

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ МУЖЧИН-РОССИЯН И ЕЕ СПЕЦИФИКА В РАННИЙ ПЕРИОД ЗРЕЛОСТИ В КОНТЕКСТЕ ЭКОНОМИЧЕСКИХ КОЛЛИЗИЙ

Шаталов Михаил Владимирович

Аспирант, Автономная некоммерческая организация высшего образования Московский гуманитарно-экономический университет
mike.shatalov@gmail.com

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF RUSSIAN MEN AND ITS SPECIFICS IN THE EARLY PERIOD OF MATURITY IN THE CONTEXT OF ECONOMIC COLLISIONS

M. Shatalov

Summary: In emergency situations, events that go beyond the usual collective experience can put people into a state of stress, anxiety, apathy, fear and melancholy. Modern Russia is undergoing complex collisions that have a negative impact on the economy of the state, which significantly destabilizes the psycho-emotional state of citizens, especially men, since most often they are responsible for ensuring the safety and well-being of the family and the fatherland. In a recession, production and business activity are falling, the risk of unemployment increases significantly, real incomes of the population and gross domestic product decrease, as a result of which life-meaning guidelines are distorted and the vitality of the individual is lost. Anxiety in the context of modern challenges of Russian men in the early period of maturity is aggravated by their awareness of the threat of a demographic crisis and increased mortality, since within the framework of their traditional role, the strong half of society should contribute to the reproduction of the population, after which, throughout their lives, promote the health of their wives and children, while maintaining mental health, mobilizing and adapting the body. It is quite problematic to treat stressors in an unstable situation in the country and the world.

Keywords: socio-psychological adaptation, Russian men, early adulthood, economic collisions, recession, adaptation, anxiety, emergency situation.

Аннотация: В условиях чрезвычайных ситуаций события, выходящие за рамки привычного коллективного опыта, способны вводить людей в состояние стресса, тревоги, апатии, страха и хандры. Современная Россия претерпевает сложные коллизии, оказывающие негативное воздействие на экономику государства, что существенно дестабилизирует психоэмоциональное состояние граждан, в особенности, мужчин, так как чаще всего именно на них возложена ответственность за обеспечение безопасности и благополучия семьи и отечества. В условиях рецессии падают производство и деловая активность, существенно увеличивается риск безработицы, снижаются реальные доходы населения и валовый внутренний продукт, вследствие чего искажаются смысложизненные ориентиры и теряется жизнестойкость личности. Тревожность в условиях современных вызовов мужчин-россиян в ранний период зрелости усугубляется их осознанием угрозы демографического кризиса и повышенной смертности, так как в рамках своей традиционной роли сильная половина общества должна способствовать воспроизводству населения, после чего на протяжении всей своей жизни содействовать здоровьесбережению жены и детей, тогда как сохранить психическое здоровье, мобилизовать и адаптировать организм к стрессогенам в нестабильной ситуации в стране и мире достаточно проблематично.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, мужчины-россияне, ранний период зрелости, экономические коллизии, рецессия, адаптация, тревожность, чрезвычайная ситуация.

Введение

Пандемия COVID-19 принесла с собой тревогу, смертельные риски и глубокие психологические травмы. В литературе, посвящённой влиянию коронавируса на психическое здоровье, говорится о всплеске психологических проблем среди населения в целом [15], а также интенсивности дезадаптивного поведения [14]. В том числе, с 2020 г., вследствие усугубления воздействия пандемии SARS-CoV2 на здоровье и жизнестойкость людей, среди мужчин-россиян стал увеличиваться процент различных ментальных нарушений, танатафобии, агрессофобии, панофобии, неуверенности в себе и в своем будущем. Также пандемия негативно сказалась на экономике страны. Появился ряд негативных факторов, оказывающих отрицательное влияние на демографию и ее благополучие.

В России рецессия, как и любые чрезвычайные ситуации (ЧС), стала характеризоваться устойчивым снижением валового внутреннего продукта (ВВП), падением производства и эффективности профессиональной деятельности, и, как следствие, ухудшением благополучия и обеспеченности граждан, а также увеличением риска безработицы [1; 11, с. 21]. Функционирование России «в структуре мирового сообщества осложнено нестабильностью и противоречивостью международных отношений, в сопровождении динамичности и многовариантности развития событий, в дополнение имеющих кризисный характер» [8, с. 81]. Как следствие, психическое здоровье мужчин в России стало уязвимей.

Актуальность данного исследования обусловлена тем, что ранняя зрелость – это период жизни мужчины

(25-45 лет), когда на него больше всего возложено ответственности за жизнь и здоровье семьи, а также за безопасность отечества. Именно в этом возрасте мужская половина населения оказывает наибольшее влияние на экономику государства. Социальной адаптации, жизнестойкости, снижению тревожности и, как следствие, деловой активности и экономическому расцвету государства содействует благополучие населения, благодаря которому человек может реализовывать свой потенциал и справляться со стрессом, продуктивно работать и вносить позитивный вклад в жизнь общества [3]. В противном случае стресс становится «одним из ведущих факторов дезадаптивного поведения» [6, с. 55].

Адаптивность мужчин 25-45 лет к новым стрессогенным факторам стала снижаться под воздействием растущей тревожности. Усугубляется данный фактор тем, что указанный возраст – это поколение мужчин-россиян, воспитанное преимущественно женщинами (или матерями-одиночками, или в семье, где главенствующее положение при принятии решений занимала мать или бабушка, в том числе, когда ситуация касалась воспитания мальчика). Официальная статистика браков и разводов России свидетельствует о том, что уровень разводов в СССР в 1980-х гг. составлял 39,6%, в 1990-е – 42,4%, 2000-е – 69,9%, в 2010-е – 52,6% [9], соответственно, с 1980-е по 2010-е гг. большая часть мужского населения видела преимущественно женскую модель поведения (от матери, бабушки, воспитательницы в детском саду и учительниц в школе). Из полученного жизненного опыта у мальчиков формировалось искаженное представление как себя вести в условиях стрессовой ситуации – гиперопека женщин не позволяла получать мальчикам мужской пример для подражания в полороловом воспитании, а «более низкий уровень личных ресурсов и социальной поддержки *матерей-одиночек* приводил к более низкому уровню выполняемых родительских функций» [4].

Как подчеркивает И.В. Захарова и Н.К. Волошина (2021) «Мальчики, лишенные отца, более зависимы и агрессивны, чем мальчики из полных семей. Им труднее удается усвоение мужской роли. Они чаще гипертрофируют свою маскулинность, проявляя грубость и драчливость» [8, с. 32]. Кроме того, неблагоприятные события в детстве связаны с повышенным риском психических и физических заболеваний [14, р. 1].

Результаты и обсуждения

С целью определения уровня тревожности и выявления степени ее влияния на адаптацию мужчин-россиян в условиях экономической дестабилизации проведено тестирование: в опросе приняли участие 150 респондентов из России мужского пола в возрасте от 25-ти до 45-ти лет. В ходе исследования использовались следующие методы: «Тест социально-психологической адаптированности» [12] и «С-Тест: Чего мы боимся?» [10], для обработки данных выполнен корреляционный анализ r_s Спирмена.

Проведенный «С-Тест: Чего мы боимся?» (см. рисунок 1) продемонстрировал, что из 150 респондентов 43% имеют колеблющийся уровень тревожности, в определенных ситуациях выходящий за пределы нормы, 25% – тета тревожный уровень, т.е. 38 опрошенных мужчин расположено к страхам. Напомним, что данное поколение россиян с 1980 по 2010-е гг. в 40 – 70% случаев жили в неполной семье, а лиц, подверженных тревоге в совокупности насчитывается 78%. Можно сделать вывод, что мальчики, растущие в условиях выраженного феминного гендерного воспитания в чрезвычайной ситуации практически в 100% случаев подвержены страхам и тревожности. (Рис. 1.)

На рисунке 2 представлены фобии респондентов. Первенство занимает глоссофобия (страх выступлений – 23%), однако, это самый распространенный страх в

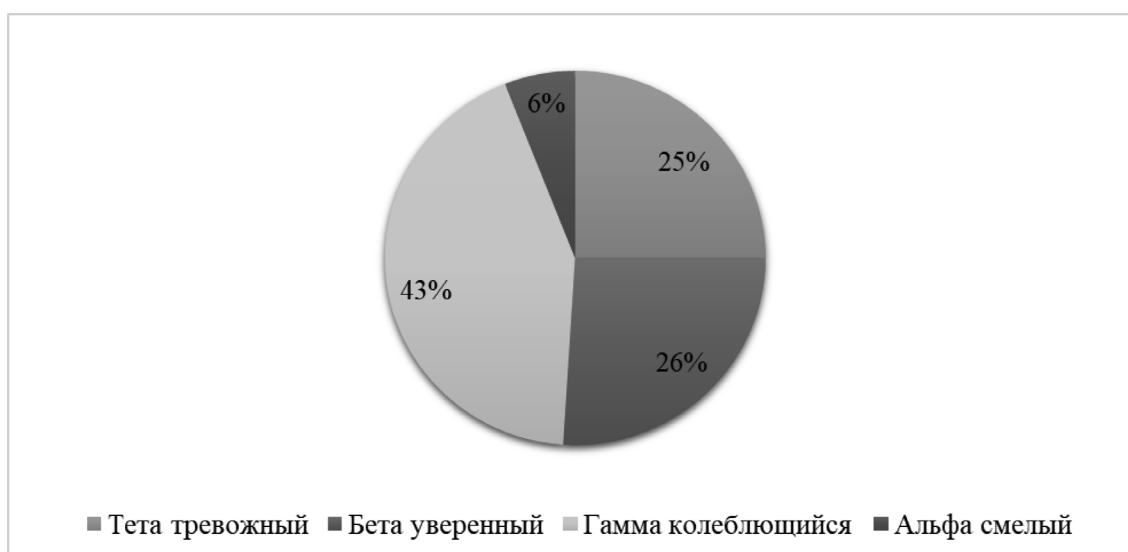


Рис. 1. Уровень страха респондентов

мире, которым страдают 95% человек. 15% респондентов подвержено социофобии (социально-оценочным страхам) и 11% имеют зависимости. Только 7% имеют агрессофобию, 7% – эзофобию, 7% – фортунофобию и 4% – танатофобию, соответственно, мужчины-россияне практически не страдают различными страхами, возникающими на почве современных угроз национальной безопасности России.

Тест социально-психологической адаптированности (см. рисунок 3) позволил определить степень влияния тревожности мужчин-россиян на их социально-психологическую адаптацию. Согласно полученным данным, низкий уровень самооценки и трудности в коммуникации испытывает только 18% опрошенных респондентов.

Остальные 82% достаточно спокойно перенесли новые условия среды, сумели полностью адаптироваться к ним и приспособились к ее стрессогенным реалиям, что обусловлено сохранением качества жизни современных россиян, в отличие, например, от 1990-х гг., ведь повышенный уровень тревожности фрустрирует удовлетворение значимых потребностей и способствует снижению уровня адаптации мужчин [5].

Также выполнен корреляционный анализ r_s Спирмена, а именно: (1) ранжирование значений интегрального показателя адаптации и уровня страха; (2) произведен подсчет разности между рангами «Адаптация» и «Уровень страха»; (3) выполнен расчет коэффициента ранговой корреляции R_s и (4) определены критические значения.

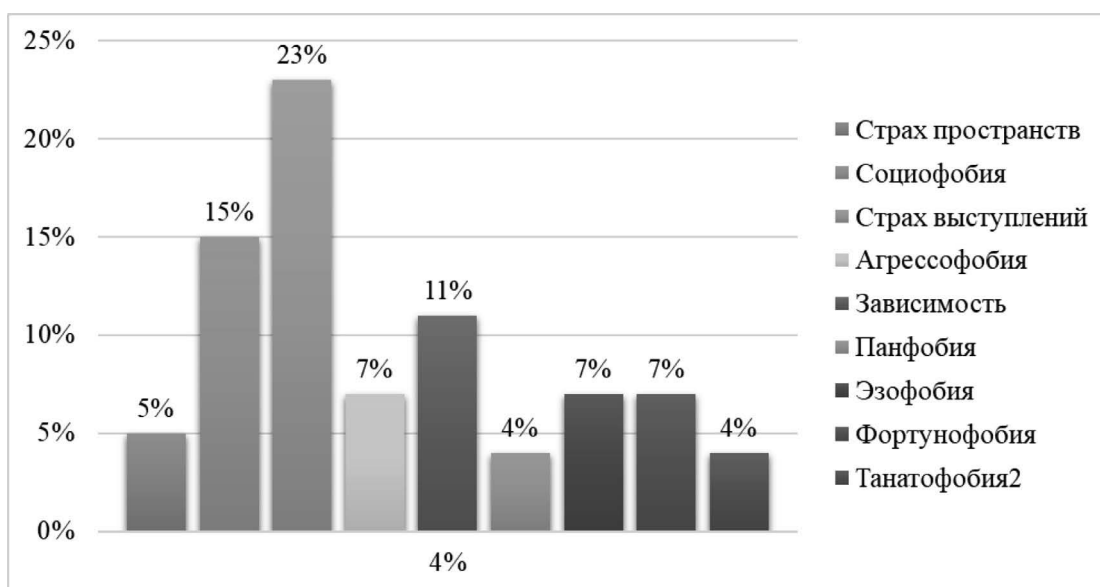


Рис. 2. Фобии респондентов.

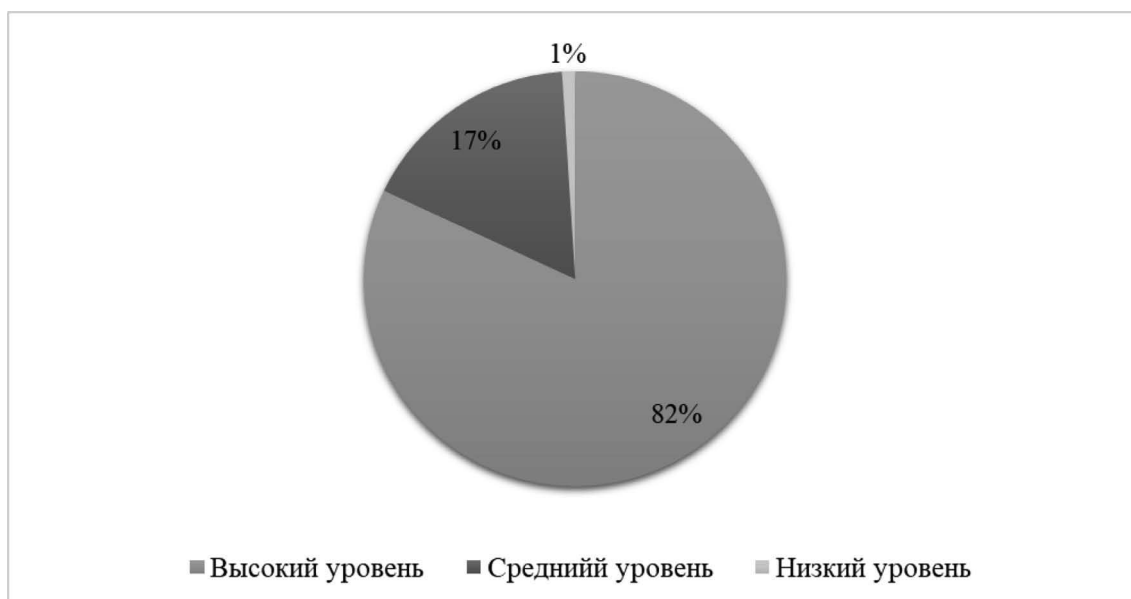


Рис. 3. Интегральный показатель социально-психологической адаптации

Результат: $r_s = -0.418$, что указывает на статистически значимую отрицательную взаимосвязь тревожности и социально-психологической адаптации мужчин-россиян. Следовательно, «чем более выражена стрессоустойчивость у респондентов, тем они менее тревожны» [7, с. 87], а под действием эмоционально-стрессовых раздражителей в 82% случаев произошло формирование процесса адаптации к ЧС [11, с. 26].

Критические значения для $N = 150$.

Таблица 1.

Результаты корреляционного анализа R_s Спирмена

N	p	
	0.05	0.01
150	0.16	0.21

Ответ: H_0 отвергается. Корреляция между рангами «Адаптация» и «Уровень страха» статистически значима.

По мнению Главного психиатра Минздрава З.И. Кекелидзе в качестве оптимального поведения в период экономического кризиса следует выбирать чтение и анализ достоверной информации и новостного контента [3], что, как следствие, способствует формированию критического мышления [8, с. 85]. А именно, как подчеркивает специалист, наиболее адекватным вариантом реакции на чрезвычайные ситуации и стрессы является анализ ситуации на основании достоверных источников [3], что позволяет грамотно принимать решения и эффективно действовать в ЧС [8, с. 85]. В противном

случае, возрастает угроза роста страха и тревоги, подпитываемой желанием все контролировать с помощью получения новостей из недостоверных ресурсов, которые являются слухами («абсолютно недостоверными, близкими к действительности, агрессивными, паническими» [3]) и фейками, а не надежными данными. Например, несмотря на опасения последствий современных угроз национальной безопасности России и экономического кризиса в стране, в 2024 и в 2025 гг., по прогнозу ЦБ РФ (Центрального банка Российской Федерации), на фоне импортозамещения из дружественных стран, ожидается рост ВВП [1], что также подтверждается статистическими данными портала *Country Cassette* [13] (см. рисунок 4).

На графике ВВП РФ сравнивается с развитием экономики Соединенных Штатов Америки (США), которые занимают первое место в данном рейтинге среди 196 стран мира, Китайской Народной Республики (КНР) (второе место) и Объединенных Арабских Эмиратов (ОАЭ) (тридцать первое место). Исходя из данных *Country Cassette* [13], Россия, находясь на девятом месте рейтинга, входит в десятку лидеров с крупнейшей в мире экономикой. Статистические данные, представленные по странам за 2024 г., демонстрируют сдержанный, но не замедленный рост макроэкономического показателя в РФ, как и ОАЭ – несмотря на то, что Россия уступает первенство США и КНР, она не теряет своих лидирующих позиций на международной арене. При анализе Мирового рейтинга ВВП и контента из достоверных источников (РБК, РИА Новости, *Country Cassette* и т.д.) становится очевидным,

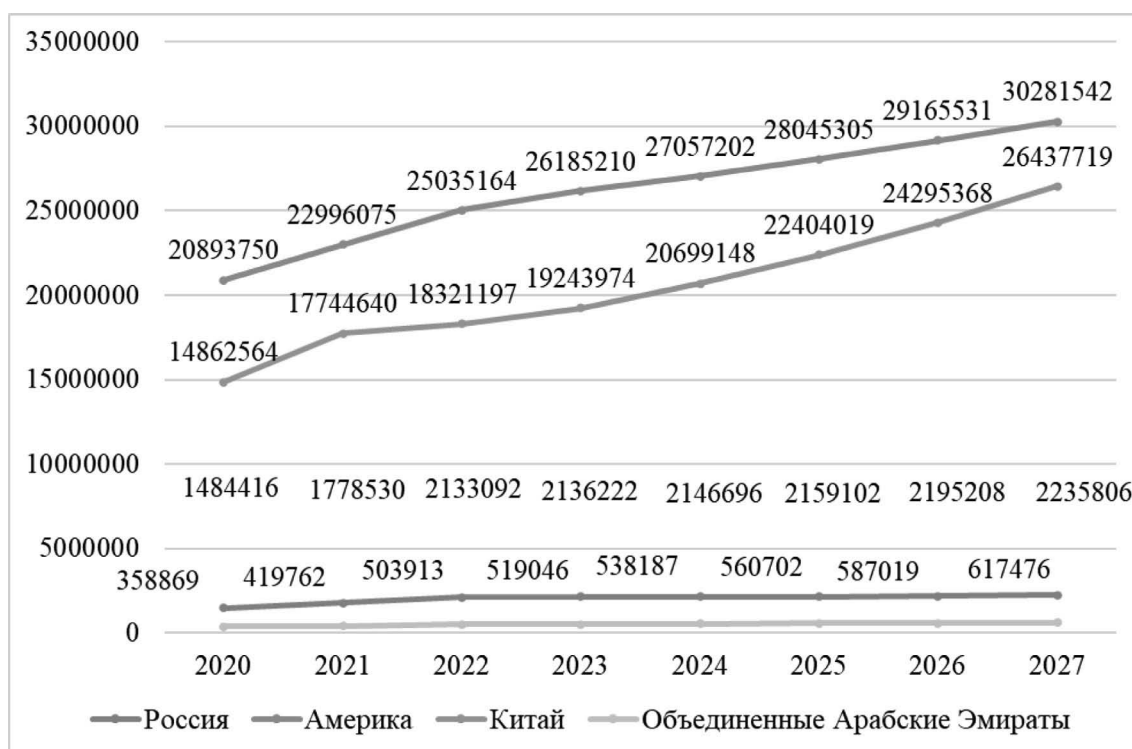


Рис. 4. Рейтинг ВВП России, США, Китая и Арабских Эмиратов.

что экономика России постепенно стабилизируется на достигнутых высоких уровнях, соответственно, нет повода для роста тревожных и депрессивных состояний в контексте экономических коллизий.

Выводы

Выводы: на фоне роста угроза национальной без-

опасности страны и экономического кризиса России существует потенциальный риск увеличения уровня тревожности среди мужчин-россиян в возрасте 25-45 лет. Однако, как показали исследования, тревожность на фоне чрезвычайных ситуаций, напротив, выполнила защитную функцию в условиях адаптации к современным российским реалиям и, как следствие, способствовала благополучию граждан.

ЛИТЕРАТУРА

1. В ЦБ предупредили о риске рецессии в экономике. РИА Новости. Статья от 11.08.2024. URL: <https://ria.ru/20240811/tsb-1965465082.html>. Дата обращения: 11.11.2024.
2. Волошина Н.К. Гендерная социализация мальчиков и девочек в условиях отдельно-параллельного обучения и воспитания в начальной школе: [монография] / Н.К. Волошина, Н.П. Шишляникова; Министерство науки и высшего образования РФ, ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет имени Н.Ф. Катанова». Абакан: Изд-во Хакасского гос. ун-та, 2021. 111 с.
3. Добрюхова А. Главный психиатр Минздрава Зураб Кекелидзе: Чтобы наладить свою жизнь сегодня, соблюдайте «правило трех восьмерок». МК.RU. Статья от 25.03.2022. URL: <https://www.kp.ru/daily/27371.5/4563576/>. Дата обращения: 12.11.2024.
4. Заплетина О.О. Социально-психологические и социально-демографические факторы родительского стресса: анализ зарубежных источников // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. №6. 10 с.
5. Защирицкий М.М., Бардиер Г.Л. Социальная тревожность и социальная адаптация психотравматизированной личности // Общество: социология, психология, педагогика. 2023. №5 (109). С. 42-47.
6. Кабанова Т.Н., Дубининский А.А. Взаимосвязь личностных особенностей и профессионального стресса у преподавателей актерской профессии. Вестник психотерапии. 2021. № 80 (85). С. 54-68.
7. Михеева А.В. Особенности соотношения стрессоустойчивости и тревожности у мужчин и женщин // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2016. №2. С. 84-90.
8. Сердюк Е.Г. Смысложизненные ориентиры и совладающее поведение личности в ситуации социальной нестабильности // International Journal of Medicine and Psychology. 2022. №7 (5). С. 81-87.
9. Статистика браков и разводов в России по годам. Infotables.ru. URL: <https://infotables.ru/statistika/31-rossijskaya-federatsiya/787-statistika-brakov-i-razvodov>. Date: 12.11.2024.
10. С-Тест / Чего мы боимся. URL: https://psytests.org/result?v=levl1V1ApBnR6GF_sP_Y6.
11. Стрельникова Ю.Ю. Стрессовая адаптация и дезадаптация личности в условиях чрезвычайной ситуации // Психолого-педагогические проблемы безопасности человека и общества. 2014. №4(25). С. 21-29.
12. Тест социально-психологической адаптированности. URL: <https://psytests.org/result?v=rgdBPct59PITRj06fAY1Q>.
13. GDP Ranking by Country 2024. URL: <https://countrycassette.com/gdp-ranking-by-country/>. Date: 11.11.2024.
14. Smith S.R., Banuelos L., Trujillo N., Farihi D. (2024) Adverse childhood experiences among California student pharmacists. *Mental Health Clinician* 14(1):1-9. DOI:10.9740/mhc.2024.02.001.
15. Somer E., Abu-Rayya H.M., Schimmenti A., Metin B., Ferrante E., Göçmen B., Marino A. (2020) Heightened Levels of Maladaptive Daydreaming Are Associated with COVID-19 Lockdown, Pre-existing Psychiatric Diagnoses, and Intensified Psychological Dysfunctions: A Multi-country Study 11:587455. DOI:10.3389/fpsy.2020.587455.

© Шаталов Михаил Владимирович (mike.shatalov@gmail.com).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»