

СОЦИ ДИГГЕР

18+

ВЦИОМ

ЭКСПЕРТЫ:

доктор психологических наук,
заведующий Международной
лабораторией позитивной
психологии личности
и мотивации НИУ ВШЭ

Дмитрий Леонтьев

к. соц. н., директор
по стратегическому развитию ВЦИОМ

Степан Львов

к. соц. н., заместитель заведующего
ЛССИ НИУ ВШЭ

Анна Алмакаева

младший научный сотрудник
Лаборатории сравнительных
социальных исследований НИУ ВШЭ

Екатерина Настина

к. филос. н., младший научный сотрудник
Лаборатории сравнительных социальных
исследований НИУ ВШЭ

Эмиль Камалов

1989

2021









ТЕМА ВЫПУСКА

СЧАСТЬЕ VS БЛАГОПОЛУЧИЕ


ВЦИОМ
• Основан в 1987 году •

ОГЛАВЛЕНИЕ

 Обращение к читателям	3
Коротко о теории вопроса:	
 Львов С. В. Счастье — понятие философское, но оттого не становящееся эфемерным.....	5
 Леонтьев Д. А. О счастье за рамками благополучия	9
Счастье как мера всего	
 Алмакаева А. М. Субъективное благополучие и субъективно воспринимаемое качество жизни как показатели территориального развития	12
 Настина Е. А. Ресурс влияния на ситуацию в обществе как фактор счастья.....	21
 Камалов Э. А. Счастье во время кризиса: как россияне переживают пандемию COVID-19	27
Расширенный комментарий:	
Галицкий Е. Б., Гашенина Н. В., Преснякова Л. А., Пушкина Е. Д. В деньгах счастье?	34
Жегусов Ю. Н. Трезвость — мера счастья?.....	44
Коваль А. Р., Фролова Е. И. Счастье — в труде!.....	56
Вебер А. А. Как попасть в топ-10 по счастью.....	62

РАСШИРЕННАЯ ПОДБОРКА ДАННЫХ «Счастье vs благополучие»



**САЙТ СОЦИОДИГГЕРА.
ВСЕ ВЫПУСКИ**

SOCIODIGGER.RU

ОБРАЩЕНИЕ К ЧИТАТЕЛЯМ

Тренд последнего времени: люди не столько хотят стать богаче или успешнее, сколько — счастливее. Тренеры, коучи и эксперты, помогающие достичь желаемого состояния, успешно продают счастье как товар, обещая простую дорогу к нему, не требующую ни карьерных, ни образовательных усилий, ни стойкости или смелости, предлагая путь наименьшего сопротивления, например, через правильное построение личностных границ с окружающими, саморазвитие и принятие себя таким, какой есть. Их стараниями вокруг должно было бы стать больше счастливых людей, но кажется, стало больше одиноких.

Приведу отрывок из «Ретротопии», последней книги Зигмунта Баумана: «...Большое внимание общественности (особенно в Швеции, но и далеко за ее пределами) сегодня привлекает недавний документальный фильм Эрика Гандини „[Шведская теория любви](#)“. Автор подчеркивает, что шведское общество „богато, и благодаря этому богатству у нас появилось свободное время. Мы можем посвятить его саморазвитию и рефлексии“. Но тут же добавляет, что если присмотреться внимательней, то можно увидеть, что в этом спектакле о счастье и благополучии на первый план выступает одиночество. В Стокгольме 58 % домохозяйств состоят из одного человека, каждый четвертый житель города умирает в одиночестве, а потребление антидепрессантов за последние 20 лет возросло на четверть...

Как ни парадоксально, „любовь до гроба все еще остается мечтой и пожилых, и молодежи. Невозможность достичь ее в реальности делает ее еще более вожденной“. Решающий шаг к разгадке этого парадокса — в осознании того, что „если главным [в длительных любовных отношениях — З. Бауман] раньше был секс, то теперь акцент делается на безопасности. *Любовь — лекарство от одиночества*“ (курсив — З. Бауман). Я бы сказал, что любовь стала одной из пешек в бесконечной игре „безопасность vs. свобода“, разыгрываемой человеческой природой со всеми нами, активными и целеустремленными, иногда вдохновленными, иногда обиженными, живущими свою жизнь людьми — ее основными и побочными продуктами, ее строителями, авторами и актерами».

В какой-то момент погоня за счастьем стала сродни религиозной одержимости: люди верят, что оно существует, что к нему важно стремиться, у некото-

рых даже случаются озарения по поводу того, как его достичь. Но человек упрямо оказывается не так счастлив, как ему хочется, и с изрядной регулярностью бывает не столь несчастлив, как ему кажется. Еще сложнее ситуация, если речь идет не об индивиде, а об обществе. Поэтому от обывателей в гонке за благополучием не отстают современные институты, в ряде стран даже полицейским теперь вменено замерять уровень счастья на вверенных им участках (и нет, они не бьют дубинкой по голове за отсутствие улыбки, чтобы этот KPI выполнить). А уж любой приличный работодатель и подавно не видит себя без контроля за уровнем дофамина в организме сотрудников. При этом изучение благополучия населения опросными методами вызывает много критики: похоже, пока людей не заставляли останавливаться и задумываться, насколько у них все хорошо относительно окружающих, самоощущение у них было в разы лучше...

Как жить в обществе, в котором все стремятся быть счастливыми, как измерить счастье и распространить его в масштабах страны — расскажут наши эксперты выпуска, социологи, психологи и практики, так или иначе занимающиеся вопросами благополучивания населения.

Для погружения в тему выпуска можно [послушать песню из мюзикла Todd](#) в исполнении Михаила Горшенева.

Анна Кулешова,
главный редактор СоциоДиггера



P.S. Если вы готовы поделиться своей экспертизой и стать автором СоциоДиггера, присылайте заявку на kuleshova@wciom.com. С нас — данные!



**ЛЬВОВ
СТЕПАН ВАСИЛЬЕВИЧ**

кандидат социологических наук,
директор по стратегическому развитию ВЦИОМ

СЧАСТЬЕ — ПОНЯТИЕ ФИЛОСОФСКОЕ, НО ОТТОГО НЕ СТАНОВЯЩЕЕСЯ ЭФЕМЕРНЫМ

Время споров в профессиональной среде о том, является ли счастье чувством рациональным или иррациональным, нужно ли применять для его измерения объективные или субъективные индикаторы, заканчивается. Исчерпан сам предмет спора: становится очевидным, что смотреть на предмет нужно комплексно, принимая во внимание все более или менее адекватные концепции. Они отлично дополняют друг друга — нужно только приложить определенные усилия к этому.

С одной стороны, вполне технологично (по крайней мере, статистически точно) сводить замеры счастья к измерению заполненности холодильника, количеству квадратных метров жилплощади, состоянию экологии и оценке вероятности реализации жизненных целей... Что же — суперподход: в эпоху больших данных вполне реализуемая и в высокой степени валидная схема. Отсутствует в этой схеме только один важный элемент — сам человек.

Социологические измерения базируются на субъективных оценках — «саморасположении» респондента на задаваемой исследователями системе координат. Каждая из этих систем координат представляет собой либо декомпозированный набор показателей социального благополучия, либо такой же набор оценок качества жизни респондента. И то и другое фиксируется через сбор субъективных оценок традиционными опросными методами. Любая такая (де-)композиция будет иметь и сильные, и слабые стороны. Любая (де-)композиция будет интересна и соответствовать ценностным критериям одной аудитории и противоречить взглядам другой. Полная непротиворечивая формула для измерения счастья невозможна и может служить великолепной иллюстрацией к выводу из теоремы Гёделя о неполноте.

Главная претензия к российскому индексу счастья заключается в излишней редукции и укрупнении предмета исследования и соответствующей формулировке

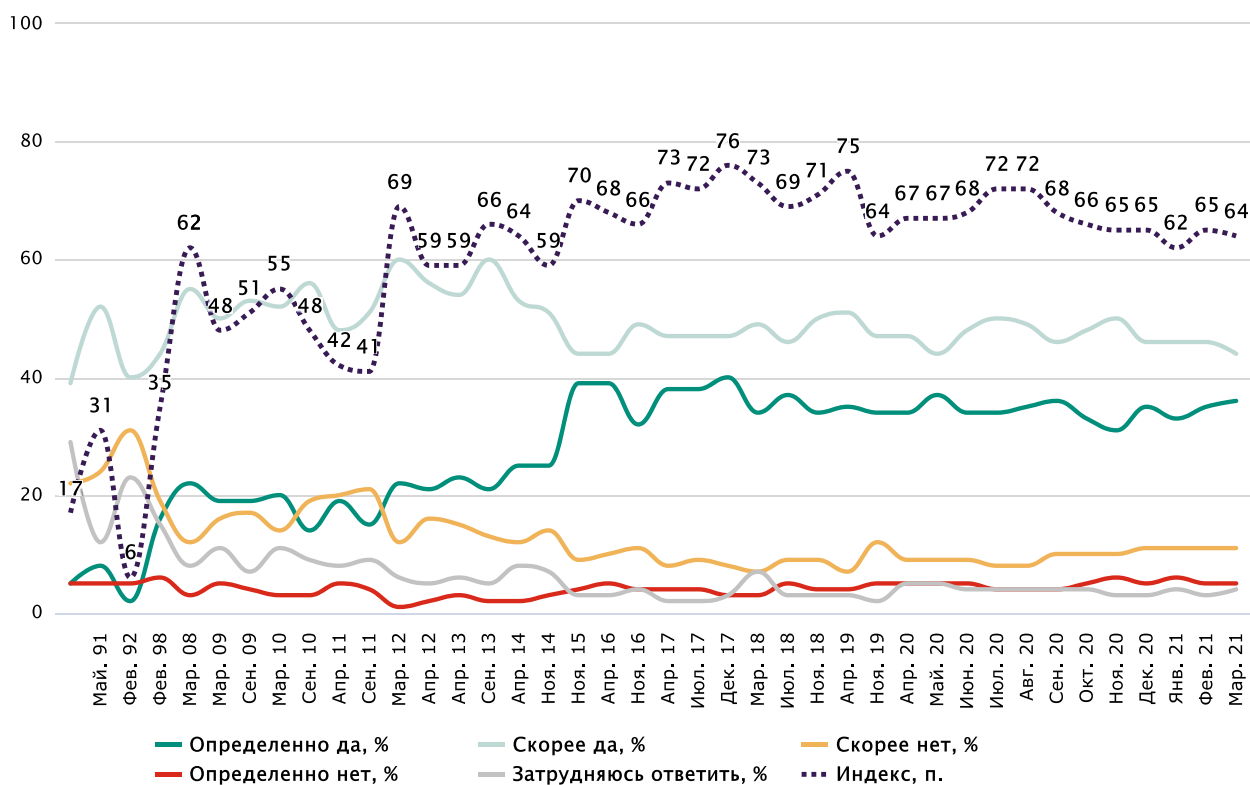
вопроса: «В жизни бывает всякое — и хорошее, и плохое. Но если говорить в целом, Вы счастливы или нет?». Оппоненты задают вопросы:

- ⇒ почему вы не учитываете различные аспекты счастья?
- ⇒ почему доля тех, кто дает положительные ответы на вопросы о социальном самочувствии, невысока, а количество счастливых россиян — стабильно высоко?
- ⇒ как вы объясните, что в стране кризис и пандемия, а счастливых людей меньше не становится? И т. д.

Рисунок 1. Индекс счастья.

Вопрос: «В жизни бывает всякое — и хорошее, и плохое. Но если говорить в целом, Вы счастливы или нет?»

(закрытый вопрос, один ответ, % опрошенных и индекс в пунктах)



Наш индекс — единственный недекомпозированный индекс счастья. Кто-то видит в этом слабость методики, но мы видим в ней сильные стороны и высокий эвристический потенциал.

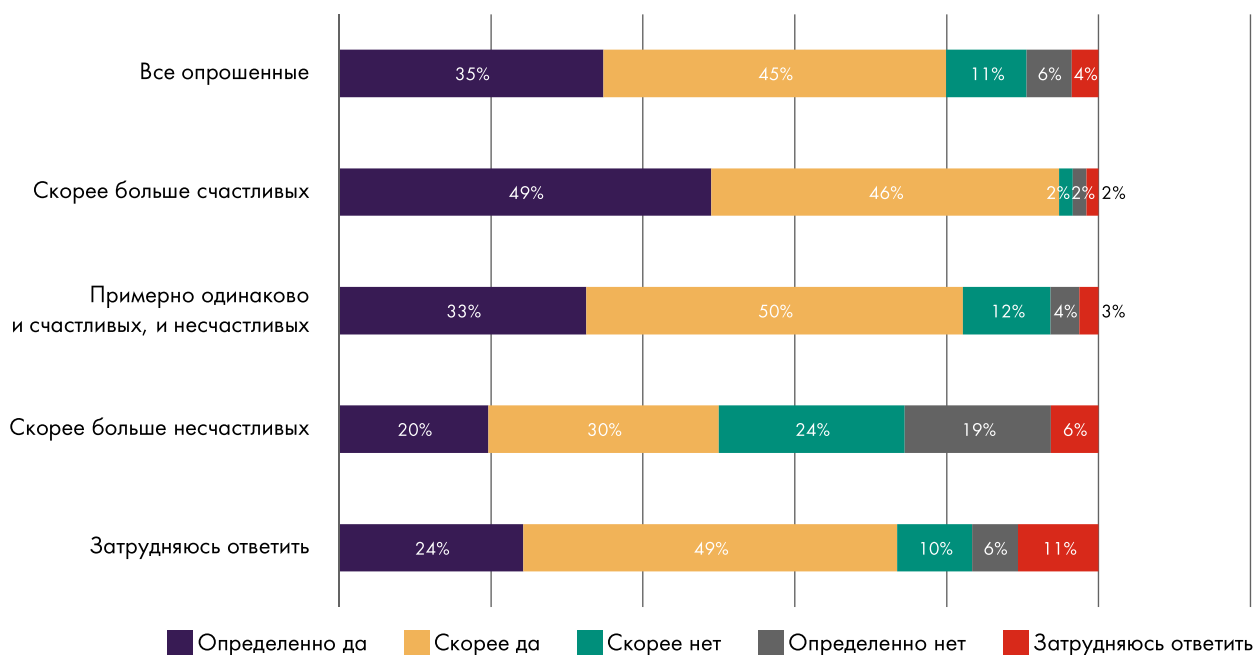
Во-первых, отсутствуют заданные критерии, по которым респонденту нужно оценивать уровень счастья или субъективного благополучия: они формируются в сознании респондента уже во время коммуникации в ходе интервью. У каждого человека эти критерии индивидуальны — ни один исследователь не способен постичь разнообразие и погрузиться в глубину их проявления и создать полноцен-

ную рабочую модель. Каждый респондент формулирует собственные критерии и отвечает на вопрос интервьюера, опираясь только на них.

Во-вторых, критерии счастья динамичны. Динамика зависит как от социальных, так и от индивидуальных факторов. Одна композиция критериев счастья может «сработать» в моменте, но провалиться в следующий раз, так как этот набор теряет к тому времени свою актуальность. Например: в первую волну пандемии оплотом уверенности в будущем (допустим, что это один из возможных факторов счастья) становится ближний круг — семья, родственники, друзья. Но уже во вторую фокус внимания и запросов разворачивается в сторону институтов, и набор критериев, соответственно, скорее всего, поменялся.

В-третьих, отвечая на вопрос о счастье, респонденты соотносят собственные оценки с наблюдениями за окружающими. Как показывает анализ результатов последней мартовской волны исследования, только 4% из числа тех, кто видит, что большинство людей вокруг счастливы, причисляют себя к числу несчастливых. При этом 44% тех, кто считает, что большинство вокруг — «несчастливцы», причисляют себя к их числу. С одной стороны, налицо эффект присоединения к окружению, с другой — мы видим и наличие значительной группы тех, кто стремится преодолеть влияние среды: половина живущих среди несчастливых вопреки своему окружению считают себя счастливыми.

Рисунок 2. Как Вам кажется, среди Ваших знакомых и близких больше счастливых людей или несчастливых?/В жизни бывает всякое — и хорошее, и плохое. Но если говорить в целом, Вы счастливы или нет?



В-четвертых, в основе концепции нашего индекса счастья лежит более органичная для обыденного сознания и мышления индуктивная цепочка рассуждений. Если есть хотя бы минимальный набор оснований считать себя счастливым, то респондент относит себя к этой группе. Но это не означает, что включение дедуктивной цепочки нами отвергается. Напротив, индексы субъективного благополучия и оценки качества жизни — когда респондент соотносит свою ситуацию с общими стандартами социальной жизни, дают дополнительные ракурсы для изучения счастья как комплексного феномена.

К открытым вопросам, обращенным к респондентам с целью выявить причины, по которым они причисляют себя к группе счастливых или несчастливых, я бы призвал относиться как к иллюстративным. В существующем виде они не могут выступать в качестве свидетельств тех самых «динамических факторов», о которых шла речь выше. Причины здесь очевидны: затруднения с вербализацией эмоций, парадность ответов во многих случаях, неискренность...

И отсюда вызов и возможность для нашего сообщества — создать инструмент для фиксации «плавающих» критериев. В целом это относится ко всему классу явлений, которые принято называть «философскими вопросами», включая и ценности. Важность их изучения неоспорима, в том числе и для эмпирической социологии.



**ЛЕОНТЬЕВ
ДМИТРИЙ АЛЕКСЕЕВИЧ**

доктор психологических наук,
заведующий Международной лабораторией позитивной
психологии личности и мотивации НИУ ВШЭ, Москва

О СЧАСТЬЕ ЗА РАМКАМИ БЛАГОПОЛУЧИЯ¹

Сама проблема качества жизни определяется через сопоставление с ее количественной мерой, что первым сформулировал древнеримский философ Луций Анней Сенека: мера жизни не в ее длительности, а в том, как вы ее использовали.

Междисциплинарная по своей изначальной природе проблема качества жизни находится на пересечении психологии, социологии, отчасти экономики, медицины, политологии и теории культуры. С одной стороны, она касается обобщенной оценки того, насколько хорошо живется на данной территории в данное время населению в целом или какой-то группе людей (возрастной, социальной или клинической). С другой стороны — это проблема индивидуальной психологии, касающаяся того, как человек ощущает собственную жизнь. Двойственность предмета исследований качества жизни отражается в двойственности методологических подходов к его изучению: часто выводы о качестве жизни тех или иных целевых групп делаются на основании объективных условий жизни, без обращения к оцениванию этих условий самими людьми; однако в последние два десятилетия в исследованиях качества жизни все более заметное место занимает анализ и учет того, как эти объективные условия преломляются в субъективном восприятии и оценках людей, о которых идет речь.

Экономисты постепенно отходят от идеи, что человеческое экономическое поведение рационально и может быть точно предсказано, исходя из рациональных критериев. В последнее время активизируются попытки использовать ряд других макросоциальных индикаторов, частично основанных на массовых опросах, в том числе показатели личной безопасности, главенства закона, свободы вы-

¹ Фрагменты статьи Д. А. Леонтьева «Качество жизни и благополучие: объективные, субъективные и субъектные аспекты», выполненной при поддержке Российского научного фонда, проект 18-18-00480 «Субъективные индикаторы и психологические предикторы качества жизни», и опубликованной в «Психологическом журнале» (2020. Том 41. № 6. С. 86—95).

ражения, политического участия, равенства возможностей, политической и экономической свободы и т. п. Таким образом, к традиционным характеристикам экономического благосостояния, здравоохранения и образования необходимо добавить не менее значимую группу факторов, отражающих качество общественной жизни.

Мы пытаемся рассмотреть различные группы факторов как структурные компоненты, опосредующие (модерирующие) влияние друг друга. В отличие от счастья и благополучия, в центре проблемы качества жизни оказывается сама жизнь, объективную основу которой может оценить внешний наблюдатель или эксперт, причем конструкт качества жизни включает оценку как социально инвариантных аспектов жизни, общих для разных представителей больших социальных групп, так и индивидуальных аспектов. В обоих случаях, однако, однозначно подразумевается наличие рациональных оснований той субъективной оценки, о которой идет речь.

Понятие *объективного качества жизни* предполагает объективную и универсальную оценку условий жизни человека с точки зрения меры удовлетворенности его потребностей: объективную, поскольку предполагает возможность оценки качества жизни с позиций внешнего наблюдателя, и универсальную, поскольку предполагает, что оценка качества жизни двух людей, находящихся в одних и тех же объективных условиях, будет совпадать. Эти два критерия относятся только к качеству жизни, но не относятся ни к субъективному благополучию, ни к счастью.

Чтобы оценить *субъективное благополучие*, недостаточен взгляд внешнего эксперта, необходимо обратиться к самому человеку, о котором идет речь. Субъективная оценка людьми своей жизни основывается не обязательно на универсальных и общих критериях, но нередко и на сугубо индивидуальных, коренящихся в личной истории или внутреннем мире субъекта. В таких случаях возможны существенные расхождения между тем, как индивид должен был бы оценивать свою жизнь, исходя из ее объективного качества и усредненных критериев, и тем, как он ее фактически оценивает.

Основные объективные параметры качества жизни, включая как экономические, так и относящиеся к образованию, здравоохранению и экологии, можно рассматривать как встроенные в инвариантный образ жизни. Все это характеризует качество заданных социокультурных предпосылок образа жизни, которые субъект обнаруживает как существующие независимо от его желания и усилий и на которые он имеет мало возможностей повлиять в краткосрочной перспективе. Они определяют меру благоприятности социальных условий для удовлетворения базовых потребностей индивида и тем самым создают предпосылку субъективного благополучия. Вместе с тем субъективное благополучие разных людей, живущих в одинаковых объективных условиях, может не совпадать, поскольку связь между

качеством жизни и самим благополучием может опосредоваться индивидуальными ожиданиями, представлениями о норме и идеале, личностным потенциалом и индивидуальными стратегиями, позволяющими индивиду открыть и использовать новые возможности поддержания и улучшения качества своей жизни.

Фактически все аспекты качества жизни представляют собой те или иные возможности для достижения таких чисто субъективных состояний, как счастье или субъективное благополучие. Последние связаны и с социологическими (внешние условия), и с психологическими (стратегии) аспектами качества жизни непрямою связью: качество жизни составляет их предпосылку, которая не обязательно реализуется. Реализация зависит от такой субъектной характеристики, как способность индивида открыть и использовать возможности улучшения своей жизни. На низком уровне экономического благосостояния, когда вопрос касается не качества жизни, а выживания, люди живут в основном в режиме необходимости. По мере перехода на более высокие уровни удовлетворения потребностей люди все больше и больше задумываются не столько о том, что необходимо, сколько о том, что возможно, и все больше становятся субъектами собственной жизни и творцами собственного благополучия, формируя личные жизненные стратегии. Мы переходим здесь от субъективного к третьему, субъектному уровню рассмотрения жизни.

Обобщая, можно рассматривать благополучие в целом как единство качества жизни и субъективного благополучия, или удовлетворенности. Последнее представляет собой оценку удовлетворенности базовых потребностей, которая связана со стилем жизни и лишь опосредованно — с объективным качеством жизни. В субъективное благополучие индивида вносят вклад не только объективные условия, но и близкие люди, непосредственное социальное окружение, а также индивидуальные ожидания и критерии оценки.

Вместе с тем наша жизнь может быть даже не слишком благополучной, но при этом ценной чем-то другим:

- ⇒ тем, что нам удастся из нее сделать;
- ⇒ тем, что нам удастся оставить другим людям;
- ⇒ тем, что она каким-то образом включена, связана смысловыми связями с какими-то более глобальными задачами.

Не самое высокое качество жизни может быть компенсировано ее осмысленностью, эвдемонистическим счастьем, создаваемым и выращиваемым самим субъектом на основе собственного личностного потенциала.



**АЛМАКАЕВА
АННА МИХАЙЛОВНА**

кандидат социологических наук,
заместитель заведующего ЛССИ НИУ ВШЭ, Москва

СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И СУБЪЕКТИВНО ВОСПРИНИМАЕМОЕ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ КАК ПОКАЗАТЕЛИ ТЕРРИТОРИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

Уровень развития стран, регионов и территорий, а также успешность проводимой политики можно описывать с помощью различных подходов. Самым общим является деление на объективные и субъективные. В рамках первого подхода используются официальные статистические данные, а в рамках второго — личные оценки, полученные с помощью социологических опросов. Наиболее известные оценочные показатели — субъективное благополучие и субъективное качество жизни (субъективно воспринимаемое качество жизни). Нередко эти два понятия рассматриваются как синонимы, поскольку оба направлены на описание степени благополучия индивида. Однако такая интерпретация может быть не совсем информативна в контексте регионального развития. Если субъективное благополучие направлено на комплексную оценку жизни индивида, то субъективное качество жизни в большей степени должно отражать те возможности, которые территория проживания способна предоставить человеку для гармоничного и полноценного существования. Соответственно, цель данной работы — проанализировать, в какой мере эти два концепта способны улавливать территориальное и региональное неравенство. Для ее реализации будут использованы результаты опроса, проведенного Лабораторией сравнительных социальных исследований НИУ ВШЭ совместно с ЦЕССИ в 60 регионах РФ в 2019—2020 гг.¹

¹ Исследование проведено в рамках проекта «Ценностная трансформация и субъективное качество жизни: региональная перспектива» (грант РФ № 181800341). Метод сбора данных: телефонный опрос (CATI). Всего было опрошено 18 768 человек в 60 регионах РФ. Примерный объем выборки в регионе — 300 человек, в Москве и Санкт-Петербурге — 500 человек. Сбор данных в регионах осуществлялся благодаря финансовой поддержке РФ и банка ВТБ (ПАО).

Субъективное благополучие измерялось с помощью индекса личного благополучия взрослых (PWI, Personal well-being index)². Он представляет собой итоговый показатель удовлетворенности жизнью, полученный из показателей удовлетворенности в семи различных сферах:

- 1) материальное положение,
- 2) здоровье,
- 3) достижения в жизни (самореализация),
- 4) личная безопасность,
- 5) отношения с окружающими,
- 6) уверенность в будущем,
- 7) работа.

Удовлетворенность каждой сферой измерялась по пятибалльной шкале от 1 (совершенно не удовлетворен) до 5 (полностью удовлетворен). Интегральный индекс представляет собой невзвешенное среднее из всех имеющихся аспектов, он меняется в диапазоне от 0 (минимальное значение) до 1 (максимальное значения)³.

Показателем субъективного качества жизни выступало восприятие таких ресурсов региона, как:

- 1) качество инфраструктуры (дороги, коммуникации и т. д.),
- 2) возможности поиска работы,
- 3) получения качественного образования,
- 4) качественной медицинской помощи,
- 5) проведения досуга и отдыха.

Респондентов просили описать положение в регионе по каждому из указанных аспектов с помощью четырехбалльных шкал от 1 (очень плохое) до 4 (очень хорошее). Интегральный индекс также рассчитывался как невзвешенное среднее, полученное из пяти рассматриваемых показателей. Минимальное значение равно 0, максимальное — 1.

Для того чтобы понять, какой из двух концептов более точно отражает общую региональную ситуацию, а не уникальную (личные обстоятельства жизни индивида), предполагается два этапа анализа. Во-первых, изучение распределений субъективного качества жизни и субъективного благополучия в зависимости от:

² Žemojtel-Piotrowska M. et al. (2017) Measurement Invariance of Personal Well-being Index (PWI-8) Across 26 Countries. *Journal of Happiness Studies*. 2017. Vol. 18. No. 6. P. 1697–1711.

³ Для получения такого индекса все шкалы удовлетворенности были перекодированы из диапазона от 1 до 5 в диапазон от 0 до 1.

1) размера населенного пункта; 2) федерального округа; 3) региона проживания. Во-вторых, расчет показателей связи (корреляций) между двумя субъективными мерами и индексом качества жизни агентства «РИА Рейтинг», основанным на данных объективной статистики за 2019 год.

Рисунки 1—4 показывают, что наиболее благополучны предсказуемо Москва и Санкт-Петербург. Индексы субъективного качества жизни в двух столицах значительно выше, чем в других населенных пунктах (рис. 1а, 4а) и в других федеральных округах (рис. 3а, 4а). Лишь столицы областей Уральского федерального округа смогли максимально приблизиться к Москве и Санкт-Петербургу (рис. 4а). Вообще областные центры выгодно отличаются от других городов региона и сельского населения. В то же время жители сел и поселков оказались гораздо менее критичными, чем можно было ожидать. По оценкам существующей инфраструктуры они практически не отличаются от жителей городской местности. Вероятно, это объясняется их невысоким уровнем запросов и привычкой довольствоваться малым. Такая тенденция наблюдается в большинстве федеральных округов за исключением Северо-Западного и Северо-Кавказского, где практически нет территориальной дифференциации (рис. 3а).

Обнаруженные паттерны распределения, где Москва и Санкт-Петербург находятся на вершине рейтинга, а областные города — на самой низкой позиции, характерны практически для всех составляющих субъективного качества жизни: возможностей поиска работы, получения качественной медицинской помощи, проведения досуга и восприятия инфраструктуры в целом (рис. 2а, 2б, 2д, 2г). Единственным исключением стала вероятность получения качественного образования. В этом аспекте москвичи и жители Санкт-Петербурга продемонстрировали гораздо более скептический настрой, их ответы практически не отличаются от ответов респондентов в селах, городах и областных центрах (рис. 2в). По всей видимости, представители российских столиц обладают довольно высокими образовательными притязаниями, которые сложно реализовать даже за счет существующих учреждений. Тем не менее образовательные ресурсы регионов воспринимаются довольно позитивно. В среднем около 70% опрошенных указали, что рассматривают их как хорошие и очень хорошие. Такие же высокие оценки наблюдаются и у досуговой сферы. Наиболее проблемные зоны — поиск работы и получение качественной медицинской помощи. Только 37% респондентов в селах, городах и областных центрах оптимистично смотрят на возможность поиска работы, в Москве и Санкт-Петербурге эта доля составляет 55%. Для такого аспекта, как получение качественной медицинской помощи, это соотношение составляет 41% и 53% (рис. 2а, 2б).

Если обращаться к субъективному благополучию, то мы видим совершенно другую картину (рис. 1б, 3б, 4б). Этот показатель равномерно распределяется по типам населенных пунктов и федеральным округам. Здесь уже нельзя говорить ни о выраженном доминировании Москвы, Санкт-Петербурга и областных столиц, ни о явном отставании городов области. Рисунок 5б подтверждает этот вывод и в отношении конкретных регионов РФ. Все они сгруппированы в достаточно маленьком промежутке индекса субъективного благополучия (от 0,63 до 0,75) и, за редким исключением, практически не отличаются друг от друга. Таким образом, с точки зрения субъективного благополучия Россия предстает весьма однородной страной, следовательно, этот концепт довольно сложно использовать как прямой показатель успешности или неуспешности проводимой в регионах политики.

Рисунок 1. Распределение индексов субъективного благополучия и субъективного качества жизни в зависимости от размера населенного пункта

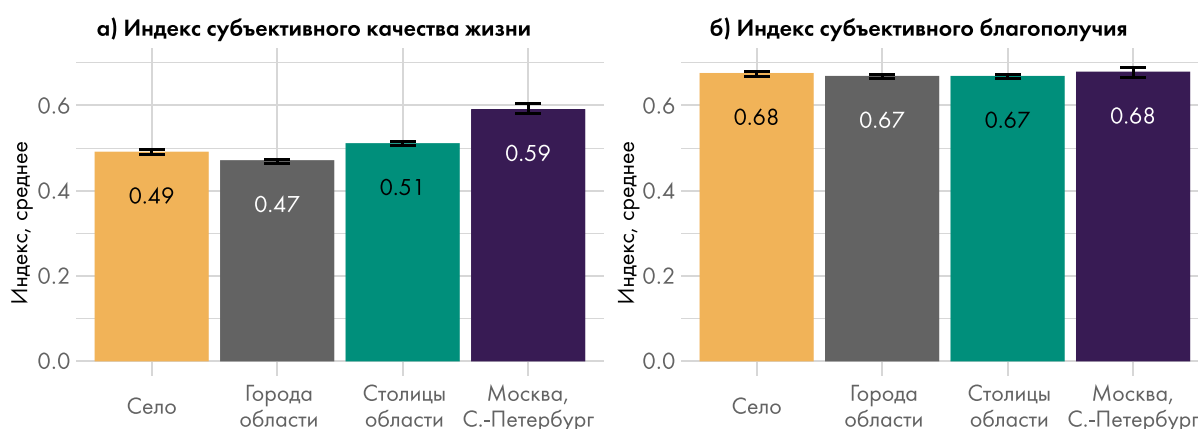
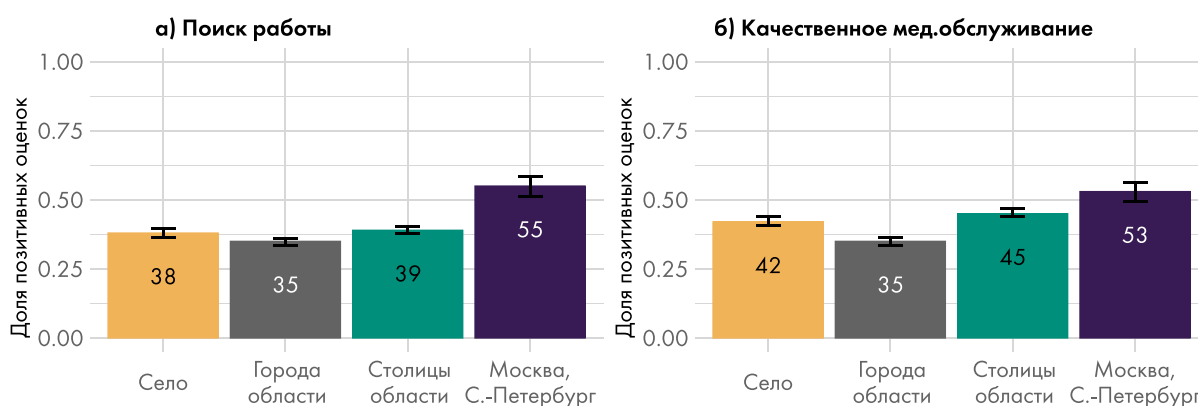


Рисунок 2. Оценка реализации возможностей в различных сферах



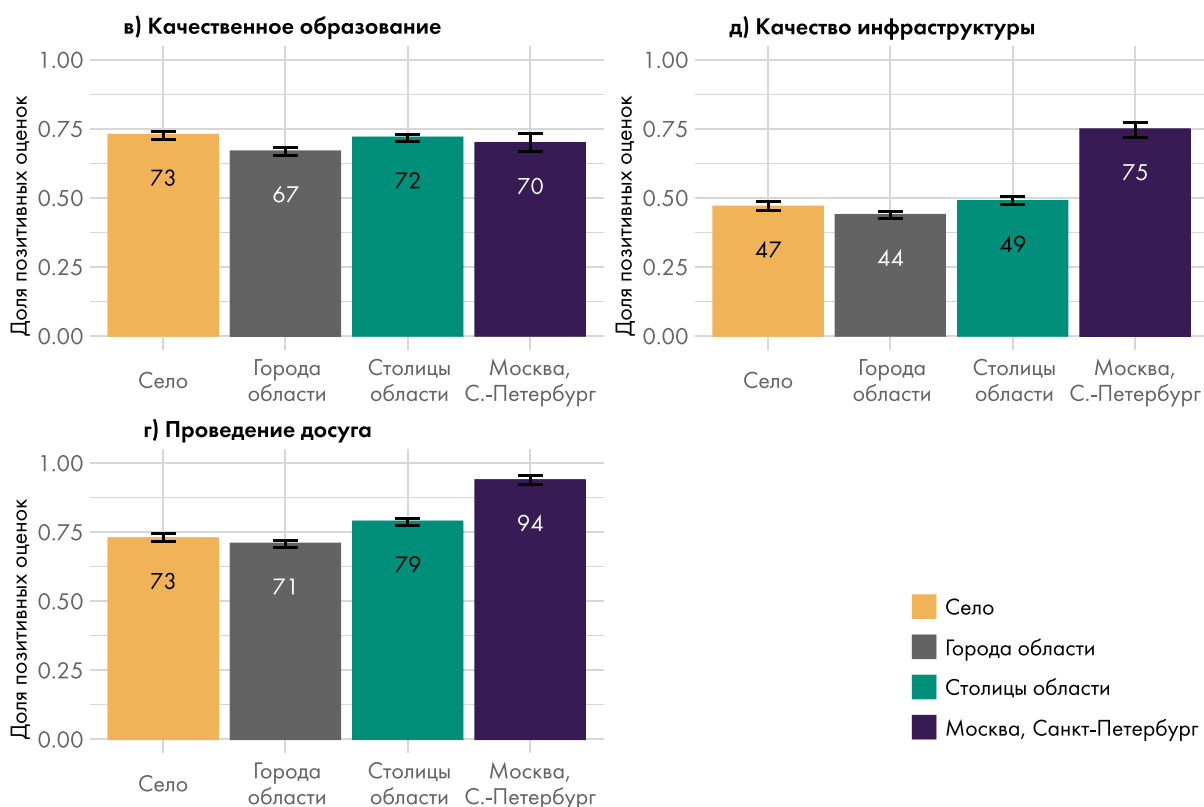


Рисунок 3. Распределение индексов субъективного благополучия и субъективного качества жизни в зависимости от федерального округа

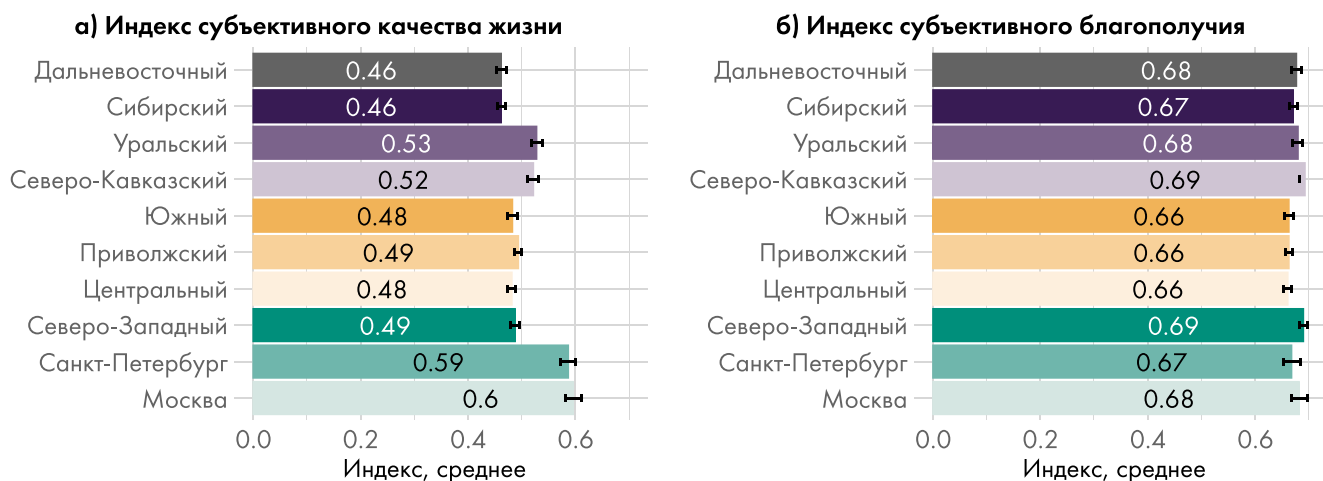
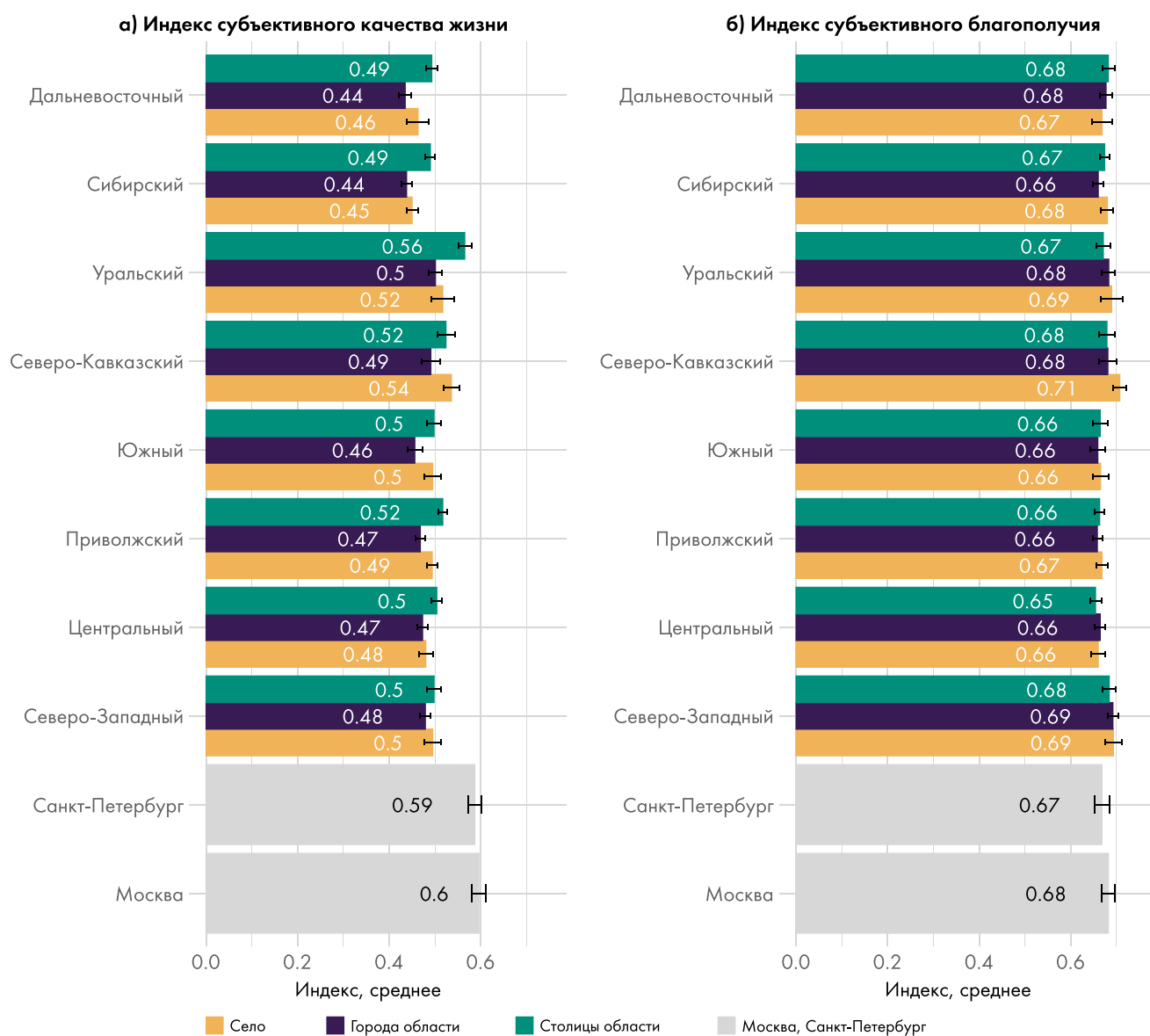


Рисунок 4. Распределение индексов субъективного благополучия и субъективного качества жизни в зависимости от федерального округа и размера населенного пункта



Далее рассмотрим взаимосвязь между субъективными и объективными показателями качества жизни. Первые замеры рейтинга качества жизни в регионах на основе объективной статистики были сделаны агентством «РИА Рейтинг» еще в 2012 году и с тех пор проводятся ежегодно. В 2019 году методика охватывала 70 показателей, объединенных в 11 групп:

- 1) уровень доходов населения;
- 2) занятость населения и рынок труда;
- 3) жилищные условия населения;
- 4) безопасность проживания;

- 5) демографическая ситуация;
- 6) экологические и климатические условия;
- 7) здоровье населения и уровень образования;
- 8) обеспеченность объектами социальной инфраструктуры;
- 9) уровень экономического развития;
- 10) уровень развития малого бизнеса;
- 11) освоенность территории и развитие транспортной инфраструктуры.

Для расчета финального индекса все показатели сначала агрегировались по группам, а затем вычислялся итоговый индекс⁴. Диапазон его изменения составил от 0 до 100. Рисунок 5 показывает взаимоотношения между индексом качества жизни «РИА Рейтинг» и субъективными мерами. Он еще раз подтверждает, что по сравнению с субъективным благополучием восприятие ресурсной обеспеченности региона (субъективное качество жизни) является более адекватным вариантом для оценки территориального неравенства. Во-первых, он обладает большей вариацией. Так, самые низкие значения субъективного качества жизни зафиксированы в Тверской области (0,4 по шкале от 0 до 1), Забайкальском крае (0,41), Алтайском крае (0,41), а самые высокие — в Чеченской республике (0,74), Тюменской области (0,64), Москве (0,60) и Республике Татарстан (0,59). Во-вторых, если между субъективным благополучием и объективными показателями качества жизни нет взаимосвязи, то между субъективным и объективным качеством жизни обнаруживается значимая линейная корреляция, равная 0,5⁵. То есть 25 % субъективного восприятия можно объяснить объективными условиями, отраженными в статистических показателях. И это без других региональных факторов, не учтенных в индексе «РИА Рейтинг».

Таким образом, субъективные и объективные показатели качества жизни не идентичны друг другу на 100 %. Подобная ситуация вполне объяснима. Официальная статистика схватывает общую усредненную ситуацию в регионе проживания, а опросные оценки зависят от целого спектра характеристик: уровня притязаний респондента, его информированности о доступных возможностях, от характера проблем, возникающих в жизни индивида и его близких и, самое главное, — от способностей использовать существующие инфраструктурные возможности. Поэтому такой разрыв довольно часто наблюдается при сравнении объективных и субъективных мер⁶. Его не следует воспринимать как доказательство «несо-

⁴ Рейтинг регионов по качеству жизни — 2019. Москва. 2020. URL: http://vid1.rian.ru/ig/ratings/life_2019.pdf.

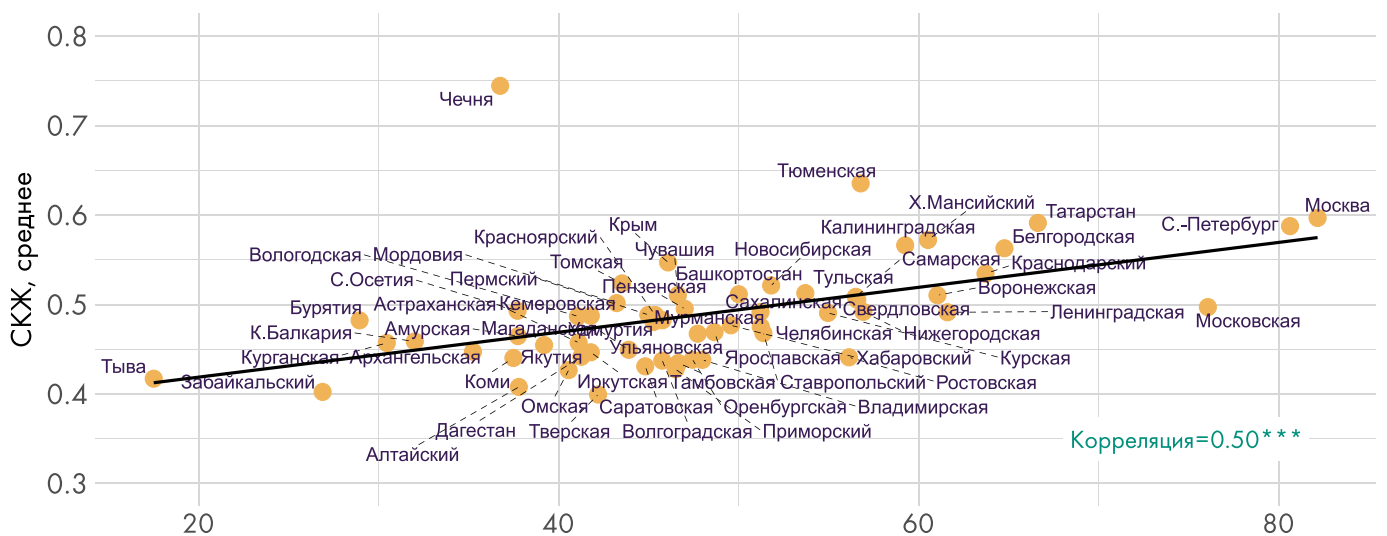
⁵ Использовался коэффициент корреляции Пирсона, уровень значимости $p < 0,001$.

⁶ См., например, Карабчук Т. С., Сальникова Д. В. Объективное и субъективное благополучие: опыт сравнительного анализа стран Центральной Азии, России и Беларуси // Социологические исследования. 2016. № 5. С. 96—109.

вершенства» социологических данных. Наоборот, эта информация важна для выявления наиболее проблемных областей и социальных групп. Как показывает многоуровневый регрессионный анализ, в данном случае самыми уязвимыми предсказуемо оказались люди с несовершеннолетними детьми, плохим материальным положением и состоянием здоровья. Негативно сказывается на субъективных оценках качества жизни опыт неформальных платежей и подарков за доступ к образовательным, медицинским и государственным услугам.

Рисунок 5. Взаимосвязь между объективными и субъективными показателями качества жизни

а) Взаимосвязь между рейтингом РИА 2019 и субъективным качеством жизни

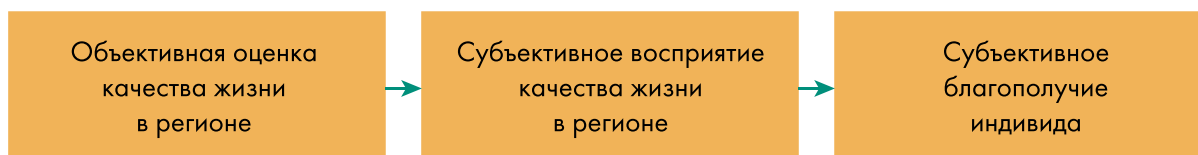


б) Взаимосвязь между рейтингом РИА 2019 и субъективным благополучием



В заключение необходимо отметить два важных момента. Во-первых, отсутствие связи между субъективным благополучием и индексом качества жизни «РИА Рейтинг» не означает полного отрицания субъективного благополучия в плане практической деятельности. В долгосрочной перспективе целью всех преобразований выступает гармоничная и активная жизнь индивида. Создание благоприятных объективных условий значительно облегчает реализацию личного потенциала индивидов и приводит к более высокому уровню благополучия. Действительно, данные показывают стабильную положительную связь между субъективным благополучием и субъективным качеством жизни. Коэффициент корреляции Пирсона между этими показателями составляет 0,31 (уровень значимости $p < 0,001$) на общероссийской выборке. Эта связь прослеживается во всех 60 рассматриваемых регионах без исключения. То есть влияние региональных условий на субъективное благополучие не прямое, поэтому здесь целесообразно говорить о трехступенчатой модели. В ее основании лежат объективные условия, отраженные в официальной статистике, на второй ступени находится субъективное восприятие этих условий и, наконец, на третьей — субъективное благополучие (рис. 6).

Рисунок 6. Модель взаимосвязи между субъективным благополучием, объективным качеством жизни и субъективно воспринимаемым качеством жизни



Во-вторых, в данном случае мы имеем дело с так называемыми срезовыми (кросс-региональными) данными, собранными примерно в одно и то же время. Такой дизайн имеет определенные ограничения. Он неплохо работает при поиске устойчивых ассоциаций, но для установления реальных факторов (причин) изменчивости рассматриваемых показателей нужны повторные исследования, позволяющие проследить взаимные тренды объективных и субъективных мер в каждом регионе.



**НАСТИНА
ЕКАТЕРИНА АЛЕКСАНДРОВНА**

младший научный сотрудник Лаборатории сравнительных социальных исследований НИУ ВШЭ, Москва

РЕСУРС ВЛИЯНИЯ НА СИТУАЦИЮ В ОБЩЕСТВЕ КАК ФАКТОР СЧАСТЬЯ

Одной из наиболее известных моделей в области исследований субъективного благополучия является «пирог счастья» Сони Любомирски и соавторов¹. На круговой («пироговой») диаграмме, созданной авторами, отражены три группы факторов, определяющих субъективное благополучие человека. 50 % вариации в уровне благополучия объясняются генетически детерминированными устойчивыми диспозициями личности, задающими хронический уровень счастья. Условия жизни, включающие, например, финансовый достаток и семейное положение определяют еще 10 %. Наконец, почти 40 % нашего счастья зависят от сознательных действий, практик, целей и ценностей, которые мы выбираем. Именно эта группа и представляет основной ресурс для устойчивых изменений в индивидуальном благополучии, так как наследственность поменять невозможно, а новые условия жизни быстро вызывают привыкание (так называемый эффект гедонистической адаптации).

Несмотря на введущиеся споры о корректности и универсальности приведенных пропорций, основная идея о том, что человек обладает значительным потенциалом для повышения собственного счастья путем осознанно и свободно выбираемых ежедневных практик, находит новые подтверждения и обретает все большую популярность среди исследователей². При этом позитивный эффект такой осмысленной целенаправленной деятельности на субъективное благополучие в основном достигается за счет удовлетворения универсальных для всех людей потребностей в самодостаточности, компетентности и/или хороших отношениях

¹ Любомирски С. Психология счастья. Новый подход. СПб.: Питер, 2014.

² Леонтьев Д. А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>.

с окружающими. С этой точки зрения способность индивида выступать в качестве агента позитивных социальных изменений, основанная на его собственном свободном выборе, представляется важным фактором субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью как одного из его показателей. Находясь на пересечении индивидуального и общественного, такой ресурс увеличивает ощущение личного контроля над ситуацией и успешного решения коллективных задач, а также приводит к укреплению социальных связей и чувства групповой принадлежности (идентичности).

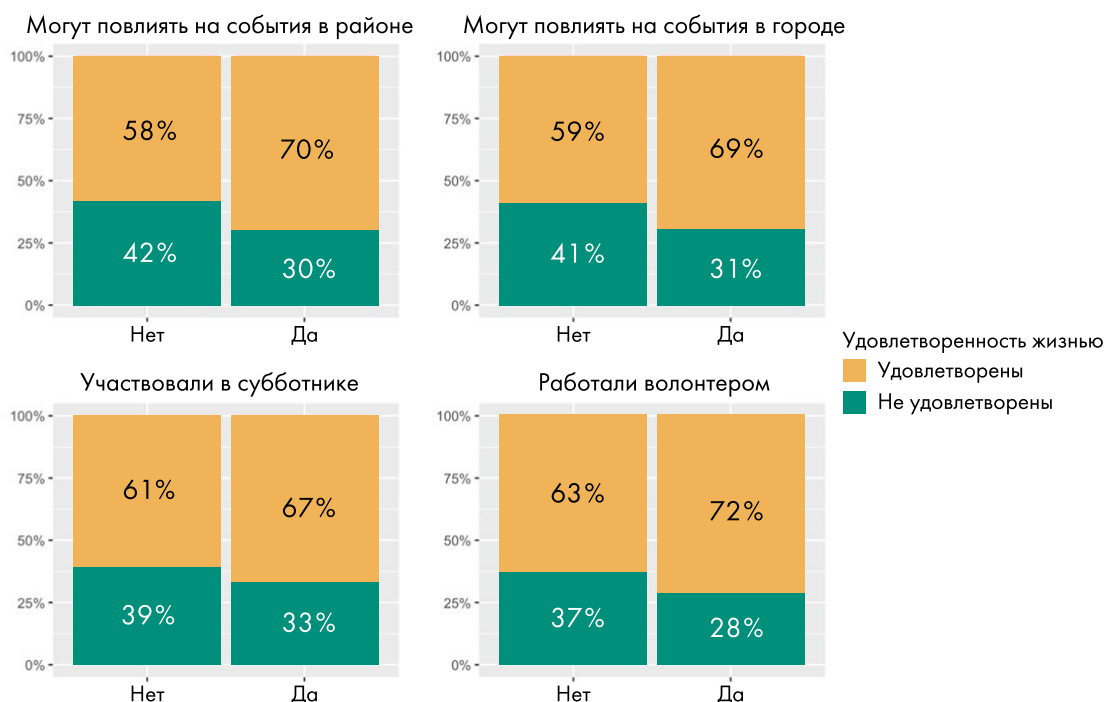
Данные всероссийского опроса, проведенного с 2019 по 2020 год Лабораторией сравнительных социальных исследований НИУ ВШЭ, позволяют пролить свет на то, какую роль возможность влиять на ситуацию в обществе играет в удовлетворенности жизнью³. Респондентам было предложено оценить, насколько они удовлетворены своей жизнью в целом по шкале от 1 (совершенно не удовлетворен) до 5 (полностью удовлетворен). Для оценки потенциала социальных изменений задавались вопросы: «Как Вы считаете, могут ли такие люди, как Вы, как-то повлиять на то, что происходит 1) «в Вашем районе/микрорайоне» и 2) «в городе/населенном пункте, где Вы живете» (варианты ответов «Да, могут» и «Нет, не могут»). Наряду с этим использовались показатели социальной активности за последние два года: участие в субботнике, работа волонтером для решения общественной проблемы или в рамках благотворительной акции.

На первом этапе анализа респонденты были разделены на две группы на основании выбранной позиции на шкале удовлетворенности жизнью. В группу «Удовлетворены жизнью» (64%) попали те, кто выбрал позицию «4» или «5», в то время как все остальные были отнесены к категории «Не удовлетворены жизнью» (36%). В соответствии с высказанным предположением, из рисунка 1 видно, что доля удовлетворенных жизнью среди россиян, оптимистично оценивающих свой ресурс влияния на ситуацию в районе/микрорайоне и городе/населенном пункте, значительно выше, чем среди тех, кто не видит возможности что-либо изменить. Кроме того, те, кто участвовал в субботниках или работал волонтером для решения общественной проблемы, также чаще отмечают, что они полностью или скорее удовлетворены своей жизнью в сравнении с респондентами, не задействованными в общественно полезной деятельности.

³ Исследование проведено в рамках проекта «Ценностная трансформация и субъективное качество жизни: региональная перспектива». Метод сбора данных: телефонный опрос (CATI). Всего было опрошено 18 768 человек в 60 регионах РФ. Примерный объем выборки в регионе — 300 человек, в Москве и Санкт-Петербурге — 500 человек. Сбор данных в регионах осуществлялся благодаря финансовой поддержке РНФ (проект № 181800341) и банка ВТБ (ПАО).

Рисунок 1. Удовлетворенность жизнью россиян в зависимости от ресурса влияния на ситуацию в обществе

(в % от числа опрошенных в группах с разным ресурсом влияния)

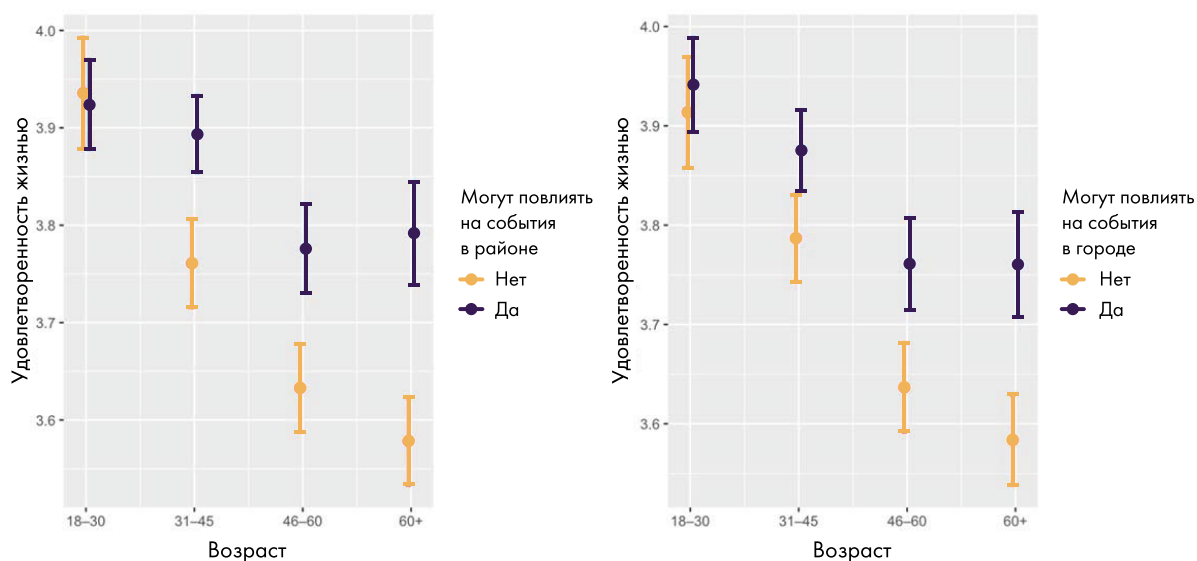


Интересно, что эффект потенциала позитивных изменений в обществе на удовлетворенность жизнью, на первый взгляд, практически не зависит от того, был он реализован в форме участия в субботнике или волонтерства (нижняя панель), или просто позитивно оценивается респондентом (верхняя панель), хотя можно было бы предположить, что активное использование ресурса должно давать больший прирост субъективного благополучия. Здесь, однако, не нужно торопиться с выводами, так как сравнение долей по группам может скрывать за собой более специфичные паттерны взаимосвязи. Так, на основе наших данных невозможно дифференцировать добровольных и недобровольных участников субботников, а также волонтеров, деятельность которых привела к ожидаемому результату, и тех, кто не увидел желаемых изменений по итогам своего труда. Очевидно, что в приведенных случаях описанные ранее потребности в автономии и компетентности будут удовлетворены только для первых двух групп, а, следовательно, и положительный эффект гражданской активности на субъективное благополучие для них будет выше.

В этом контексте можно предположить, что люди, оптимистичнее оценивающие возможность оказывать влияние на происходящее и имеющие достаточно времени для того, чтобы заниматься общественно полезной деятельностью, в целом обладают большими ресурсами, и именно этим и будут объясняться обнаруженные различия в уровне счастья и удовлетворенности жизнью. Как показывают недавние исследо-

вания, граждане с высоким уровнем дохода и работающие россияне действительно более оптимистично оценивают свой потенциал влияния на ситуацию в обществе на разных уровнях, а пенсионеры, напротив, в меньшей мере чувствуют возможность что-то изменить⁴. Однако результаты проведенного нами регрессионного анализа позволяют заключить, что эффект ресурса влияния на ситуацию в обществе на удовлетворенность жизнью остается значимым даже когда такие социо-демографические, экономические и психологические характеристики респондента, как пол, возраст, образование, тип населенного пункта, уровень дохода и локус контроля (убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь в целом), приняты во внимание. Важно также отметить, что большинство указанных характеристик не оказывают влияния и на силу связи: потенциал позитивных изменений в обществе в одинаковой степени влияет на удовлетворенность жизнью женщин и мужчин из городов и сел вне зависимости от их уровня образования. Кроме того, результаты многоуровневого регрессионного моделирования показывают, что такой паттерн взаимосвязи характерен для всех регионов в равной степени. Единственным фактором, значимым для связи между ресурсом влияния на ситуацию в обществе и удовлетворенностью жизнью, является возраст. По мере взросления человека ресурс влияния на положение дел в обществе начинает играть все большую роль в детерминации его удовлетворенности жизнью и достигает своего пика для возрастной категории 60+ (рис. 2).

Рисунок 2. Прогнозируемые значения удовлетворенности жизнью для возрастных групп в зависимости от оценки возможности повлиять на ситуацию в районе (слева) и городе (справа)



⁴ Мерсиянова И. В. Восприятие личной ответственности и ожидания относительно будущего // Аналитический бюллетень НИУ ВШЭ. 2020. № 9. Экономические и социальные последствия коронавируса в России и в мире. С. 91–98. URL: <https://www.hse.ru/pubs/share/direct/435321808.pdf>.

Значения показателей потенциала социальных изменений в России указывают на широкие возможности для развития в этом направлении. В среднем лишь 52 % россиян считают, что такие люди, как они, способны повлиять на положение дел в своем районе или микрорайоне, а в случае ситуации в городе или населенном пункте доля оптимистично настроенных граждан составляет 51 %. При этом в субботниках за последние два года на момент проведения опроса приняли участие 54 % населения, а добровольно работали над решением общественной проблемы 13 % россиян.

Таким образом, расширение возможностей населения в принятии решений по вопросам местного значения и создание условий для низовой активности, направленной на решение конкретных общественных проблем, могут послужить эффективным способом повышения субъективного благополучия россиян. Конечно, не все воспользуются возможностью стать инициаторами изменений. Например, по нашим данным, лишь 21 % из тех, кто положительно оценивает свой ресурс влияния на положение дел как в своем районе, так и в городе, участвовали в волонтерской активности, направленной на решение общественной проблемы. Как показывают исследования, важность самореализации через осмысленную активную деятельность для человека в большой степени зависит от его индивидуальных личностных характеристик, таких как жизнестойкость и оптимизм⁵. Однако, как мы видим, сама возможность самостоятельно выбирать оптимальный путь развития той территории, на которой человек проживает, уже вносит ощутимый вклад в субъективное благополучие россиян.

Стоит еще раз отметить, что группа, которая выигрывает больше всех от положительной оценки ресурса своего воздействия на события в районе или городе, — жители пенсионного возраста. Этот результат в очередной раз подчеркивает необходимость социального фокуса в программах, направленных на вовлечение пожилых людей в активную деятельность для повышения качества жизни россиян в возрасте 60+, из года в год занимающих последние позиции в рейтингах счастья и удовлетворенности жизнью⁶.

В заключение стоит обратить внимание и на ряд других положительных эффектов самоорганизации граждан. Добровольческая деятельность, к примеру, вносит существенный вклад в экономику региона и страны за счет безвозмездного оказания услуг, чаще всего в отраслях социальной сферы, за которые в ином случае

⁵ Леонтьев Д. А., Осин Е. Н. Личностный потенциал и его вклад в объективное и субъективное благополучие // Х Грушинская социологическая конференция. Секция «Счастье и субъективное благополучие в России». 15.10.2020. URL: https://event.wciom.ru/file/stenogramma/2020-10-15_happiness_and_subjective_well-being.pdf.

⁶ Широканова А. А. Тренды субъективного благополучия в России: 1998—2018 // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2020. Т. 13. № 1. С. 4—24. <https://doi.org/10.21638/spbu12.2020.101>.

пришлось бы заплатить из бюджета⁷. В свою очередь, общественное участие в принятии решений способствует повышению эффективности государственного управления за счет снижения затрат на поиск оптимального решения с учетом интересов всех затрагиваемых сторон⁸. Таким образом, способность человека выступать в качестве агента позитивных изменений в обществе не только улучшает его собственное субъективное благополучие, но и способствует благополучию общества в целом.

⁷Эффективность волонтерской деятельности: в фокусе внимания исследователей. Информационно-аналитический бюллетень о развитии гражданского общества и некоммерческого сектора в России. Апрель 2018 года. № 1 (14). НИУ ВШЭ. URL: https://grans.hse.ru/data/2018/08/16/1154748596/Bulleten_14_web.pdf.

⁸Карпов А. С. Формы общественного участия в принятии решений. М.: РАНХиГС, 2012.



**КАМАЛОВ
ЭМИЛЬ АЛЬФРЕДОВИЧ**

кандидат философских наук, младший научный сотрудник
Лаборатории сравнительных социальных исследований
НИУ ВШЭ, Москва

СЧАСТЬЕ ВО ВРЕМЯ КРИЗИСА: КАК РОССИЯНЕ ПЕРЕЖИВАЮТ ПАНДЕМИЮ COVID-19

Пандемия COVID-19 привела к масштабным изменениям в социальных практиках жителей России. Одни лишились работы или премии, другие превратили свои дома в офисы и учебные комнаты. Перемещения внутри и между стран резко сократились, а возможности для внедомашнего досуга многократно сузились. Все эти ограничения на свободу коммуникации сопровождались новостями о росте числа заболевших и умерших, переполненных больницах и перегруженной системе здравоохранения. Социальное дистанцирование, запреты на общественные мероприятия, поломка рутины и страх за будущее неизбежно отразились на субъективном благополучии россиян — они стали менее удовлетворены своей жизнью. Однако, несмотря на неизбежные последствия, счастье небеззащитно перед лицом кризиса. За тысячелетия эволюции люди и общества выработали механизмы, защищающие их субъективное благополучие от кризисов. И россияне не исключение.

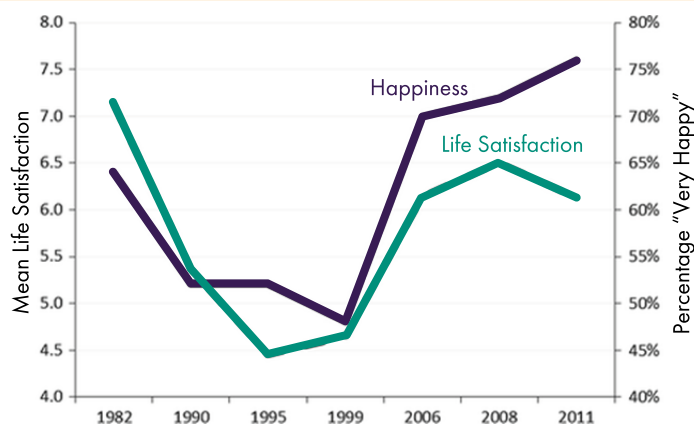
Субъективное благополучие во время кризиса

Субъективное благополучие — измеряемое как счастье или удовлетворенность жизнью, — обладает свойством самоподдержки, или гомеостаза. Оно может колебаться вокруг некоторой постоянной величины (так называемой *set-point*), к которой всегда возвращается после определенных событий. Этот предустановленный уровень субъективного благополучия, как правило, определяется генетическими и личностными особенностями индивида. Существование тако-

го предустановленного уровня объясняет, почему общий уровень счастья если и изменяется, то очень медленно. Разумеется, такие жизненные события, как повышение зарплаты, свадьба, смерть близкого и увольнение, оказывают влияние на субъективное благополучие. Однако люди довольно быстро приспосабливаются к новым условиям и уровень счастья [возвращается](#) к прежним значениям. Исследования удовлетворенности жизни в России показывают, что жители России действительно испытывают большее удовлетворение жизнью, когда их материальное благополучие растет, однако этот эффект со временем [исчезает](#) в силу адаптации к новым условиям. Тем не менее сильные кризисы могут выводить субъективное благополучие за пределы, регулируемые гомеостатическими механизмами, из-за чего уровень субъективного благополучия может надолго [упасть](#) ниже нормального для страны уровня. Социальные угрозы такой природы могут приводить к депрессии, тревоге и [посттравматическому стрессовому расстройству](#). От последствий, например, стихийных бедствий люди часто восстанавливаются [продолжительное время](#). Такие бедствия также могут осложнить прежние [социальные отношения](#) между людьми.

Примером кризиса, сильно повлиявшего на субъективное благополучие, может служить **кризис 1990-х годов**. Исследователи [показали](#), что распад СССР спровоцировал резкое и продолжительное падение общего уровня субъективного благополучия россиян. На рисунке 1 видно, что уровень счастья и удовлетворенности жизнью почти десятилетие находился на минимальных значениях (за доступный период наблюдений). Данный спад и стагнация субъективного благополучия были обусловлены как ухудшившимся экономическим положением и безработицей, так и идеологическим вакуумом, образовавшимся из-за сворачивания советского проекта и разочарования в коммунистической идеологии.

Рисунок 1. Динамика субъективного благополучия россиян



Примечание. На данных графиках представлены средние значения субъективного благополучия по годам. Источник: Foa R. S., Inglehart R., Ponarin E., Karabchuk T. (2018) Set-Point Theory and Societal Collapse: The Case of Russia. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 19. No. 6. P. 1639–1656.

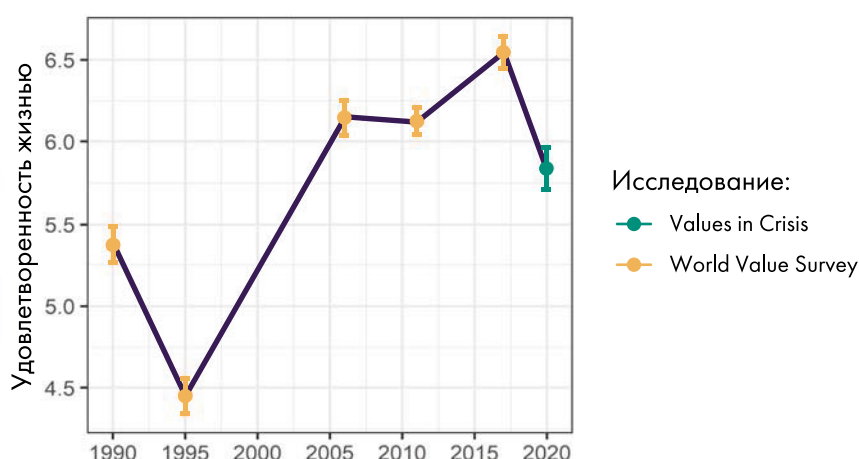
Экономические кризисы также оказывают сильное влияние на субъективное благополучие. Например, экономический кризис 2008 года привел к [уменьшению](#) уровня счастья во многих европейских странах. При этом в своей реакции на данный экономический кризис субъективное благополучие также обнаруживает адаптивные свойства: люди привыкают к ухудшившимся экономическим условиям, и роль этих условий для счастья уменьшается. Кроме этого, люди компенсируют негативный эффект экономического кризиса через обращение к нематериальным факторам своего счастья, например, к религиозной вере.

Кризис COVID-19 не исключение из правил. Жители многих стран испытали сильное снижение субъективного благополучия¹. Пандемия привела не только к снижению числа социальных контактов и разнообразия досуга — очень важных факторов счастья, — но и изменила распорядок жизни, важный для субъективного [благополучия](#). К примеру, из-за изменения режима дня физическая активность снизилась, а режим питания и диета изменились. Эти перемены [привели](#) к ухудшению субъективного благополучия.

Судя по имеющимся у нас данным, текущий кризис ударил и по россиянам. На рисунке 2 изображен средний уровень удовлетворенности жизнью в России по годам. Из него видно, что после 1990-х уровень субъективного благополучия россиян вырос вслед за экономической модернизацией. Рост в 2016 году, [вероятнее всего](#), обусловлен эйфорией от присоединения Крыма к России. Тем не менее показатели опроса, проведенного Лабораторией сравнительных социальных исследований НИУ ВШЭ в 2020 году в рамках проекта «Ценности во время кризиса», демонстрируют статистически значимое снижение субъективного благополучия до уровня, на котором Россия находилась до 2006 года. Эффект накопленных экономических проблем и переживаемого кризиса сыграл свою роль.

¹ Lee S. (2020) Subjective Well-Being and Mental Health during the Pandemic Outbreak: Exploring the Role of Institutional Trust. *Research on Aging*. p.0164027520975145; Blasco-Belled A., Tejada-Gallardo C., Torrelles-Nadal C., Alsinet C. (2020) The Costs of the COVID-19 on Subjective Well-Being: an Analysis of the Outbreak in Spain. *Sustainability*. 12 (15). p.6243; Kimhi S., Eshel Y., Marciano H., Adini B. (2020) A Renewed Outbreak of the COVID-19 Pandemic: A Longitudinal Study of Distress, Resilience, and Subjective Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17 (21). p.7743; Wang Y., Wu P., Liu X., Li S., Zhu T., Zhao N. (2020) Subjective Well-Being of Chinese Sina Weibo Users in Residential Lockdown During the COVID-19 Pandemic: Machine Learning Analysis. *Journal of Medical Internet Research*. 22 (12). p.e24775; Yang H., Ma J. (2020) How an Epidemic Outbreak Impacts Happiness: Factors That Worsen (vs. Protect) Emotional Well-Being During the Coronavirus Pandemic. *Psychiatry Research*. Vol. 289. p.113045; Yue W., Cowling M. (2021) The Covid-19 Lockdown in the United Kingdom and Subjective Well-Being: Have the Self-Employed Suffered More Due to Hours and Income Reductions? *International Small Business Journal*. p.0266242620986763.

Рисунок 2. Динамика субъективного благополучия в России



Примечание. На данных графиках представлены средние значения удовлетворенности жизнью по годам, а также 95 % доверительные интервалы для этих значений. Горизонтальная ось 1 = «Совершенно не удовлетворен», 10 = «Полностью удовлетворен».

Источники данных: Всемирное исследование ценностей и данные опроса «Ценности во время кризиса», проведенного ЛССИ НИУ ВШЭ

Что смягчает негативные последствия кризиса?

На субъективное благополучие во время пандемии COVID-19 влияет ряд **индивидуальных характеристик**. Как уже было отмечено, религиозность положительно влияет на субъективное благополучие, что было **многokrатно** подтверждено исследованиями. Согласно **исследованию**, проведенному в Китае, женатые и замужние люди чувствуют себя лучше во время кризиса, чем одинокие. Это же исследование демонстрирует, что высокий риск заражения и осложнений из-за COVID-19 оказывает негативное воздействие на субъективное благополучие. Немаловажную роль играют экономические и когнитивные ресурсы: богатые и осведомленные о ситуации индивиды чувствуют себя **лучше** благодаря ощущению контроля за ситуацией. Среди индивидуальных факторов стоит отметить тип трудовой занятости и гендерные различия. Так, самозанятые граждане могут чувствовать себя **хуже**, чем наемные рабочие, потому что система социальной защиты в большей степени обеспечивает социальные гарантии для последних. Негативные последствия пандемии могут также непропорционально сильнее ощущаться **женщинами** в связи с дополнительными домашними обязанностями.

Негативное воздействие пандемии на субъективное благополучие снижают **надежда** и **оптимизм**. Независимо от кризиса оптимизм относительно будущего является хорошим предиктором **высокого** субъективного благополучия. Но и во вре-

мя пандемии люди, отличающиеся оптимизмом, реже испытывают депрессии, тревоги и дистресс², чем те, для кого характерен низкий уровень оптимизма.

Важной опорой в период кризиса также оказываются социальные связи индивида, или шире — его **социальный капитал**. Социальный капитал не только обогащает досуговые практики, увеличивает шансы найти хорошую работу, но также обеспечивает эмоциональную поддержку и служит распространению более благоприятных для здоровья практик. Исследования показывают, что те общества, для которых характерен высокий уровень социального капитала и социального доверия, легче переживают кризисы. Роль доверия и социального капитала также существенна для субъективного благополучия во время пандемии COVID-19. От доверия зависит, насколько охотно граждане следуют эпидемиологическим правилам и, следовательно, возникающее ощущение контроля за ситуацией и оптимизм. Кроме этого, само доверие может быть результатом солидаризации в ответ на кризис. Если солидарность с согражданами может положительно влиять на счастье, то враждебность — наоборот, отрицательно.

Субъективное благополучие россиян в период пандемии COVID-19

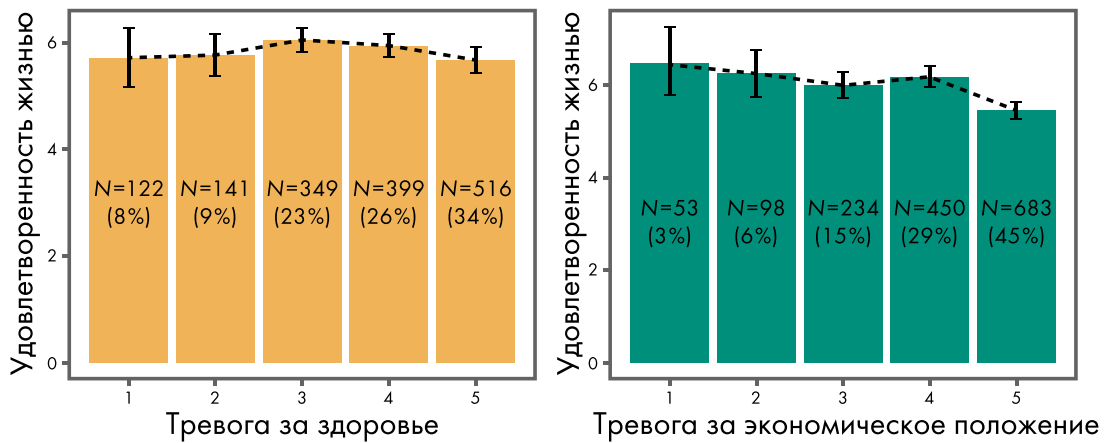
На рисунке 3 отражены ответы россиян на вопросы о том, беспокоятся ли они о своем здоровье и экономическом положении, а также о здоровье и экономическом положении своих близких в связи с ситуацией COVID-19³. Большинство россиян беспокоятся за свое здоровье и здоровье близких (60%), однако это беспокойство не отражается на удовлетворенности жизнью. Уровень же беспокойства за экономическое положение намного выше (74%), и чем он выше, тем ниже удовлетворенность жизнью. То есть на субъективное благополучие россиян больший эффект оказывают тревоги об экономическом положении, а не тревоги о здоровье.

Для субъективного благополучия россиян также оказывается важным то, насколько эффективными они считают действия правительства и населения во время пандемии. Из рисунка 4 видно, что россияне, высоко оценивающие действия правительства и поведение сограждан, более удовлетворены своей жизнью, чем те, кто думает иначе. Вероятно, причина в возникающих ощущениях контроля за ситуацией и оптимизма относительно будущего. Сообразно теоретическим ожиданиям россияне, которые в период пандемии стали чувствовать больше солидарности с согражданами, эмоционально выиграли от этого.

² Состояние страдания из-за невозможности справиться со стрессом.

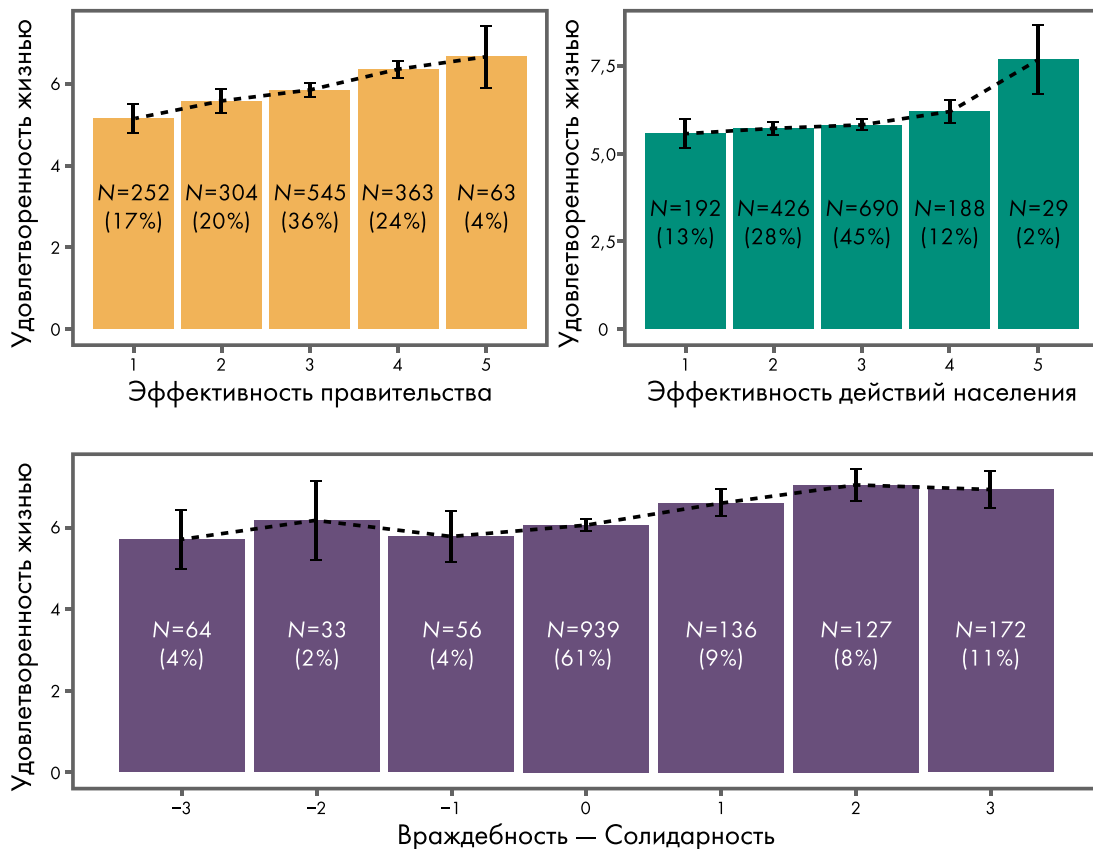
³ Данные получены в ходе опроса, проведенного Лабораторией сравнительных социальных исследований НИУ ВШЭ в 2020 году в рамках проекта «Ценности во время кризиса».

Рисунок 3. Уровень тревоги за здоровье и экономическое положение



Примечание. На данных графиках представлены средние значения удовлетворенности жизнью по группам, а также 95% доверительные интервалы для этих значений. 1 = «Совсем не беспокоюсь», 5 = «Очень беспокоюсь».

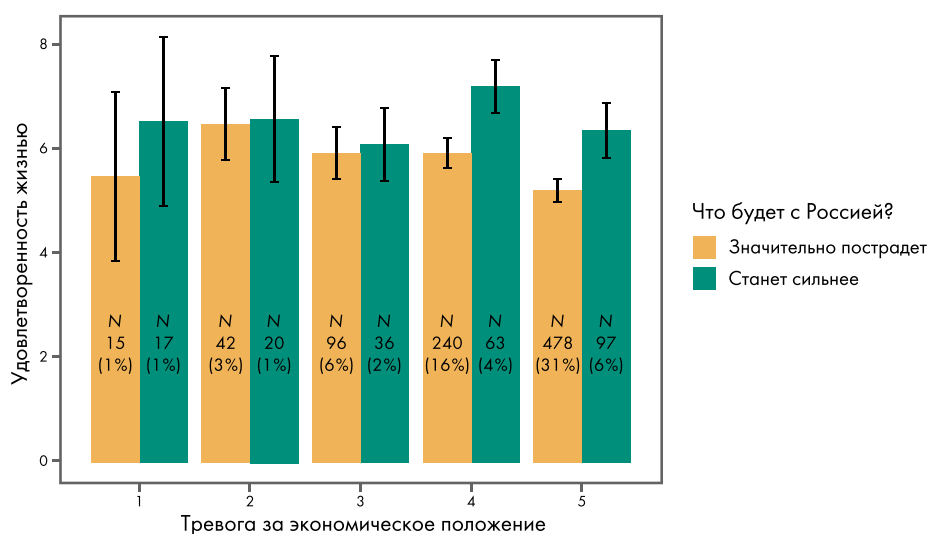
Рисунок 4. Эффективность действий правительства, населения и уровень солидарности



Примечание. На данных графиках представлены средние значения удовлетворенности жизнью по группам, а также 95% доверительные интервалы для этих значений. Для верхних графиков: 1 = минимальная оценка эффективности, 5 = максимальная оценка эффективности. Для нижнего графика: -3 = «Больше враждебности», +3 = «Больше солидарности».

Остановившись на оптимизме более подробно, следует взглянуть на то, как граждане оценивают последствия кризиса для России. 58 % россиян ответили, что Россия «значительно пострадает» из-за кризиса, 27 % — что «ничего не изменится», а 13 % заявили, что страна «станет сильнее». Если мы взглянем на то, как оптимисты и пессимисты переживают кризис (см. рис. 5), то обнаружим, что оптимисты легче переживают тревогу за свое экономическое положение: почти во всех случаях «тревожные оптимисты» обнаруживают более высокие показатели удовлетворенности жизнью, чем «тревожные пессимисты».

Рисунок 5. Тревоги, оптимизм и субъективное благополучие



Примечание. На данных графиках представлены средние значения удовлетворенности жизнью по группам, а также 95 % доверительные интервалы для этих значений. 1 = «Совсем не беспокоюсь», 5 = «Очень беспокоюсь».

Выводы

Как и во многих других странах, кризис, вызванный эпидемией COVID-19, отрицательно сказался на уровне субъективного благополучия россиян. Предварительный анализ показывает, что их субъективное благополучие в большей степени зависит от экономических рисков, нежели от риска заражения коронавирусом. Это может быть связано с продолжительной экономической стагнацией, которая и до пандемии постоянно угрожала экономическому благополучию россиян, а также неуверенностью в том, что экономика России быстро справится с текущим кризисом. Кроме этого, в период пандемии субъективное благополучие жителей России оказывается зависимым от воспринимаемой эффективности действий правительства, солидарности с другими людьми и оптимизма относительно будущего. В этом смысле можно рекомендовать правительству выстраивать информационную политику по COVID-19 на основе прозрачных процедур, обеспечивающих доверие населения к предпринимаемым мерам и оптимизм относительно будущего.

РАСШИРЕННЫЙ КОММЕНТАРИЙ



**ГАЛИЦКИЙ
ЕФИМ БОРИСОВИЧ**

кандидат экономических наук, доцент,
департамент маркетинга НИУ ВШЭ, экономический факультет МГУ,
заведующий Лабораторией анализа данных ООО «инФОМ»



**ГАШЕНИНА
НАТАЛЬЯ ВАЛЕРЬЕВНА**

кандидат экономических наук, ведущий специалист группы
«Финансовое поведение» ООО «инФОМ»



**ПРЕСНЯКОВА
ЛЮДМИЛА АЛЕКСАНДРОВНА**

кандидат политических наук, руководитель группы
«Финансовое поведение» ООО «инФОМ»



**ПУШКИНА
ЕКАТЕРИНА ДМИТРИЕВНА**

специалист отдела обработки и анализа данных
ООО «инФОМ»

В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ?

— Жить, как говорится, хорошо!

— А хорошо жить — еще лучше!

Из к/ф «Кавказская пленница»

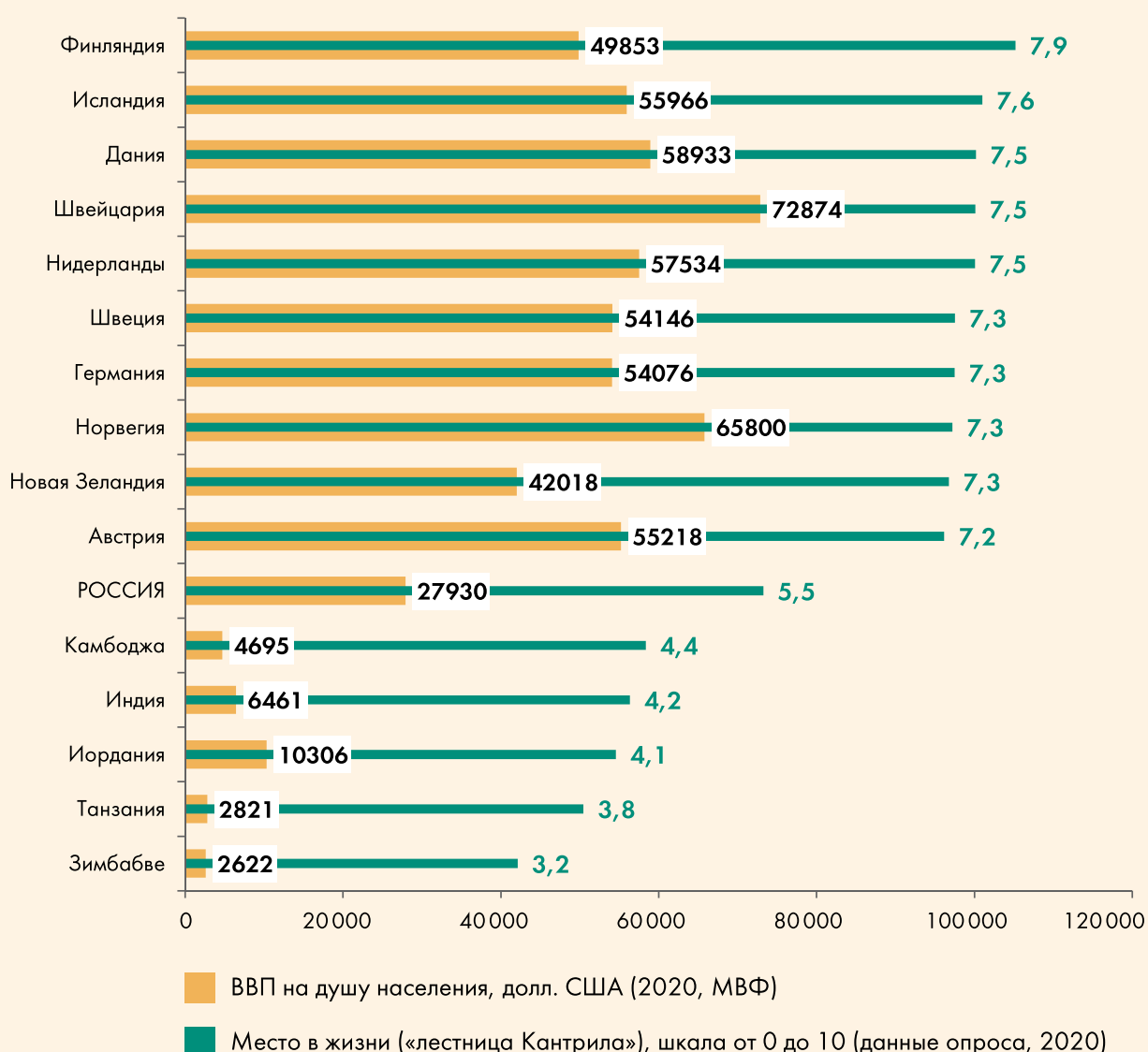
Вопрос о связи благополучия и денег волнует умы и исследователей, и обывателей, однако консенсуса по этому вопросу нет. По мнению некоторых ученых, влияние богатства на уровень благополучия ослабевает по достижении определенного порога «насыщения» этим богатством (так называемый парадокс Р. Истерлина¹). Особенно это характерно для экономически развитых европейских стран (в отличие от развивающихся), что объясняется превалированием в них постматериалистических ценностей². В какой-то мере эта мысль отражается даже на уровне обыденного сознания, особенно в российском культурном коде, в котором кры-

¹ Easterlin R. 1974. Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence. In: David P., Reder M. (eds.) *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramowitz*. NY; London: Academic Press. P. 89–125.

² Diener E., Biswas-Diener R. (2002) Will Money Increase Subjective Well-Being? *Social Indicators Research*. Vol. 57. P. 119–169.

латые фразы наподобие «лучше быть богатым и здоровым, чем бедным и больным», уживаются с такими пословицами и поговорками, как «счастье не купишь», «не в деньгах счастье» и т. д. И как бы ни хотелось верить в последнее, лидерами по уровню индексов счастья оказываются все-таки страны с высоким уровнем ВВП и благосостояния населения (и крайне редко в верхние строчки рейтинга попадают не вписывающиеся в это правило государства) (рис. 1).

Рис. 1. Рейтинг некоторых стран по оценке благополучия по «лестнице Кантрила»³ и ВВП на душу населения в них⁴



Счастье связано с деньгами, пусть и не самым линейным образом. И наши российские исследования это подтверждают. ФОМ занимается исследованиями

³ Приведены не все страны: первые 10 и последние 5 из рейтинга Всемирного отчета по счастью за 2021 год, а также Россия. См.: World Happiness Report. 2021. URL: <https://worldhappiness.report/>.

⁴ Источник: GDP Based on Purchasing-Power-Parity (PPP) per Capita. URL: www.imf.org/en/Publications/WEO/weo-database/2021/April/weo-report.

темы благополучия уже несколько лет⁵. В одном из них мы разработали **Индекс благополучия россиян (ИБР)**, который затем несколько раз мониторили. Этот индекс построен с опорой на международные методики измерения счастья и благополучия. В его основе лежат три вопроса, несколько по-разному измеряющие этот феномен:

Вопрос об удовлетворенности жизнью (*Европейское социальное исследование*⁶, перевод ФОМ): «Принимая во внимание все стороны Вашей жизни, скажите, пожалуйста, насколько Вы сейчас удовлетворены своей жизнью в целом? Посмотрите на карточку и дайте ответ по шкале, где „0“ означает „совершенно не удовлетворен(-а)“, а „10“ — „полностью удовлетворен(-а)“».

Вопрос о счастье (*Европейское социальное исследование, перевод ФОМ*): «Оцените, пожалуйста, насколько Вы сегодня счастливы? Дайте ответ по шкале от 0 до 10, где 0 означает „совсем не счастлив(-а)“, а 10 — „очень счастлив(-а)“».

Вопрос о месте в жизни («лестница Кантрила») (*используется во «Всемирном докладе о счастье»*⁷, перевод ФОМ): «А теперь вообразите, пожалуйста, лестницу, ступеньки которой пронумерованы от 0 внизу до 10 наверху. Самая верхняя ступенька лестницы представляет наилучшую возможную жизнь для Вас, а самая нижняя — наихудшую возможную жизнь для Вас. На какой ступени этой лестницы Вы находитесь в настоящий момент?».

ИБР для каждого респондента рассчитывается путем суммирования его ответов на три представленных выше вопроса с весами 0,32, 0,30 и 0,38 соответственно.

Несколько слов о методике, с помощью которой были найдены эти веса⁸. Сначала нужно было убедиться, что шкалы трех исходных вопросов не только выглядят как числовые (шкалы равных интервалов), но и являются таковыми. Например, что перемещение по второй шкале от 3 до 4 баллов соответствует такому же приросту «счастья», как от 4 до 5, от 5 до 6 и т. д. Для этого с помощью метода главных компонент были построены числовые аналоги исходных переменных (квантификации). Оказалось, что графики квантификаций практически линейны почти на всем протяжении шкалы каждого из вопросов. Кроме того, числовые аналоги позиций «затрудняюсь ответить» и «5 баллов» практически одинаковы для всех трех шкал, а значит, позиции «затрудняюсь ответить» перед расчетом ИБР можно присвоить значение средней позиции шкалы — 5 баллов.

⁵ См. например: Инициатива ФОМ: изучение благополучия россиян // ФОМ. URL: <https://fom.ru/TSennosti/14244>.

⁶ Европейское социальное исследование. URL: https://www.europeansocialsurvey.org/data/country.html?c=russian_federation.

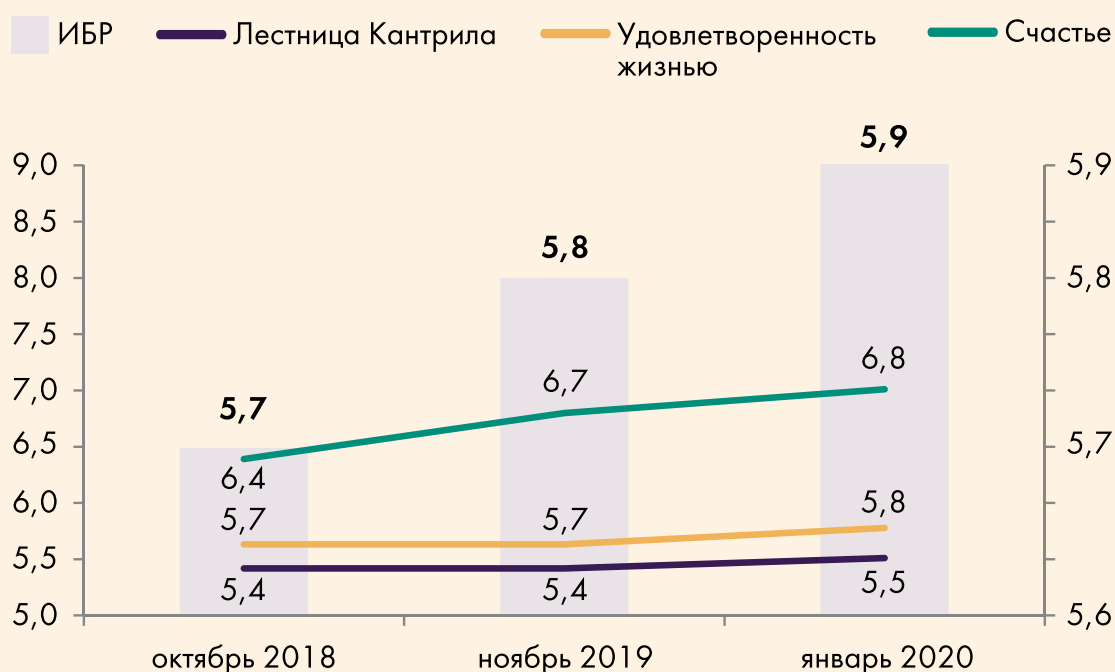
⁷ World Happiness Report. URL: <https://worldhappiness.report>.

⁸ Методика была представлена на научном совете ВЦИОМ 4 марта 2020 года. URL: <https://profi.wciom.ru/index.php?id=2250>.

Числовой характер исходных вопросов дал нам основание применить для поиска весовых коэффициентов уже не категориальный, а классический метод главных компонент. С его помощью был найден фактор, объясняющий максимум дисперсии трех исходных переменных. Затем с помощью линейного регрессионного анализа были найдены коэффициенты, связывающие этот фактор с тремя исходными переменными. Приведенные выше весовые коэффициенты отдельных переменных (0,32; 0,30 и 0,38) были получены путем нормирования b-коэффициентов этой регрессионной модели на единицу, благодаря чему ИБР тоже меняется от 0 до 10 баллов.

ФОМ трижды измерял ИБР в течение 2018–2020 годов, и за этот период сам индекс изменялся незначительно: от 5,7 балла в 2018 году до 5,9 балла в 2020 году (рис. 2).

Рис. 2. Динамика ИБР с 2018 по 2020 год, баллы⁹

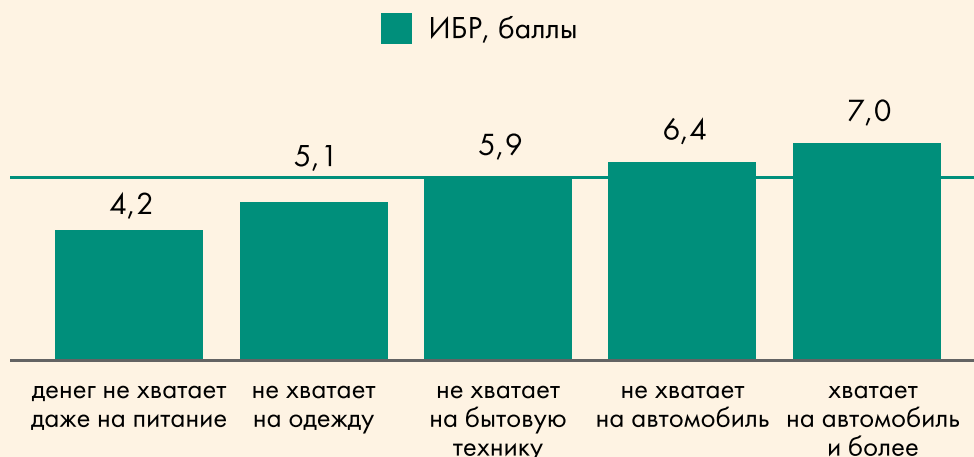


В одном из исследований мы предприняли попытку понять, какие же переменные взаимосвязаны с ощущением благополучия россиянами¹⁰. Оказалось, самый значимый фактор, теснее всего связанный с уровнем индекса благополучия россиян, — это самооценка материального положения. Чем она хуже, тем ниже индекс, отражающий ощущение благополучия, и наоборот (рис. 3).

⁹ Источник данных: ФОМнибус — опрос населения 18 лет и старше, 104 населенных пункта, 53 субъекта РФ. Метод опроса — интервью по месту жительства респондента. Статпогрешность не превышает 3,6%. 3 опроса, каждый по 1500 человек.

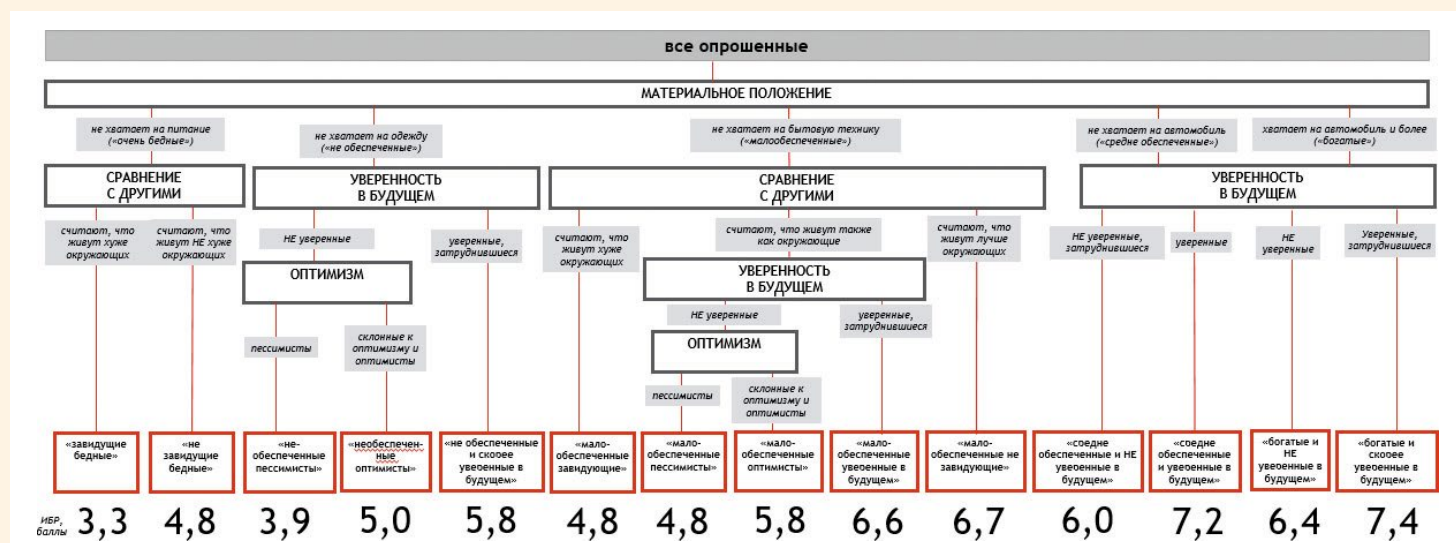
¹⁰ Для этого использовались различные методы статистического анализа, в частности метод классификационных деревьев и регрессионный анализ.

Рис. 3. Взаимосвязь материального положения с ИБР¹¹



В нынешних российских условиях именно от уровня финансового благосостояния прежде всего зависит, где именно на интегральной шкале благополучия человек себя ощущает. И только после учета этого главного фактора начинают проявлять себя другие компоненты, причем для людей с разным финансовым положением они разные. Остановимся на этом чуть подробнее (рис. 4).

Рис. 4. Переменные, дифференцирующие респондентов по уровню ИБР.



В результате анализа¹² методом классификационных деревьев¹³ первой дифференцирующей переменной стал вопрос об оценке материального положения,

¹¹ Источник данных: ФОМнибус — опрос населения 18 лет и старше, 1500 респондентов, 104 населенных пункта, 53 субъекта РФ. Метод опроса — интервью по месту жительства респондента. Статпогрешность не превышает 3,6%. 7 октября 2018 года.

¹² Тот же источник данных.

¹³ Подробнее об использовании в работе ФОМа метода классификационных деревьев см.: Галицкая Е.Г, Галицкий Е.Б., Петренко Е.С., Рапопорт С.А. Методика «ФОМография» и ресурсная дифференциация российского общества // Социологические исследования. 2012. № 10. С. 131—142. URL: https://www.isras.ru/files/File/Socis/2012_10/Galitskaya.pdf.

разделивший респондентов на группы «очень бедных» (тех, кому не хватает даже на питание), «необеспеченных» (тех, кому не хватает на одежду), «малообеспеченных» (тех, кому не хватает на бытовую технику), «среднеобеспеченных» (тех, кому не хватает на автомобиль, но остальные траты, включая технику, они могут себе позволить) и «обеспеченных» (в этой группе уже могут позволить себе покупку автомобиля). Далее в каждой из этих групп начали действовать уже другие переменные, другие вопросы анкеты:

— В группе **«очень бедных»** главным вопросом, дифференцирующим респондентов на группы с разным уровнем ИБР, оказывается вопрос о сравнении себя с другими:¹⁴ если ответ на него не в пользу респондента, то уровень благополучия этого респондента будет самым низким по выборке. А если респондент считает, что живет как минимум не хуже других, то уровень его благополучия повышается и выводит его на одну ступень с людьми, которые в материальном плане живут лучше.

— В группе **«необеспеченных»** важна уверенность в будущем, то, насколько люди считают текущую ситуацию подходящей для того, чтобы строить планы¹⁵. Если эта уверенность присутствует, то ИБР, несмотря на довольно сложное материальное положение, оказывается на среднем по всем опрошенным уровне. А если ее нет (и еще нет и оптимизма¹⁶, это следующая переменная, важная для данной группы), то люди «проваливаются» по индексу на уровень еще более бедных.

— В группе **«малообеспеченных»** «срабатывает» сравнение себя с другими — и так же, как и с совсем бедными, в случае такого сравнения в пользу респондента ощущение благополучия существенно выше. Так, представители этой группы, которые считают, что в целом живут лучше других, имеют значение ИБР более высокое, чем входящие в самую богатую группу, но при этом не уверенные в будущем! А те, кто «завидует» окружающим, спускаются на уровень самых бедных.

¹⁴ Формулировка вопроса для оценки параметра сравнения себя с другими: «Если сравнить Вашу сегодняшнюю жизнь с жизнью Вашего окружения (друзей, знакомых, коллег), то как бы Вы оценили ее? Посмотрите на карточку и дайте ответ». Варианты ответов: «1) намного лучше», «2) чуть лучше», «3) примерно такая же», «4) чуть хуже», «5) намного хуже», «6) затрудняюсь ответить».

¹⁵ Формулировка вопроса для оценки уверенности в будущем: «Одни считают, что в нашей стране сейчас благоприятная ситуация для того, чтобы строить планы, планировать будущее. Другие считают, что сейчас в нашей стране ситуация не слишком благоприятная для планирования будущего. С каким мнением — с первым или со вторым — Вы согласны?». Варианты ответов: «скорее с первым (благоприятная ситуация для планирования будущего)», «скорее со вторым (не благоприятная ситуация для планирования будущего)», «затрудняюсь ответить».

¹⁶ Формулировка вопроса для оценки оптимизма респондента: «Одни люди в жизни больше обращают внимание на хорошее, находят поводы для радости, получают удовольствие от жизни. Другие люди больше обращают внимание на трудности и неприятности, чаще видят поводы для тревог и огорчений. А Вы на что больше обращаете внимание в жизни — на поводы для радости или на трудности?». Варианты ответов: «1) безусловно на поводы для радости», «2) скорее на поводы для радости», «3) скорее на трудности», «4) безусловно на трудности», «5) затрудняюсь ответить».

В группе «малообеспеченных» после переменной сравнения себя с другими также «включаются» переменные уверенности в будущем и оптимизма, которые, как и в предыдущих группах, в случае «работы на человека» повышают его ИБР, а в случае «работы против» — снижают.

— В группах **«среднеобеспеченных»** и **«обеспеченных»** главной оказывается уверенность в будущем. Самые высокие (и почти одинаковые) баллы ИБР у тех, кто готов планировать жизнь в текущей ситуации: как среди тех, кому материальное положение позволяет покупку только бытовой техники, так и среди тех, кто может позволить себе большее. А вот если нет веры в то, что сейчас можно строить планы, ИБР опускается на уровни даже ниже, чем у некоторых представителей малообеспеченных, которым хватает средств только на еду.

Таким образом, с одной стороны, материальное положение оказывается решающим предиктором субъективного ощущения благополучия россиян, с другой, его эффект «корректируется» иными социально-психологическими характеристиками человека (сравнением себя с другими, уверенностью в будущем, оптимизмом), при этом они по-разному komponуются в зависимости от финансового положения человека. То есть счастье россиянина сегодня в большой степени определяется деньгами, но не только ими. Власть денег не абсолютна, важны еще и личные особенности. (Например, при прочих равных менее счастливы «завистники».)

Безусловно, помимо выделенных переменных, с ощущением благополучия связаны и другие социально-демографические характеристики, что подтверждается в том числе выводами международных исследований. Так, более молодые счастливее старшего поколения¹⁷, женщины немного счастливее мужчин¹⁸.

Однако вернемся к деньгам. Конечно, на вопрос о том, что на что влияет — финансовое положение на счастье или наоборот, — наше текущее исследование ответов не дает; мы только фиксируем наличие связи между переменными и показываем некоторую разницу в группах, выделенных с учетом разных переменных (социально-демографических и личностных характеристик). Тем не менее инте-

¹⁷ См. например, работу: Luhmann M., Hofmann W., Eid M., Lucas R. (2012) Subjective Well-Being and Adaptation to Life Events: A Meta-Analysis on Differences Between Cognitive and Affective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 102. No. 3. P. 592—615. Однако отметим, что среди исследователей благополучия нет консенсуса относительно связи возраста и уровня счастья: одни приводят доказательства более высокого уровня ощущения благополучия в старшем возрасте (Carstensen L. L., Isaacowitz D. M., Charles S. T. (1999) Taking Time Seriously: A Theory of Socio-Emotional Selectivity. *American Psychologist*. Vol. 54. No. 3. P. 165—181), другие говорят, что счастливее всего люди среднего возраста (Di Tella R., MacCulloch R. J., A. J. Oswald (2003) The Macroeconomics of Happiness. *Review of Economics and Statistics*. Vol. 85. P. 809—827). Для российских реалий характерна ситуация, когда наиболее счастливыми оказываются молодые, и здесь, кстати, до определенной степени проявляется эффект денег: более молодые группы населения в настоящее время и более обеспеченные.

¹⁸ Gerrans P., Speelman C., Campitelli G. (2014) The Relationship between Personal Financial Wellness and Financial Wellbeing: A Structural Equation Modelling Approach. *Journal of Family and Economic Issues*. Vol. 35. No. 2. P. 145—160.

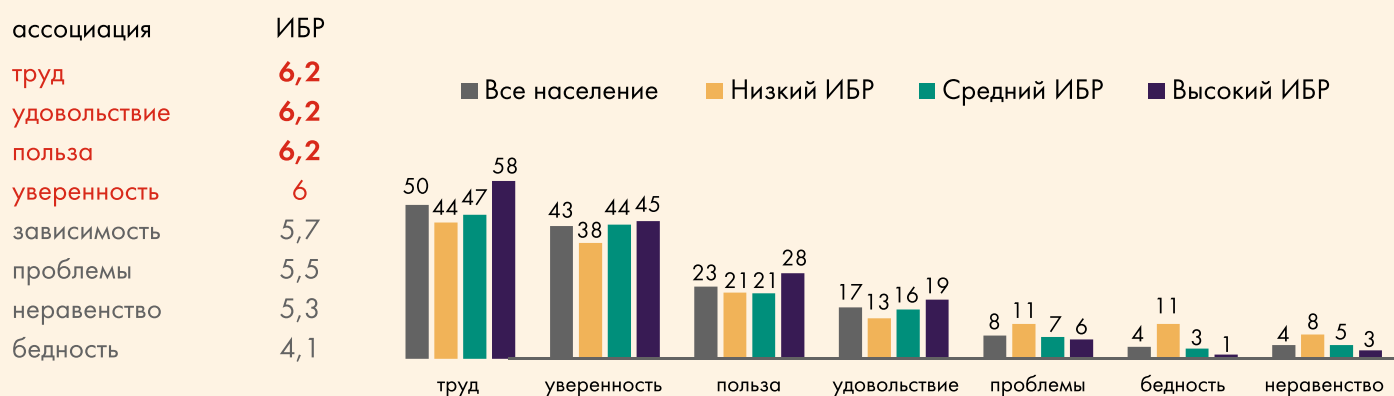
ресно посмотреть еще глубже на связь темы денег и благополучия. Мы задали респондентам ряд вопросов об их отношениях с деньгами и соотнесли ответы с их ИБР, в результате пришли к нескольким интересным наблюдениям.

Среди тех, кто дает нейтральные или позитивные ассоциации с деньгами («труд», «удовольствие», «польза» и т. п.)¹⁹, уровень индекса благополучия заметно выше средних значений и тем более значений среди тех, для кого деньги представляются источником проблем. Возможно, отношение к деньгам, которое выражается через эти ассоциации, — это следствие уровня материального положения респондента: богатому легче ассоциировать деньги с удовольствием, нежели бедному. Но, возможно, здесь есть и обратная зависимость — позитивное отношение к деньгам усиливает ощущение благополучия²⁰ (рис. 5).

Рис. 5. Ассоциации с деньгами и ИБР

ИБР и ассоциации с деньгами

Ассоциации с другими группами



Другое интересное наблюдение: люди с высоким уровнем благополучия чаще склонны брать ответственность за свое финансовое положение на себя, а с низким — перекладывать на внешние обстоятельства²¹ (рис. 6). Здесь также может

¹⁹ Формулировка вопроса: «Люди по-разному относятся к деньгам. С чем из перечисленного на карточке лично для Вас в первую очередь ассоциируются деньги? Выберите, пожалуйста, не более трех вариантов». Полностью ответы приведены в материале ФОМ «Люди и деньги». URL: <https://fom.ru/Ekonomika/14333>. Источник данных: опрос ФОМнибус — опрос населения 18 лет и старше, 1500 респондентов, 104 населенных пункта, 53 субъекта РФ. Метод опроса — интервью по месту жительства респондента. Статпогрешность не превышает 3,6%. 12 января 2020 года.

²⁰ В анализе по данному и следующему вопросу, помимо собственно ИБР, мы также рассматриваем три группы, выделенные на его основе с помощью кластерного анализа. В группу «низкий ИБР» вошли респонденты со значением ИБР в диапазоне 0—4,1 балла (15% от выборки), в группу «средний ИБР» — респонденты со значением ИБР в диапазоне 4,1—6,8 балла (62% от выборки), в группу «высокий ИБР» — респонденты со значением ИБР 6,8—10 баллов (33% от выборки).

²¹ Там же. Формулировка вопроса на финансовый локус контроля: «Как Вы полагаете, от чего в большей мере зависит Ваше материальное положение: лично от Вас (от Ваших усилий, характера, трудолюбия, расчетливости) или от не зависящих от Вас обстоятельств (от ситуации в стране, в вашем городе (поселке, селе), от начальства, случайностей, удачи и прочего)?». Варианты ответов: «1) от меня самого (самой)», «2) от не зависящих от меня обстоятельств», «3) затрудняюсь ответить».

сработать эффект дохода (мы уже отмечали, что более высокий ИБР характерен для более обеспеченных). Однако выше мы показывали взаимосвязь социально-психологических факторов и ощущения благополучия. Возможно, принятие на себя ответственности за свое материальное благосостояние могло бы повысить уровень субъективного благополучия.

Рис. 6. Локус финансового контроля и ИБР

От чего зависит материальное положение



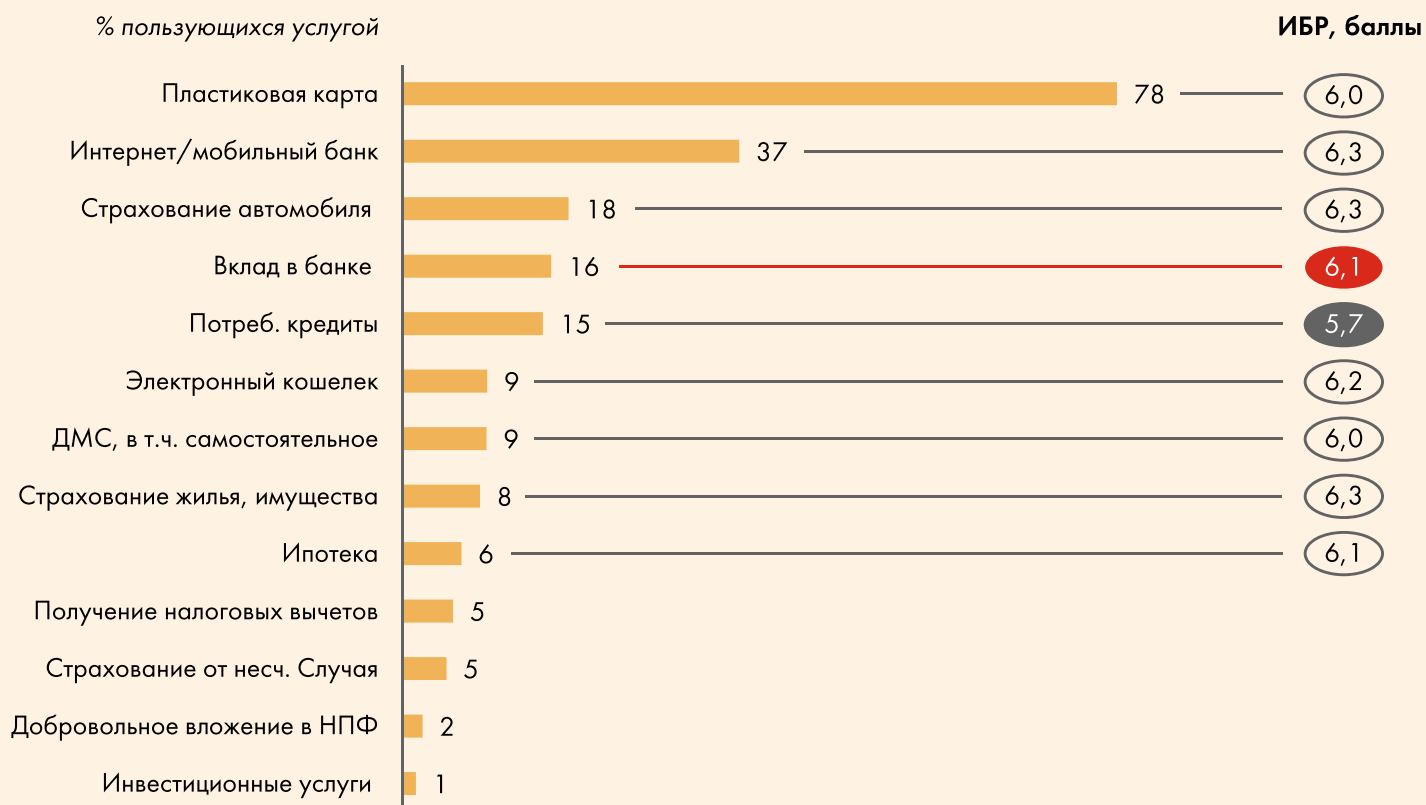
И еще одно наблюдение. Значение индекса благополучия взаимосвязано с использованием определенными финансовыми услугами²². Те, у кого есть депозит в банке, показывают более высокий, чем в среднем, уровень ИБР, а вот заемщики (кроме ипотечных) — наоборот, более низкий. Неблагоприятное воздействие на финансовое и личное благополучие было показано и в ряде зарубежных исследований, продемонстрировавших более низкий уровень благополучия среди должников, причем ощущение благополучия было также связано с величиной долга и тем, кто является кредитором²³. В нашем исследовании корреляционный анализ осуществлялся при исключении влияния возраста и уровня дохода. Это

²² Там же. Формулировка вопроса: «Скажите, пожалуйста, какими из финансовых услуг лично Вы пользовались за последний год?». Перечень услуг приведен в упоминавшемся выше материале ФОМ «Люди и деньги».

²³ См., например: Tay L., Batz C., Parrigon S., Kuykendall L. (2017) Debt and Subjective Well-Being: The Other Side of the Income-Happiness Coin. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 18. No. 3. P. 903–937; Drentea P., Lavrakas P.J. (2000) Over the Limit: The Association among Health, Race and Debt. *Social Science & Medicine*. Vol. 50. No. 4. P. 517–529; Weisman R. (2002) Personal Financial Stress, Depression and Workplace Performance. In: *Financial Stress and Workplace Performance: Developing Employer-Credit Union Partnerships*. The Center For Credit Union Innovation. P. 51–66.

означает, что люди в одном и том же возрасте и с одинаковым личным доходом, прибегающие к отмеченным финансовым практикам, более/менее благополучны, чем те, кто ими не пользуется.

Рис. 7. Пользование финансовыми услугами и ИБР



Таким образом, рациональное и позитивное отношение к деньгам, сберегательные практики связаны с более высоким уровнем субъективного благополучия. При этом социально-психологические факторы (такие как уверенность в будущем, сравнение себя с другими или оптимизм) могут компенсировать (или, наоборот, еще больше ухудшить, если у человека проблемы в данных сферах) недостаток денег как предиктора более высокого уровня благополучия. Похоже, сегодня в России более счастливы «кузнецы своего счастья».



**ЖЕГУСОВ
ЮРИЙ ИННОКЕНТЬЕВИЧ**

кандидат социологических наук,
доцент кафедры социокультурных инноваций и технологий
Чурапчинского государственного института физкультуры и спорта, Якутск

ТРЕЗВОСТЬ — МЕРА СЧАСТЬЯ?

Потребление алкоголя — одна из главных причин многих социальных проблем, неблагополучия и бедствий во многих странах мира. Глобальные исследования свидетельствуют, что потребление алкоголя является ведущим фактором бремени болезней во всем мире, на долю которого приходится почти 10% смертей среди населения в возрасте от 15 до 49 лет, что создает серьезные последствия для здоровья будущего населения¹. Табак и алкоголь, будучи легальными наркотиками, оказались самыми опасными веществами для здоровья населения Земли, так как уносят больше жизней, чем запрещенные наркотики². Британские ученые на основе проведенной по 16 критериям оценки вреда наркотиков пришли к выводу, что алкоголь — это наркотик, приносящий больший по объему вред, чем героин, крэк и табак. Также ими выявлено, что физический, психологический и социальный вред алкоголя в совокупности огромен как для потребителя, так и для окружающих³. Понимание деструктивных последствий от потребления алкоголя привело к тому, что ученые все чаще стали приходить к мнению о необходимости официального признания алкоголя наркотиком, чтобы максимально ужесточить его оборот с целью минимизации вреда обществу⁴.

Алкоголизация приводит к ухудшению здоровья и повышенной смертности населения. Ученые выявили устойчивую связь между потреблением алкоголя

¹ GBD 2016 Alcohol Collaborators (2018) Alcohol Use and Burden for 195 Countries and Territories, 1990–2016: a Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet*. Vol. 392. P. 1015–1035. [https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31310-2](https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31310-2).

² Peacock A., Leung J., Larney S. et al. (2018) Global Statistics on Alcohol, Tobacco and Illicit Drug Use: 2017 Status Report. *Addiction*. Vol. 113. P. 1905–1926. <https://www.doi.org/10.1111/add.14234>.

³ Nutt D. J., King L. A., Philips L. D. (2010) Independent Scientific Committee on Drug. Drug Harms in the UK: a Multicriteria Decision Analysis. *Lancet*. Vol. 376. P. 1558–1565. [https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736\(10\)61462-6](https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736(10)61462-6).

⁴ Kyri K., McCambridge J. (2018) Alcohol Must Be Recognized as a Drug. To Strengthen Policy Responses to Harms Caused by Addiction Industries. *BMJ*. Vol. 362. k3944. <https://www.doi.org/10.1136/bmj.k3944>.

и смертностью населения от сердечно-сосудистых⁵ и онкологических заболеваний⁶, а также смертностью от заболеваний органов пищеварения⁷. Потребление алкоголя повышает уровень смертности и от внешних причин: самоубийств⁸, убийств⁹, травм, отравлений¹⁰.

По данным Минздрава, 70% умерших мужчин трудоспособного возраста погибли от различных последствий потребления алкоголя (болезни, травмы, отравления)¹¹. Продолжительность здоровой жизни населения в России составляет 63,7 года и находится по этому показателю на последнем месте среди всех государств Европы. Алкоголь — первая причина семейного насилия, разводов и социального сиротства.

Главный внештатный психиатр-нарколог Минздрава России Евгений Брюн заявил, что этиловый спирт, входящий в состав всех алкогольных напитков, является токсическим веществом, которое по определению не может быть безвредным¹². Зарубежные исследователи также пришли к выводу, что безопасная доза алкоголя равняется нулю¹³.

Очевидно, что последствия потребления алкоголя в значительной степени влияют на социальное благополучие и самочувствие населения. На уровне общества алкоголизация — источник множества социальных проблем, на индивидуальном уровне — причина семейного неблагополучия и личного несчастья.

Трезвость, то есть полный отказ от потребления алкоголя, позволяет улучшить качество жизни, избежать негативных последствий алкоголизации как отдельного

⁵ Разводовский Ю. Е. Алкоголь и сердечно-сосудистая смертность в Беларуси // Журнал ГрГМУ. 2006. № 4. С. 37–42; Mantehey J., Probst Ch., Rylett M., Rehm J. (2018) National, Regional and Global Mortality Due to Alcoholic Cardiomyopathy in 2015. *Heart*. Vol. 104. P. 1663–1669. <https://www.doi.org/10.1136/heartjnl-2017-312384>.

⁶ Rehm J., Soerjomataram I., Ferreira-Borges C., Shield K. D. (2019) Does Alcohol Use Affect Cancer Risk? *Current Nutrition Reports*. Vol. 8. P. 222–229. <https://www.doi.org/10.1007/s13668-019-0267-0>.

⁷ Шельгин В. К. Смертность от заболеваний пищеварительной системы и отравлений алкоголем на европейском Севере России // Сибирский медицинский журнал. 2012. № 5. С. 93–96.

⁸ Немцов А. В., Шельгин К. В. Самоубийства и потребление алкоголя, 1956–2013 гг. // Суицидология. 2016. Т. 7. № 3. С. 3–12.

⁹ Разводовский Ю. Е. Взаимосвязь между потреблением алкоголя и убийствами // Социальная и клиническая психиатрия. 2006. № 1. С. 5–9; Kuhns J. B., Exum M. L., Clodfelter T. A., Bottia M. C. (2014) The Prevalence of Alcohol-Involved Homicide Offending. *Homicide Studies*. Vol. 18. No. 3. P. 251–270. <https://www.doi.org/10.1177/1088767913493629>.

¹⁰ Сахаров А. В., Говорин Н. В. Насильственная смертность и алкоголизация населения в Забайкальском крае // Дальневосточный медицинский журнал. 2011. № 2. С. 97–99; Разводовский Ю. Е., Зотов П. Б. Алкогольные отравления и эпидемиологические параметры алкоголизма в России // Российский медико-биологический вестник имени И. П. Павлова. 2016. № 2. С. 64–72.

¹¹ Скворцова: 70% смертей мужчин трудоспособного возраста связаны с употреблением алкоголя // Новая газета. 07.02.2019. URL: <https://novayagazeta.ru/news/2019/02/07/149035-skvortsova-70-smertey-muzhchin-trudosposobnogo-vozrasty-svyazany-s-upotrebleniem-alkogolya>.

¹² В Минздраве заявили, что безопасной дозы алкоголя не существует // Российская газета. 18.12.2020. URL: <https://rg.ru/2020/12/18/v-minzdrave-zaiavili-cto-bezopasnoj-dozy-alkogolia-ne-sushchestvuet.html>.

¹³ GBD 2016 Alcohol Collaborators. (2018) Alcohol Use and Burden for 195 Countries and Territories, 1990–2016: A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet*. Vol. 392. P. 1015–1035. [https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31310-2](https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31310-2).

человека, так и социальных групп. Но, к сожалению, есть распространенное мнение, что вытеснение алкоголя из жизни народа и всеобщее отрезвление представляет собой невыполнимую задачу. Десятки лет целенаправленного вовлечения широких масс населения в бытовое пьянство, которое охватило несколько поколений советских и российских граждан, дали свои уродливые плоды. Несмотря на некоторые позитивные сдвиги в отношении потребления алкоголя, до сих пор трезвость в России воспринимается больше как девиация, чем норма. Массовая алкоголизация породила особую алкогольную субкультуру — комплекс норм, ценностей, обычаев и практик, оправдывающих и обосновывающих безвредность и пользу потребления алкоголя, а также осуждающих любые проявления отказа и воздержания от спиртного, то есть трезвости. Непьющие люди часто подвергаются остракизму: «трезвенники-язвенники», «сектанты», «алкаш в завязке», «белые вороны».

Понятие «трезвость», обозначающее естественное, здоровое, нормальное состояние человека, сегодня опошлено, осмеяно и уведено от своей сути. Деформированное восприятие исходит из отсутствия четкого единого определения понятия «трезвость». В толковых словарях чаще всего трезвость связывается с воздержанием, абстиненцией. Даже ВОЗ дает определение трезвости как «непрерывное воздержание от приема алкоголя и других психоактивных веществ». Часто в научных публикациях можно встретить обозначение трезвенников как абстинентов. То есть трезвость воспринимается большинством, в том числе и научным сообществом, как волевой отказ, подавление желания и влечения к потреблению алкоголя.

На основе проведенных исследований¹⁴ нами предлагаются определения четырех видов трезвости.

Естественная (детская) трезвость — трезвость детей, еще не пробовавших алкоголь, у которых не сформирована потребность в регулярном приеме алкоголя. Естественная трезвость детей обычно теряется в подростковом возрасте, по мере влияния алкоголизированного окружения.

Вынужденная трезвость — отказ от алкоголя вследствие негативных последствий его потребления: лечения от алкоголизма, обострения хронических болезней, агрессивного поведения абстинента. Вынужденные трезвенники волевым усилием подавляют в себе потребность в алкоголе. Здесь очень высока вероятность «срыва», часто отсутствуют трезвеннические знания и убеждения.

¹⁴ Зотова В. А. Пространство интерпретаций трезвости в социальных науках // Вестник РГГУ. Серия «Философия. Социология. Искусствоведение». 2019. № 2. С. 84—90. <https://www.doi.org/10.28995/2073-6401-2019-2-84-90>.

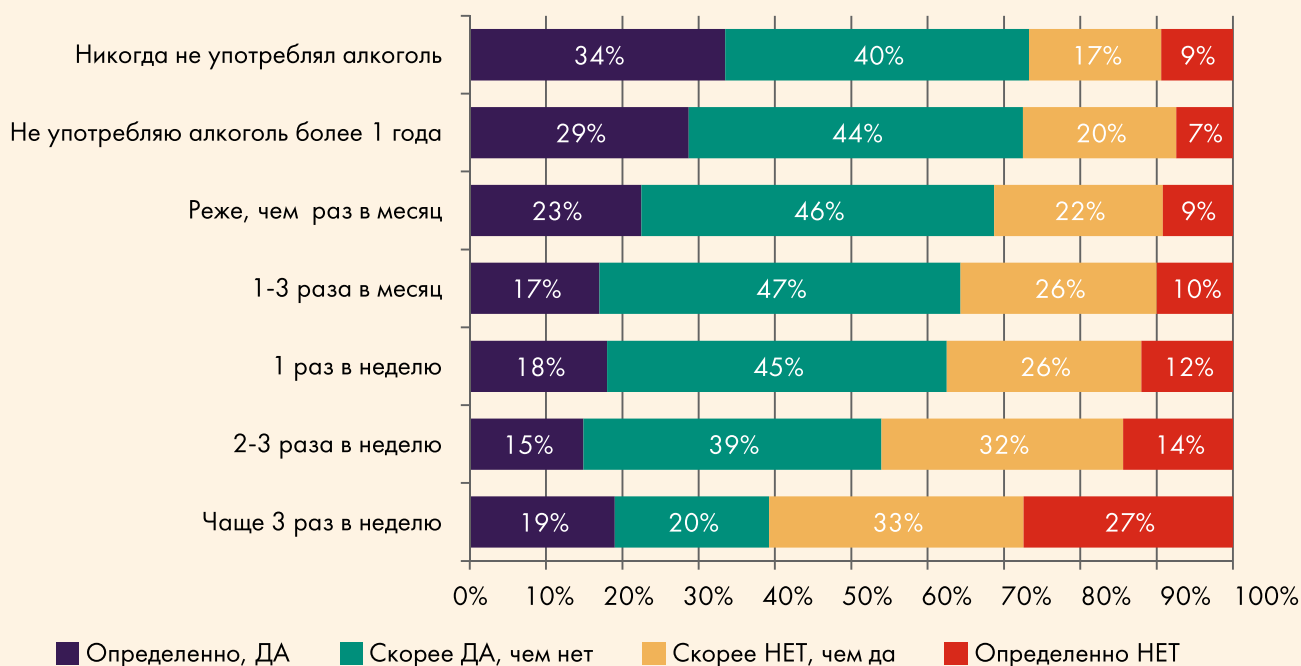
Религиозная трезвость — отказ от потребления алкоголя через принятие религиозных запретов, закрепленных в священных писаниях (Библии, Коране и т. д.). Здесь трезвость зависит от силы веры: чем она сильнее, тем устойчивее трезвость.

Осознанная трезвость — добровольный отказ от потребления психоактивных веществ на основе научных знаний о вреде потребления алкоголя и других наркотиков, ответственного отношения к своему здоровью, благополучию семьи и окружающих.

Трезвость как фактор счастья

Существует бытовательское представление о том, что пьющий человек счастливее трезвого, так как потребление спиртных напитков доставляет удовольствие, расслабляет, позволяет достигать взаимопонимания в общении. Но следует отделять осознанную счастливую жизнь без стимуляторов от наркотической эйфории, достигаемой через потребление алкоголя. Эйфоризирующее действие алкоголя кратковременно и обманчиво, а частое потребление приводит к зависимости и стрессу. Наше исследование, проведенное в Республике Саха, выявило, что не потребляющие алкоголь люди чувствуют себя счастливее. И, наоборот, чем чаще потребление алкоголя, тем выше доля респондентов, не чувствующих себя счастливыми (рис. 1).

Рис. 1. Ответы на вопрос: «Чувствуете ли Вы себя счастливым?» среди потребителей и непотребителей алкоголя



Приведенные данные позволяют предположить, что, снизив потребление алкоголя, можно существенно улучшить социальное самочувствие населения и умножить количество счастливых людей.

Подтверждением этой гипотезы может служить кейс продвижения и внедрения трезвости в Республике Саха, где с 2010 по 2018 год активно проводилась региональная антиалкогольная политика. Согласно законодательству РФ, органы государственной власти субъектов Российской Федерации вправе устанавливать дополнительные ограничения по времени, условиям и местам розничной продажи алкогольной продукции. В 2013 году в Республике Саха был принят Закон «Об установлении дополнительных ограничений времени, условий и мест розничной продажи алкогольной продукции в Республике Саха (Якутия)». Согласно этому закону запрещается розничная продажа алкогольной продукции с 20 часов до 14 часов по местному времени, розничная продажа алкогольной продукции разрешена только в специализированных стационарных торговых объектах — алкомаркетах. Также не допускается розничная продажа алкогольной продукции в торговых объектах, расположенных в нежилых помещениях многоквартирных домов.

Помимо запретительных мер в республике была развернута информационно-пропагандистская работа, поддержаны инициативы общественных организаций по продвижению трезвого здорового образа жизни.

В результате изменений, внесенных в законодательство с 2013 по 2018 год, количество торговых объектов, реализующих алкогольную продукцию, сократилось с 1538 до 799; объем реализации спиртных напитков в пересчете на абсолютный алкоголь на душу населения снизился с 8,7 литра в 2012 году до 5,5 литра в 2019 году.

Снижение потребления алкоголя положительно повлияло на показатели заболеваемости и смертности населения (табл. 1). С 2010 по 2018 год заболеваемость алкоголизмом и алкогольными психозами сократилась на 53%. Смертность от сердечно-сосудистых заболеваний и внешних причин также снизилась соответственно на 25% и 37%.

В Республике Саха (Якутия) с 2015 года действует законодательство, дающее право устанавливать полный запрет розничной продажи алкоголя на территориях отдельных населенных пунктов на основании законодательных инициатив представительных органов местного самоуправления. В настоящее время законодательный запрет продажи алкоголя принят в 188 из 440 сел Якутии¹⁵. Кроме этого в некоторых селах, где не приняты такие законы, существует неформальный запрет на продажу алкоголя, то есть негласно жителями сел принято решение не открывать на своей территории точку розничной продажи алкоголя.

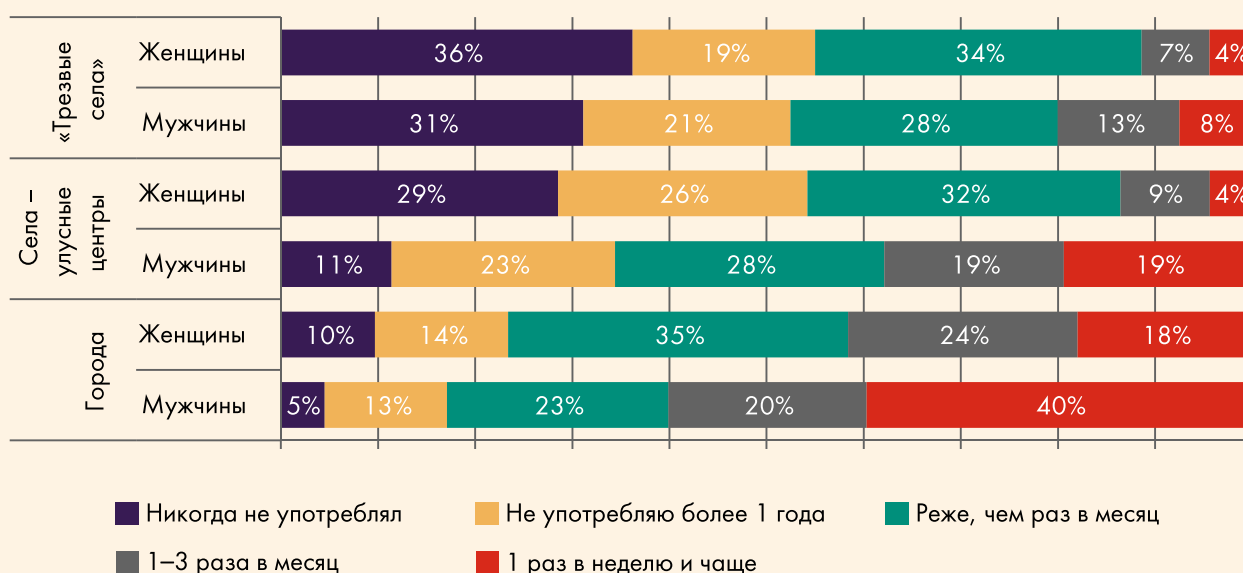
¹⁵ Якутия. Трезвые сёла — правда и мифы. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=H2YfmvMd1p8&t=157s>.

Таблица 1. Динамика некоторых показателей заболеваемости и смертности на 100 тыс. человек населения в период реализации антиалкогольной политики в Республике Саха (Якутия)

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	Динамика -/+ (%)
Заболеваемость алкоголизмом и алкогольными психозами	290,4	239,1	235,8	177,2	177,2	163,6	180,6	138,9	135,3	-53
Смертность от сердечно-сосудистых заболеваний	469,5	440,9	443,1	403,7	406,3	386,7	368,7	364,2	353,9	-25
Смертность от внешних причин	195,2	181,8	171,3	160,3	155,0	145,3	135,6	132,5	122,1	-37

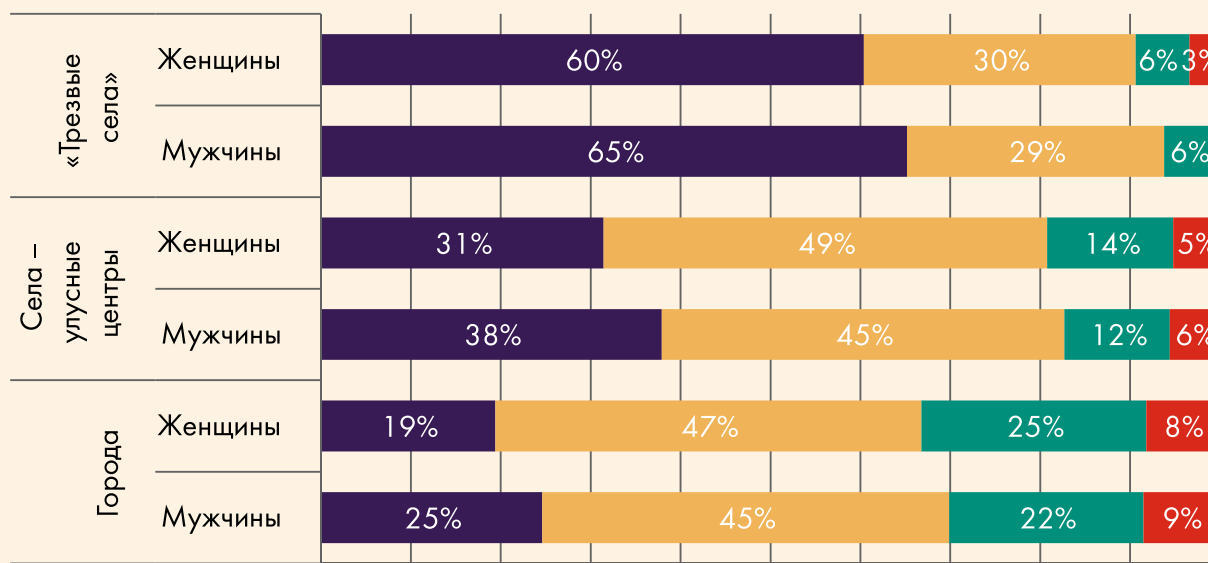
Проведенные в республике исследования¹⁶ подтверждают, что в «трезвых селах» уровень потребления алкоголя гораздо ниже, чем в улусных центрах и городах Якутии, где функционируют алкомаркеты (рис. 2). Также исследования выявили, что в «трезвых селах» существенно больше людей, считающих себя счастливыми (рис. 3).

Рис. 2. Частота потребления алкоголя среди жителей городов, улусных центров и «трезвых сел» Якутии



¹⁶ Всего было проведено два социологических исследования в Республике Саха методом анкетного опроса в 2017 году: «Алкоголь и качество жизни в Якутии» (N=4709), «Качество жизни в трезвых селах Якутии» (N=402).

Рис. 3. Ответы на вопрос: «Чувствуете ли Вы себя счастливым?» в городах, улусных центрах и «трезвых селах» Якутии



■ Определенно ДА ■ Скорее ДА, чем нет ■ Скорее НЕТ, чем да ■ Определенно НЕТ

Следует признать, что движение «трезвых сел» только набирает силу и степень достигнутого успеха во внедрении норм трезвого здорового образа жизни в разных селах различна. На основании анализа и наблюдений мы сделали следующую классификацию трезвых сел:

- ⇒ «успешные» (5–10%) – села, где были достигнуты заметные успехи в улучшении качества жизни людей;
- ⇒ «борющиеся» (10–20%) – села, перенимающие опыт «успешных» сел и достигшие первых положительных результатов;
- ⇒ «новички» (70–80%) – села, которые только установили законодательный запрет, но пока заметных результатов не добились.

Исследовательская группа «ЦИРКОН» (г. Москва) на основании материалов социологических экспедиций пришла к выводу, что для достижения и закрепления серьезных положительных результатов требуется от 13 до 20 лет комплексной работы на местах. Таким образом, принимая во внимание, что законы о полном запрете розничной продажи алкоголя действуют в селах не более четырех-пяти лет, говорить о достижении каких-то больших успехов во всех селах пока еще рано¹⁷.

Тем не менее опыт успешных «трезвых сел», поддержанный законодателями Ил Тумэн, получает высокую оценку федеральных экспертов. По словам руково-

¹⁷ Территории трезвости: опыт принятия и обеспечения коллективных решений по ограничению производства, распространения и потребления алкогольных напитков в сельских поселениях и поселках». Аналитический отчет по результатам исследования. URL: <http://www.zircon.ru/upload/iblock/5ca/territorii-trezvosti.pdf>

дителя «ЦИРКОН» И. Задорина, «Якутия — единственный субъект Российской Федерации, где региональные власти официально передали органам местного самоуправления полномочия выступать с такими инициативами... на сегодняшний день это самая успешная модель — когда низовое решение поддерживается государством хотя бы на региональном уровне»¹⁸.

По результатам научных исследований в «успешных» трезвых селах выявлены следующие положительные результаты:

- локализация потребления алкоголя, регулярное потребление спиртного сохраняется только среди лиц, зависимых от алкоголя;
- выведение потребления алкоголя за пределы социальной нормы, пребывание в нетрезвом виде становится постыдным явлением, заслуживающим общественного порицания;
- повышение уровня чувства безопасности у населения за счет исчезновения (или уменьшения количества) лиц, находящихся в общественных местах в состоянии опьянения;
- снижение доли молодежи, потребляющей алкоголь;
- переориентация потребительского поведения с покупки алкоголя в пользу приобретения продуктов питания и промышленных товаров;
- повышение социальной активности граждан, активизация деятельности общественных организаций и объединений, участие жителей в общественных мероприятиях;
- вовлечение населения в занятия физкультурой и спортом, рост результативности в спортивных состязаниях;
- внедрение новых традиций проведения безалкогольных свадеб, юбилеев, других торжеств и праздников;
- улучшение социально-психологической атмосферы в семьях и в селе в целом, рост «индекса счастья» его жителей;
- активизация предпринимательской деятельности, увеличение числа самозанятых людей, рост доходов населения.

Советский лозунг «Трезвость — норма жизни» значительной частью жителей Республики Саха воспринимается сегодня вполне серьезно. При проведении социологического исследования жителям республики был задан вопрос: «Что для

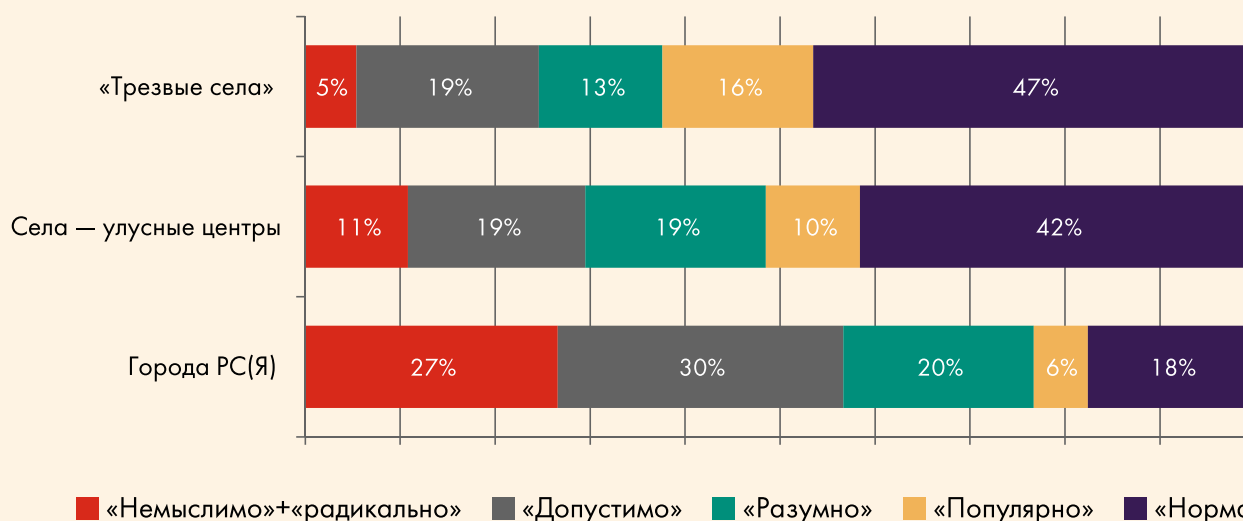
¹⁸ Территории трезвости в России: они существуют // Синодальный отдел по церковной благотворительности и социальному служению Московского Патриархата. 08.09.2017. URL: <http://www.diaconia.ru/territorii-trezvosti-v-rossii-oni-sushhestvuyut>.

Вас означает полный отказ от употребления алкоголя?». Респонденты выбрали один ответ из перечисленных:

- 1) «немыслимо», невозможно отказаться от алкоголя [неосуществимо];
- 2) «радикально», нельзя отказаться от алкоголя [не следует];
- 3) «допустимо», можно отказаться от алкоголя;
- 4) «разумно», предпочтительно отказаться от алкоголя;
- 5) «популярно», сейчас многие отказываются от алкоголя;
- 6) «норма», всем нужно отказаться от алкоголя, необходимо ввести запрет на продажу алкоголя по всему улусу/республике.

Как видно из рисунка 4, трезвость как норма больше воспринимается в трезвых селах и улусных (районных) центрах. Лучшей оценке трезвости в районных центрах способствует положительный пример трезвых сел, которые находятся недалеко. Четверть городских жителей воспринимают отказ от алкоголя через характеристики «немыслимо» и «радикально».

Рис. 4. Восприятие трезвости — полного отказа от алкоголя по шкале Овертона среди жителей городов, районных центров и «трезвых сел» Якутии

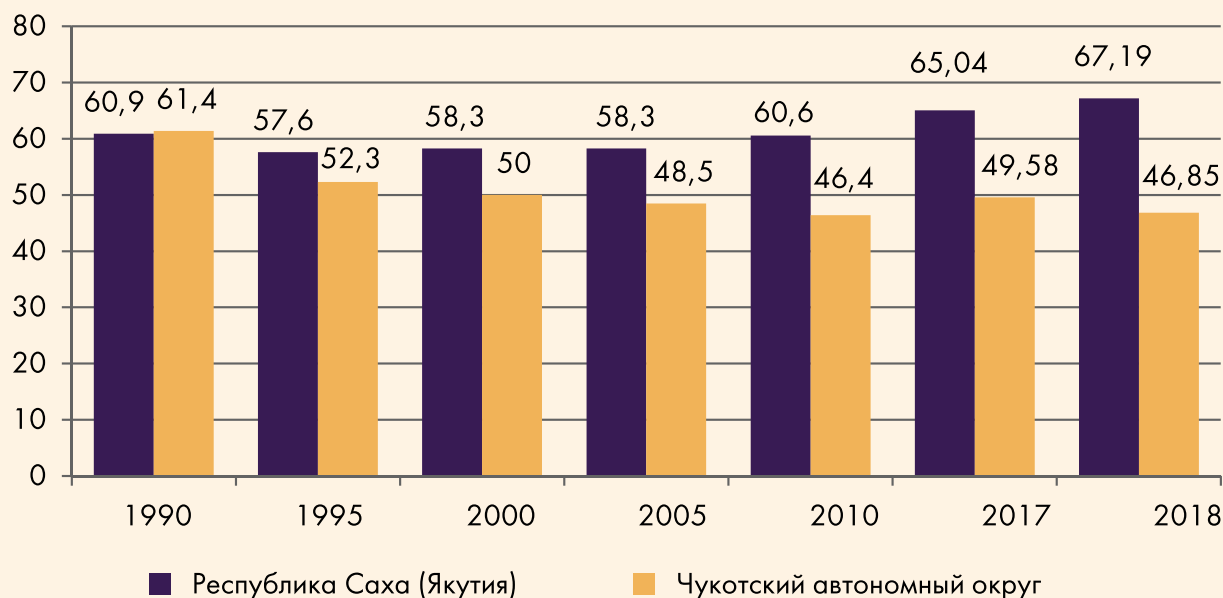


Другим свидетельством успешности проводимой политики трезвости служат статистические данные ожидаемой продолжительности жизни сельского мужского населения в Республике Саха, которая подтверждается при сравнении с аналогичными показателями других регионов, где не проводится антиалкогольная политика и высокий уровень потребления алкоголя¹⁹. К примеру, ОПЖ сельских

¹⁹ Рейтинг трезвости регионов — 2018. URL: <http://www.trezyros.ru/calendar/702>.

мужчин Чукотки, где не предпринималось никаких усилий в противодействии массовой алкоголизации, в 2018 году была на 20 лет ниже, чем аналогичные показатели в Якутии. Проведенные исследования в России и за рубежом подтверждают, что увеличение объема потребления алкоголя оказывает отрицательное воздействие на ожидаемую продолжительность жизни, особенно мужчин²⁰.

Рис. 5. Ожидаемая продолжительность жизни сельского мужского населения в Республике Саха и Чукотском АО, лет²¹



Вместо заключения

Начиная с принятия «Концепции государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года», в РФ проводится так называемая тихая антиалкогольная кампания. По признанию авторитетного медицинского научного журнала *Lancet*, Россия достигла заметных успехов в реализации политики снижения потребления алкоголя. В результате этой политики в период с 2003 по 2017 год количество зарегистрированных больных алкоголизмом снизилось на 38%, алкогольных психозов — на 64%. Уменьшение числа смертей от сердечно-сосудистых заболеваний среди мужчин на 52% и женщин 48%

²⁰ Коссова Т. В., Коссова К. В. Влияние потребления алкоголя на смертность и ожидаемую продолжительность жизни в регионах России // Экономическая политика. 2017. Т. 12. № 1. С. 58–83; Westman J., Wahlbeck K., Laursen T. M., Gissler M., Nordentoft M., Hällgren J., Arffman M., Ösby U. (2015) Mortality and Life Expectancy of People with Alcohol Use Disorder in Denmark, Finland and Sweden. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. Vol. 131. No. 4. P. 297–306. <https://www.doi.org/10.1111/acps.12330>.

²¹ Ожидаемая продолжительность жизни при рождении // Единая межведомственная информационно-статистическая система (ЕМИСС). URL: <https://fedstat.ru/indicator/31293>.

за тот же период является следствием снижения потребления алкоголя в стране²². Но вместе с тем следует признать, что поставленные целевые индикаторы Концепции, такие как ликвидация нелегального алкогольного рынка и снижение уровня потребления алкогольной продукции на душу населения на 55 % к 2020 году, не были достигнуты.

Законодательство, регулирующее оборот алкоголя, в последние годы развивается противоречиво. С одной стороны, в федеральном законодательстве наблюдается ужесточение: был введен ряд поправок, предусматривающих уголовную ответственность за повторное вождение в пьяном виде (2015 год) и за некоторые статьи незаконного оборота алкогольной продукции (2016—2017 годы). Но вместе с тем в 2017 году законодатели дали преференции участникам алкогольного рынка, отобрав право регионов самим ограничивать продажу алкоголя в организациях общественного питания, тем самым фактически поставив «трезвые села» вне закона.

На уровне Республики Саха (Якутия) в 2018 году после досрочной отставки главы региона Егора Борисова антиалкогольная политика была фактически свернута и взят курс на поддержку алкобизнеса. Было ликвидировано Управление госалкогольконтроля республики, которое контролировало исполнение антиалкогольного законодательства и совместно с общественными организациями продвигало трезвый здоровый образ жизни среди населения. Постепенно были закрыты рубрики, радиотелепрограммы в государственных СМИ, посвященные антиалкогольной, трезвеннической тематике. Также депутаты парламента Ил Тумэн и чиновники, лоббирующие интересы алкобизнеса, предприняли несколько попыток внести поправки, «смягчающие» региональные ограничения оборота алкоголя. Благодаря твердой позиции большинства депутатов Ил Тумэн и общественности алколоббистские поправки подверглись жесткой критике и пока не приняты²³.

В результате свертывания антиалкогольной политики с 2018 по 2021 год количество торговых объектов, реализующих алкогольную продукцию, увеличилось с 799 до 945.

Таким образом, сегодня достижения восьмилетней антиалкогольной кампании в Республике Саха снова под угрозой. А вместе с ними под угрозой и качество жизни населения региона.

Пример Республики Саха демонстрирует возможность существенного улучшения показателей качества жизни за счет реализации антиалкогольной политики

²² Russia's Alcohol Policy: A Continuing Success Story (2019) *Lancet*. Vol. 394. No. 10205. P. 1205. [https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)32265-2](https://www.doi.org/10.1016/S0140-6736(19)32265-2).

²³ За что депутаты Якутии рассердились на министра? URL: <https://www.1sn.ru/238565.html>.

и продвижения трезвого здорового образа жизни. Накопленный опыт политики народосбережения через «отрезвление» может быть перенят и растиражирован в других регионах России. Однако ситуация в Республике является и примером того, как столь значимый позитивный тренд может быть остановлен.

Вопрос о том, что победит в Республике и в России в целом — алкоголь или счастье людей, — остается открытым.

СЧАСТЬЕ — В ТРУДЕ!



БАЛАКИРЕВА СОФЬЯ ОЛЕГОВНА

руководитель направления по работе с экспертами
Центра развития общественного и экспертного капиталов ВЦИОМ

Что такое «менеджер по счастью сотрудников», откуда и как давно пришел этот термин и практика «менеджмента счастья»? Мы заимствуем ее из-за рубежа, или же есть что-то уникальное, российское в этой области?



КОВАЛЬ АНТОН РОМАНОВИЧ

генеральный директор «Апостроф-медиа», преподаватель курса
«Менеджер по счастью сотрудников» школы MACS

Впервые с понятием Chief Happiness Officer («директор по счастью») я столкнулся в 2016 году. Красивое звучание должности снижает серьезное отношение к ней — многим кажется, что это человек, который должен развлекать остальных. Руководители не поддерживают такое расходование бюджетов, сотрудники не рады «причинению» счастья. Другая крайность, в которой может восприниматься менеджер по счастью, — подразделение compensation&benefits, введение «плюшек», бонусов, расширение соцпакета. Тут возникает восприятие счастья через призму материальных благ, что нивелирует нематериальные аспекты благополучия и значимость большого количества бенефитов в соцпакете (каждая новая «фишка» все меньше отзывается у сотрудников, так как базовый уровень удовлетворен, а запрос на смыслы в работе не отработан).

В курс «Менеджер по счастью сотрудников», преподавателем которого я являюсь, заложена другая концепция работы: управление благополучием сотрудников, умело сочетающее и развивающее различные направления счастья. Мы, сторонники эвдемонистического холистического подхода в противовес гедонизму, считаем, что каждый сотрудник может быть счастливым на своем рабочем месте, для этого ему не надо постоянно менять работу и место жительства.

Подобный подход одними из первых стали изучать Мартин Селигман из университета Пенсильвании и институт Гэллага — обе методики состоят из пяти направлений благополучия человека. Мартин Селигман заметил, что рост ВВП на душу населения после прохождения базовой черты не так сильно влияет на счастье человека: за 50 лет уровень воспринимаемого благополучия практически не изменился. Инициативу американского коллеги по поиску факторов, увеличивающих счастье, продолжили французы Д. Штиглиц и Ж.-П. Фитусси при поддержке президента страны.

В России в последний год активизировались разработки моделей благополучия, например, появились индексы привлекательности городов и регионов от АСИ и КБ «Стрелка»: рассматривается качество городской среды и инновационной привлекательности. Наша команда «Апостроф-медиа» занимается разработкой wellbeing-программ для корпораций, и сейчас мы переходим на уровень городов и регионов; наша задача — объединить и измерить воспринимаемое благополучие сотрудников и жителей, ориентируясь одновременно на численные и качественные показатели.

Балакирева Софья Олеговна: *Насколько позиция «менеджер по счастью сотрудников» пользуется спросом?*



ФРОЛОВА ЕКАТЕРИНА ИГОРЕВНА

эксперт в сфере корпоративной культуры, вовлеченности и антикризисных коммуникаций, преподаватель курса «Менеджер по счастью сотрудников» школы MACS, куратор факультета по внутренним коммуникациям GeekBrains в рамках курса для HR

Смотря о чем речь. О нейминге — это хайп и тренд смены организационных структур в погоне за талантами на рынке, и в этой гонке даже HR-менеджер может по «штатке» стать менеджером по счастью. Сутово в его работе ничего не поменяется, он продолжит отвечать за организационную эффективность, культуру, вовлеченность, материальную и нематериальную мотивацию, другие HR-процессы. При этом если в компании не будет проведено специальных исследований, которые позволят оценить, на чем строится корпоративная культура и что по-настоящему делает сотрудников счастливыми, то это так и останется fancy неймингом.

Если есть желание сделать правильно, стоит обратиться к опыту ПепсиКо или SAP, почитать книги про Zappos или ENTER, или даже Альфа-Банк версии 2014—2018 — там действительно речь шла о профессионалах в сфере культуры и вовлечения, работа которых была сфокусирована на исследованиях и построении моделей счастья для организации и реализации стратегии по повышению этого показателя, сквозной линией проходящего через все бизнес-процессы.

Балакирева Софья Олеговна: *Забота о счастье сотрудников локализуется в каких-то конкретных отраслях или же это общая тенденция рынка? Только ли бизнес сегодня заботится о счастье сотрудников или бюджетные организации, НКО, госсектор — тоже?*

Антон Романович Коваль: Пандемия дала серьезное ускорение программам благополучия. В мае 2020 года на онлайн-сессии мы собирали HR-специалистов из ведущих компаний страны и выяснили, что большинство реализует комплексные программы ментальной и социальной поддержки благополучия сотрудников. Удаленка «привела» работу в дом сотрудника и поэтому расширила границы заботы о нем со стороны компании.

«Позаботьтесь о ваших сотрудниках, и они позаботятся о ваших клиентах», — фраза Ричарда Брэнсона точно описывает причину внедрения wellbeing-программ в компании, причем это не чуждо и госкомпаниям, где традиционно был большой соцпакет. Другие организации будут вынуждены заниматься благополучием сотрудников, если они хотят привлекать хороших специалистов.

Балакирева Софья Олеговна: *Где та грань, подходя к которой, организация понимает, что надо заботиться о счастье сотрудников?*

Фролова Екатерина Игоревна: Я бы сказала так: это имеет место и смысл там, где базовая гигиена безупречна. Пирамиду Маслоу никто не отменял. Согласитесь, достаточно непоследовательно говорить о высших материях, если базово мы не закрываем потребности: белые зарплаты, страховые выплаты, ответственный подход к ведению бизнеса, эмпатичные вовлекающие менеджеры. Хотя лучше всего на этот вопрос, наверное, смог бы ответить министр по счастью Королевства Бутан. Бутан — единственная в мире страна, в которой о счастье заботятся на государственном министерском уровне, и это не просто провозглашенные слоганы, а целая оцифрованная стратегическая модель, в которой даже ВВП — про счастье¹.

Балакирева Софья Олеговна: *Для расчета уровня счастья придумано много разных методик. Какие методики наиболее актуальны, а что себя изжило?*

Антон Романович Коваль: Я бы разделил методики, которые нужны для измерения уровня благополучия и действия по итогам (как раз то, чем я занимаюсь), и измерения ради составления рейтинга (что не исключает возможности взять их за отправную точку для действий). World Happiness Index ООН показывает ранжирование стран по уровню счастья (первое место там традиционно занимают Скандинавские страны). Но качественно объяснить причину распределения мест не может, даже для самих жителей севера Европы.

¹ См.: В этой стране существует Министерство Счастья! // Интересно. URL: <http://interesno.cc/article/7649/v-ehtoj-strane-sushhestvuet-ministerstvo-schastja>.

Индекс Гэллапа, индекс лучшей жизни ОЭСР и World работают с большим количеством факторов благополучия, что помогает точнее определить план действий по повышению уровня счастья. С другой стороны, такие исследования дороги и затратны по времени, к тому же дают «общую температуру» по стране. Для таких больших стран, как наша, лучше проводить локальные исследования на уровне региона или компании.

World Happiness Report от профессора Лайярда из Лондонской школы экономики в принципе строится на качественном описании факторов, повышающих благополучие людей.

Балакирева Софья Олеговна: *Можно ли сегодня назвать «счастье» бизнес-показателем?*

Фролова Екатерина Игоревна: Можно. Но на самом деле это не тренд сегодняшнего дня. Концепция счастья начала набирать обороты более десяти лет назад и была, наверное, на пике своего развития в России в 2010—2015 годах.

Представим, что счастье является бизнес-показателем, тогда логично возникает следующий вопрос — как измерить этот показатель?

Для каких-то компаний это только вовлеченность сотрудников в работу; для других — количество «улыбок» клиента; для кого-то комплекс показателей — от снижения текучки до роста инвестиций в развитие компании и вовлечение в кросс-функциональную и проектную деятельность организации.

Тем не менее традиционно, говоря о счастливом сотруднике, чаще всего подразумевают именно вовлеченного и мотивированного на достижение сверхрезультата профессионала с высоким уровнем удовлетворенности условиями работы в той или иной среде.

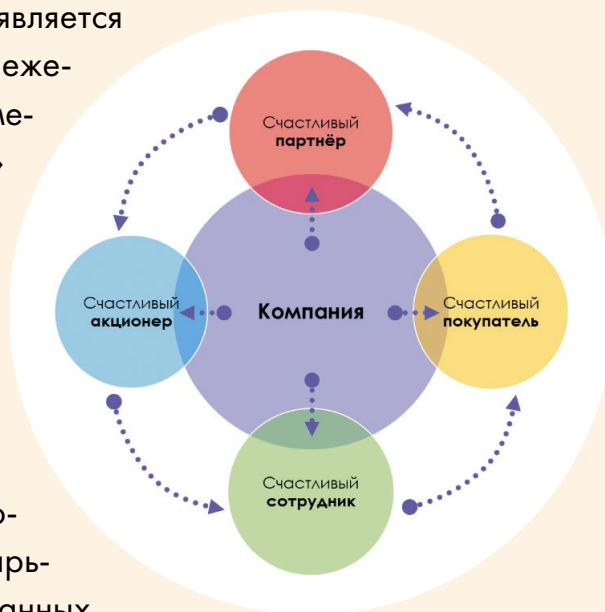
Отсюда появляется простая формула оценки счастья в организации: счастливый (=мотивированный/вовлеченный) сотрудник приносит больше пользы своей компании, ежедневно делая счастливыми своих внутренних или внешних клиентов, которые, выставляя организации высокий NPS, возвращаются к взаимодействию с ней (за покупками/товарами и/или услугами) и таким образом приносят собственникам компании больший доход и дополнительные инвестиции. Чем счастливее и во всех смыслах богаче собственник, тем больше он готов инвестировать в создание комфортной среды для работы и счастья, развития своих людей, отчего последние становятся более вовлеченными — так мы заходим на второй круг, получается некая замкнутая модель того, как работает теория счастья.

Проблема «счастья» как бизнес-показателя заключается в том, что это понятие отвлеченное и очень личное. «Счастье» у каждого свое, даже на корпоративном

уровне, не все можно измерить возвратными инвестициями, отсюда и возникает спор о том, бизнесово это или нет и чем дополнительно это можно измерить.

Отличным примером работы со счастьем является стратегия ПепсиКо «Завоюй улыбку», где ежедневные цели компании на всех уровнях измеряются количеством подаренных «улыбок» своим внутренним и внешним заказчикам².

Или вспомним пример из SAP СНГ, где стратегическое направление «Приносим счастье» было частью бизнес-стратегии, то есть одним из пяти ключевых элементов долгосрочной стратегии развития компании, в ней каждый показатель был оцифрован (уровень eNPS, текучки, внутренних карьерных передвижений, количество реализованных социальных проектов, рост пула талантов, внешние рейтинги и премии с фокусом на ключевые показатели и проч.).



Балакирева Софья Олеговна: Счастливым работником — кто это? Есть какое-то единое определение?

Фролова Екатерина Игоревна: Для одного счастье в работе и востребованности в формате 24/7, а для другого наоборот — в балансе. Как при таком разном отношении выстраивать единый подход и задавать КПЭ? Мы уже говорили, что счастье неразрывно связано с вовлеченностью. Поэтому для меня счастливый = вовлеченный, тот, кто с удовольствием идет на работу, делает свое дело, хорошо отзывается о компании и работодателе, хочет развиваться вместе с компанией и командой, способен на сверхусилия и сверхрезультат. 2020 год в этом отношении стал отличной лакмусовой бумажкой, он проявил и сделал видимыми тех, кто по-настоящему вовлечен, независимо от влияния внешних факторов. Здесь, кстати, отлично сработало, казалось бы, банальное «счастье в нас самих», и я искренне верю, что при всем желании «причинить» счастье невозможно. В этом ощущении нужно совпасть. И когда мы говорим о бизнесе, это прежде всего совпадение ценностей сотрудника и работодателя — единые взгляды на мир.

В то же время под влиянием COVID-19 (но на самом деле чуть раньше) на смену теории счастья приходят подходы из сферы устойчивого развития, так понятие «счастье» одновременно и расширяется, и конкретизируется. Счастье превра-

² Миссия и видение // PEPSICO. URL: <https://www.pepsico.ru/o-компании/миссия-и-видение>.

щается в wellbeing, в рамках которого принято говорить о балансе ментального и физического здоровья и благополучия.

Во время переживаемого нами коронакризиса фокус вообще смещается со счастья на сохранение ресурса и препятствование выгоранию. И здесь речь идет уже о других измеримых показателях. Это следующая ступень — от сверхусилия и сверхрезультата к возрождению для новых побед. Обратите внимание: сейчас как никогда стала популярна шутка про «профессиональных фениксов». И тут, конечно, интересно, для корпоративной культуры это шаг назад или все-таки вперед?

Балакирева Софья Олеговна: *Какую роль в этом сыграла пандемия COVID-19? Кто счастливее: удаленщики или работники в офисе?*

Фролова Екатерина Игоревна: Для кого-то счастье в социализации, а для кого-то в приватности. Кто-то испытывает страх, что выпадет из социальной активности вне офиса (FoMo — fear of missing out), а кто-то при этом, наоборот, испытывает удовольствие от отсутствия необходимости общаться с коллегами (JoMo — joy of missing out). Поэтому в разных коллективах, в зависимости от того, что было заложено в модель вовлеченности и культурное ДНК, — будут по-разному меняться и проявляться постпандемические тренды. Конечно, в большинстве своем люди социальны и стремятся к общению, поэтому счастье всегда в балансе. Есть те, кто легко научился работать с ребенком на голове, а есть другие, кто при первой возможности стремился в офис даже во время жестких ограничений. По моему опыту соотношение примерно 50/50. В международных компаниях или организациях с широкой географической распределенностью люди уже умели работать вне офиса, поэтому счастливых удаленщиков там больше. В российском бизнесе с иерархической моделью управления больше счастья в офисе, когда ты на виду и есть граница времени, в которую открывается и закрывается ноутбук.

Балакирева Софья Олеговна: *Какие перспективы этого направления — развития счастья сотрудников?*

Фролова Екатерина Игоревна: Мне очень нравится фраза, которую произнесла на одном из семинаров Елена Цветинская, директор по корпоративной культуре и вовлеченности ПепсиКо Европа: «Пандемия — это кино, которое мы все еще смотрим». В зависимости от того, куда нас все это приведет, будет меняться наполнение концепции счастья и будут замедляться, ускоряться, сменяться тренды, мы уже наметили некоторые выше. Я все же считаю, что счастье — в возможности делать выбор. Именно поэтому примерно треть мирового бизнеса сегодня приходит к гибридным моделям работы (задает доли удаленщиков, офисных сотрудников и сотрудников, работающих по смешанному графику) как ответ на новую норму. Но это уже тема другого разговора 😊.



**ВЕБЕР
АНДРЕЙ АНДРЕЕВИЧ**

создатель социального проекта Культура Счастья, генеральный продюсер International Day of Happiness Russia/ HappyWork Forum, сооснователь Happy Camp, Урок Счастья, Переход Счастья и других well-being проектов

КАК ПОПАСТЬ В ТОП-10 ПО СЧАСТЬЮ

Еще в 2012 г. ООН приняло резолюцию, что качество государственного управления определяется не классическими ВВП на душу населения (GDP), а более гармоничными показателями, которые включают в себя продолжительность жизни, уровень социальной поддержки, свободу жизненного выбора и др. Действительно, ВВП в развитых странах растет, а уровень ментальных заболеваний и эмоционального неблагополучия (стрессы, депрессии, суициды) серьезно увеличивается. К увеличению ВВП могут приводить производство оружия, участие в войнах и другие действия, существенно ухудшающие качество жизни и эмоциональное состояние людей. С другой стороны, есть волонтерская деятельность, которая благотворно сказывается на уровне субъективного благополучия ее участников и получателей помощи, но не дает никакого вклада в ВВП.

Распространение лучших практик благополучия (well-being) в разных областях, профилактика всевозможных заболеваний и социальных проблем — одна из лучших инвестиций в качество жизни. Многие страны сегодня начинают рассматривать метрики благополучия в практиках государственного управления.

Например, в ОАЭ в 2016 г. было создано Министерство счастья и благополучия, которое занялось образовательными программами для государственных служащих¹. В каждом ведомстве появились амбассадоры, у которых есть две ключевых задачи: распространение практик благополучия и оценка/контроль деятельности госслужащих и программ с точки зрения метрик благополучия. Одним из ярких примеров того, к каким изменениям это приводит, может служить

¹ Примечательно, что новым министром, который будет отвечать за «создание социального блага и удовольствия», а также за сохранение фундаментальных ценностей социума Эмиратов, решили избрать женщину. При этом важным критерием выбора кандидатки стал возраст — правительство хотело видеть на этой должности молодую особу <https://e-w-e.ru/ministerstvo-schastija-v-oaje-chem-zanimajutsja-chinovniki-innovacionnogo-vedomstva/> (дата обращения: 30.04.2021.).

деятельность Дубайской полиции. Ключевое новшество — включение показателей благополучия населения на территории в метрики успешности действий полиции, а уровень благополучия самих полицейских — в показатели работы руководства ведомства. Мантра бизнеса «сделайте своих сотрудников счастливыми, и они сделают счастливыми ваших клиентов» работает и здесь. С завидной периодичностью проводятся образовательные и развивающие программы, сотрудникам полиции оказывается психологическая поддержка. Полицейские участки теперь называются happiness department, сотрудники работают иначе — сегодня они амбассадоры счастья, ищут возможности помочь местным сообществам и поддержать жителей. Феноменально изменилась деятельность целого ведомства, которое раньше воспринималось как контролирующее и карательное. Сейчас HR-бренд полиции Дубая — один из самых сильных и прогрессивных.

А тем временем Россия пять лет подряд падает в рейтинге world happiness report², в этом году мы опять опустились на три позиции вниз. Если в 2017 г. страна занимала 49 место (лучший наш показатель в этом индексе), то в 2021 г. — уже 73. Россия входит в топ-3 стран по числу самоубийств, занимая первое место по количеству суицидов среди мужчин³. Количество ментальных заболеваний по оценкам ВОЗ увеличилось за последние 50 лет более чем в 10 раз⁴.

Можно ли создать предпосылки для изменения ситуации? Да, существуют экономические/объективные составляющие, которые нам изменить не под силу, но есть и субъективные обстоятельства счастья, связанные с нормами нашего поведения, убеждениями, ментальными стратегиями, с тем, как мы строим отношения друг с другом и сами с собой. На мой взгляд, не надо ждать, пока госдеятели начнут что-то менять в своей политике. Мы сами как представители больших сообществ можем запускать коммуникационные и образовательные программы, вовлекать других людей в волонтерскую и другую деятельность, повышающую осознанность и, как следствие, уровень субъективного благополучия. Действует проект Культура Счастья⁵, призванный поддержать людей в формировании новых привычек, ментальных стратегий, большей осознанности и трансформации поведения с целью профилактики благополучия (wellbeing). Один из примеров работы проекта — International Day of Happiness Russia/HappyWork Forum. На сегодня это самый большой мировой форум, посвященный практикам happiness & well-being (более 20 тыс. участников в 2020 г.). Ключевая миссия форума — объединить в одном пространстве лучшие мировые практики Культуры Счастья на личном,

² WHR — интегральный показатель, который оценивает и субъективное благополучие людей, и качество жизни на территории. Подробнее: <https://worldhappiness.report> (дата обращения: 30.04.2021).

³ <https://www.kaggle.com/szamil/who-suicide-statistics> (дата обращения: 30.04.2021).

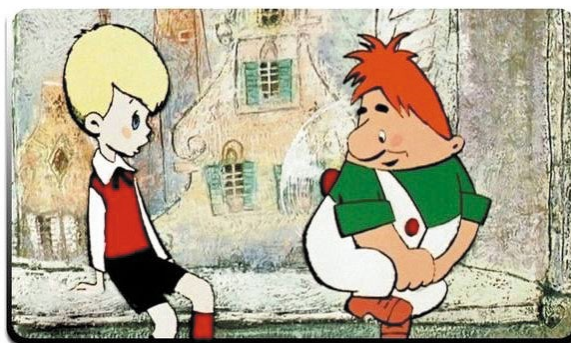
⁴ <https://www.kaggle.com/russellyates88/suicide-rates-overview-1985-to-2016> (дата обращения: 30.04.2021).

⁵ <https://happy-culture.ru> (дата обращения: 30.04.2021).

корпоративном и общественном уровне. Команда стремится сплотить неравнодушных людей России и всего мира, которые хотят распространять эти подходы и тем самым создавать среду, поддерживающую благополучие всего общества. На форуме возникает особое образовательное пространство, в котором каждый человек может найти лучшие инструменты развития в разных областях жизни (здоровье, отношения, личностный рост, карьера, семья, образование) и поделиться ими, поддерживается открытый диалог и обмен лучшими бизнес-кейсами трансформации корпоративной культуры и внедрения практик благополучия сотрудников, идет обмен опытом изменения городской среды и построения отношений на новом уровне между разными субъектами (городская власть, профессиональные сообщества, бизнес, активные горожане). Есть и другие инициативы, которые проводятся большой командой региональных Амбассадоров Культуры Счастья — Урок Счастья, Переход Счастья, День Счастья и другие well-being проекты силами местных сообществ.

Как говорил Морис Метерлинк, «Мы обладаем только тем счастьем, которое способны понять».

- Поверь мне, Карсон, не в пирогах счастье...
- Ты что, с ума сошел? Я в чем же еще?



Из открытых источников

РАСШИРЕННАЯ ПОДБОРКА ДАННЫХ «СЧАСТЬЕ VS БЛАГОПОЛУЧИЕ»



СКАЧАТЬ



БОЛЬШЕ ДАННЫХ В ОТКРЫТЫХ БАЗАХ НА САЙТЕ ВЦИОМ

[«Спутник»](#) (с января 2017 г. по настоящее время)

[«Архивариус»](#) (с 1992 г. по настоящее время)

САЙТ СОЦИОДИГГЕРА. ВСЕ ВЫПУСКИ

SOCIODIGGER.RU

Нам важно ваше мнение о «СоциоДиггере», чтобы сделать следующие выпуски еще более отвечающими вашим интересам. Уделите, пожалуйста, 3 минуты, нажмите кнопку

ДАТЬ ОБРАТНУЮ СВЯЗЬ



wciom.ru



monitoringjournal.ru



[MOM @ZhurnalMonitoring](#)



[@WCIOMofficial](#)



[@wciom](#)



[@wciom](#)



[@wciompage](#)



[@wciom](#)



[@wciom](#)



[Я.Дзен ВЦИОМ](#)



[Подкасты ВЦИОМ](#)

