



**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).

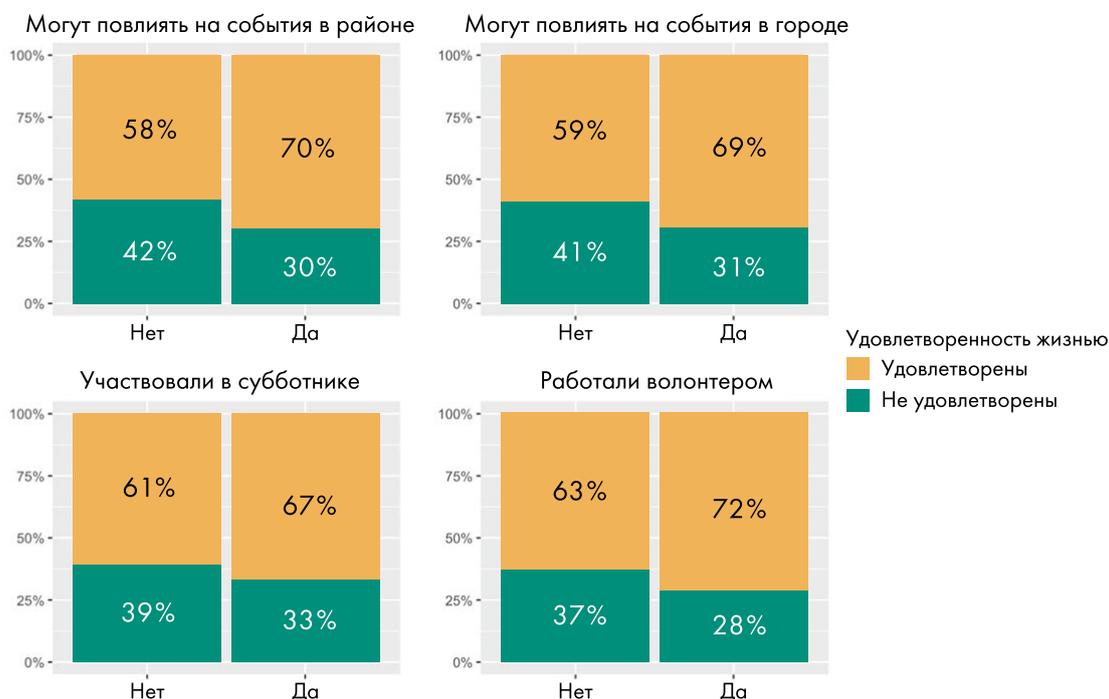
Данные всероссийского опроса, проведенного с 2019 по 2020 год Лабораторией сравнительных социальных исследований НИУ ВШЭ, позволяют пролить свет на то, какую роль возможность влиять на ситуацию в обществе играет в удовлетворенности жизнью³. Респондентам было предложено оценить, насколько они удовлетворены 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)

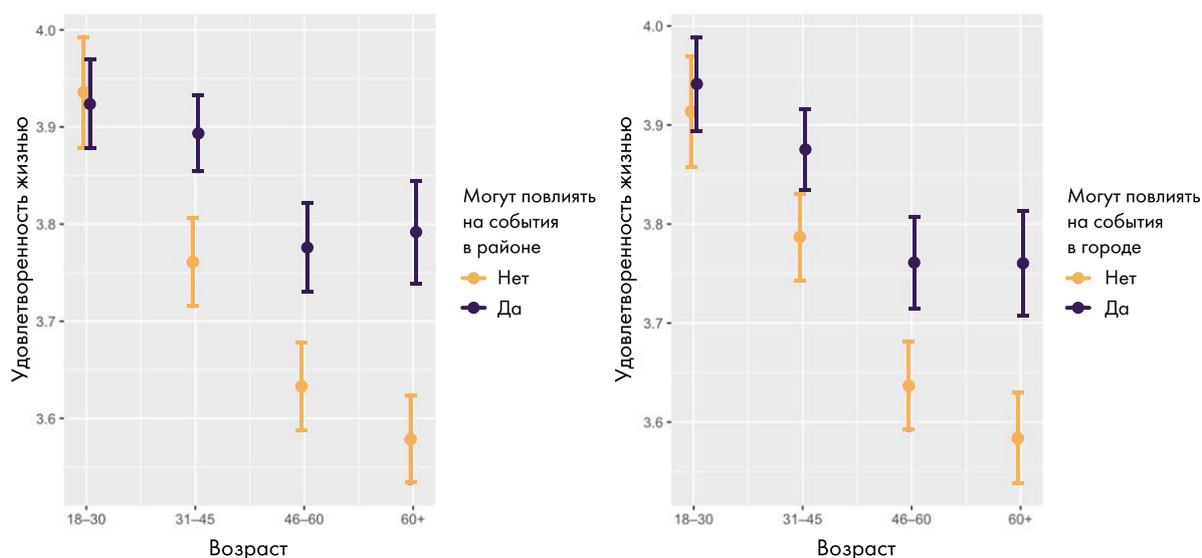


Интересно, что эффект потенциала позитивных изменений в обществе на удовлетворенность жизнью, на первый взгляд, практически не зависит от того, был он реализован в форме участия в субботнике или волонтерства (нижняя панель), или просто позитивно оценивается респондентом (верхняя панель), хотя можно было 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 Широкая 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.

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