась необходимость структурных изменений. Для многих учреждений социального обслуживания в период до режима самоизоляции приоритет отдавался развитию социально-бытовых услуг, сейчас специалисты центров помощи семье и детям отмечают нарастающую потребность в социально-психологических услугах, в том числе осуществляемых на дому. Назрела также необходимость пересмо-

треть нормативы времени, которые отводятся на психологическую поддержку при обслуживании на дому [5]. В условиях, когда получатели социальных услуг ограничены в социальных контактах, социально-психологической помощи необходимо уделить более пристальное внимание. В данном контексте встает также вопрос о квалификации социальных работников, осуществляющих данную помощь, — наряду с обязательной подготовкой по оказанию первой помощи они должны пройти повышение квалификации и в области кризисной социально-психологической помощи.

### Литература

1. Франкл В. Воля к смыслу. URL: <https://www.hse.ru/data/2015/06/11/1083312702/Volya%20k%20smislu.pdf> (дата обращения: 03.03.2021).
2. Социальная поддержка во время пандемии: гражданам не хватает защиты. URL: <https://www.hse.ru/news/expertise/426735668.html> (дата обращения: 03.03.2021).
3. Шурыгина Д. Д., Чечерина О. Б. Социальная работа в условиях пандемии COVID-19 // Электронный журнал «Практика социальной работы. Открытый методический ресурс»: сетевое издание. 2020. № 3. URL: [http://центрсемя.рф/system/files/tmp/Шурыгина\\_Чечерина\\_Социальная\\_работа\\_в\\_условиях\\_пандемии\\_COVID-19.pdf](http://центрсемя.рф/system/files/tmp/Шурыгина_Чечерина_Социальная_работа_в_условиях_пандемии_COVID-19.pdf) (дата обращения: 03.03.2021).
4. Меры реагирования социальной защиты ЮНИСЕФ на COVID-19. URL: <https://www.unicef.org/media/88711/file/RUSSIAN-UNICEF's-social-protection-response-to-COVID-19-2020.pdf> (дата обращения: 03.03.2021).
5. Как изменилась работа с детьми и подростками в семейном центре «Семья» в период пандемии. URL: <https://dszn.ru/press-center/news/5330> (дата обращения: 03.03.2021).

### References

1. Frankl V. Volya k smyslu. URL: <https://www.hse.ru/data/2015/06/11/1083312702/Volya%20k%20smislu.pdf> (date of access: 03.03.2021).
2. Social support during the pandemic: citizens lack protection. URL: <https://www.hse.ru/news/expertise/426735668.html> (date of access: 03.03.2021).
3. Shurygina D. D., Checherina O. B. Social work in the context of the COVID-19 pandemic // Electronic journal “Practice of social work. Open methodological resource” : online publication. 2020. № 3. URL: <http://>

центрсемя.рф/system/files/tmp/Шурьгига\_Чечерина\_Социальная работа в условиях пандемии COVID-19.pdf (date of access: 03.03.2021).

4. UNICEF Social Protection response to COVID-19. URL: <https://www.unicef.org/media/88711/file/RUSSIAN-UNICEF's-social-protection-response-to-COVID-19-2020.pdf> (date of access: 03.03.2021).

5. How the work with children and adolescents in the family center “Family” has changed during the pandemic. URL: <https://dszn.ru/press-center/news/5330> Литература (date of access: 03.03.2021).

**М. В. Миронова,**

*доцент кафедры социальной работы*

*кандидат социологических наук*

*e-mail: 279113@e1.ru*

**А. Е. Кириллова,**

*магистр 2-го курса обучения*

*e-mail: n-87@yandex.ru*

*Уральский гуманитарный институт,*

*Уральский федеральный университет имени первого Президента*

*России Б. Н. Ельцина, Екатеринбург*

## **ТРАНСФОРМАЦИЯ КОММУНИКАЦИИ НЕКОММЕРЧЕСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ**

**Аннотация.** В статье представлены результаты социологического исследования в форме полуструктурированного интервью, проведенного со специалистами некоммерческих организаций крупных городов РФ. Анализируется развитие коммуникаций некоммерческих организаций в интернет-пространстве: от сайтов организаций до аккаунтов в социальных сетях. Делаются выводы о необходимости освоения некоммерческими организациями новых форм коммуникации в социальных сетях.

**Ключевые слова:** социальные сети, НКО, коммуникация, коммуникация некоммерческих организаций, цифровое общество.