

ИНСТИТУТ СОЦИАЛЬНО-ПОЛИТИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК
РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ СОЦИАЛЬНЫХ НАУК
Российский государственный университет нефти и газа
им. И. М. Губкина

Научно-общественный журнал
Издается с 1995 г.

(назывался: «Социальная политика и предпринимательство»;
«Предпринимательство. Политика. Наука»; «Наука. Политика. Предпринимательство»)

Выходит 4 раза в год

НАУКА. КУЛЬТУРА. ОБЩЕСТВО

№2' 2017

Москва ♦ ИСПИ РАН

2017

**Воробьева А.Е.,
Акбарова А.А.**

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТИПЫ АДАПТАЦИИ К ЭКОНОМИЧЕСКОМУ КРИЗИСУ В СФЕРЕ ДОСУГА И ЗАНЯТОСТИ

SOCIO-PSYCHOLOGICAL TYPES OF ADAPTATION TO THE ECONOMIC CRISIS
IN THE FIELD OF LEISURE AND EMPLOYMENT

Воробьева Анастасия Евгеньевна, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, лаборатория социальной и экономической психологии, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки «Институт психологии Российской академии наук», aeVorobieva@yandex.ru
Акбарова Анастасия Азаматовна, соискатель, лаборатория социальной и экономической психологии, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки «Институт психологии Российской академии наук», Anastasia.akbarova@gmail.com
A.E. Vorobieva
A.A. Akbarova

Аннотация: В отечественной психологической науке отрасль психологии досуга является слабо разработанной. В условиях экономического кризиса изучение проблемы досуга является особенно интересным. Особенности переживания экономического кризиса в сфере досуга и занятости обусловлены личностными и социально-групповыми характеристиками респондентов. В исследовании применялась авторская анкета, направленная на выявление переживания экономического кризиса, затруднений и возможностей, которые он принес, страхов, связанных с ним, стратегий адаптации к нему в сфере досуга и занятости, а также отношение к труду и досугу. Было выявлено 5 социально-психологических типов отношения к экономическому кризису, которые подразделяются на оптимистические, пессимистические и противоречивые. Они отличаются уровнем тревоги и опасений в связи с экономическим кризисом.

Annotation: In Russian psychology Psychology of leisure is poorly developed. In conditions of economic crisis problems of leisure studies it is particularly interesting. Features experiencing an economic crisis in the field of leisure and employment due to personal, social and group characteristics of respondents. The study used the author's questionnaire aimed at identifying the experiences of the economic crisis, the difficulties and the opportunities that it brought, fears associated with them, strategies to adapt to it in the field of leisure and employment, as well as the attitude towards work and leisure. Five socio-psychological types have been identified related to the economic crisis, which are divided into

optimistic, pessimistic and inconsistent. They differ in the level of anxiety and fear due to the economic crisis.

Ключевые слова: психология досуга, потребление, экономическое поведение, отношение к экономическому кризису.

Keywords: **psychology** of recreation, consumption, economic behavior, attitude to economic crisis.

Работа выполняется при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта РГНФ № 16-36-01059а2

Введение: Сфера личной жизни индивида является менее изученной по сравнению с общественной и трудовой жизнью.

В зарубежной психологии такое направление как психология досуга является более развитым, чем в отечественной психологии (Kleiber, Walker, Mannell, 2011; Page, Connell, 2007; O'Connell, Cuthbertson, 2009; Torkildsen, 2005). В зарубежных монографиях рассматриваются проблемы социального контекста досуга, его этнической специфики, проблема баланса работы и досуга, досуг как часть образа жизни, приватное и социальное пространство реализации досуга, ограничения досуговой активности. Квалификационные работы зарубежных авторов (Donovan, 1983; Summers, 1983; Lanagan, 1988; Wozniak, 1986) по проблеме психологии досуга касаются узко специализированных вопросов (досуг в клинической практике, соотношение досуга и благополучия личности, досуг в пожилом возрасте и др.). В настоящее время это динамично развивающаяся отрасль междисциплинарных исследований.

Досуг, являясь структурным элементом свободного времени, представляет собой относительно самостоятельную сферу жизнедеятельности. Основной признак, отличающий время досуга от свободного времени — это возможность выбора видов деятельности исходя из своих социокультурных интересов и духовно-нравственных предпочтений (Батнасунов, 2004).

Французский исследователь Ж. Дюмазедье в своих работах пишет о тенденции возникновения цивилизации досуга. Досуг в жизни людей, проживающих в развитых странах, мало чем уступает рабочему времени и имеет тенденцию к возрастанию. В то же время его привлекательность, предпочтительность и ценность уже почти превзошли труд (Дюмазедье, 1966). Труд начинает выступать средством обеспечения досуга (Батнасунов, 2004).

Выявлено значение внутренних и внешних препятствий в эффективной организации личностью своего свободного времени. Основными барьерами респонденты считают отсутствие денег, времени и необходимость считаться с мнениями других людей.

При неограниченных возможностях и идеально организованном свободном времени личность ориентирована наполнять его теми видами занятий, которые в большей степени создают возможности для реализации субъектной позиции (Чистилин, 2004). А в условиях ограниченных финансовых и временных возможностей досуговое поведение должно стать иным.

В периоды «выживания» в неблагоприятных условиях экономического кризиса обостряется значимость материального, а нравственное и духовное отходит на второй план. В то же время рядом авторов отмечается, что в кризисные периоды у многих людей наблюдается поиск духовных ценностей, позволяющих личности противостоять негативным социальным переменам и выйти из кризиса (Махнач, 2013; Котенева, 2010).

В постсоветской России резкое падение уровня жизни выдвинуло на первое место возможности поисков дополнительной работы в часы, свободные от основной, произошло не только сокращение величины свободного времени, но и изменение характера его использования, на первое место стали выходить проблемы отдыха и восстановления физических сил, а не насыщенной культурной жизни. Аналогичные изменения должны происходить и в периоды экономических кризисов. Проблема экономического кризиса в наибольшей мере исследована в экономике и социологии, психологических работ по данной проблеме немного (Юревич, 2017; Шепелкина, 2008). Единичны исследования, где бы изучалось именно отношение к экономическому кризису, его последствиям, сравнительный анализ отношения у различных социальных групп. В период экономического кризиса индивид сталкивается с необходимостью изменить стратегии своего поведения, в том числе в сфере досуга и занятости. В зависимости личностных особенностей, жизненных приоритетов, уровня благосостояния, семейного положения и т. д. перераспределение времени, отдаваемого этим сферам, их содержание, переживания, связанные с необходимостью менять привычный стиль жизни, будут различаться. В период экономического кризиса, как и в период перестройки, люди могут менять соотношение экономической и досуговой активности в своей жизни: 1) больше работать, меньше отдыхать; 2) выбирать более экономичные формы досуга, при этом доля экономической активности может сохраняться, сокращаться, или увеличиваться; 3) в связи с невозможностью увеличить доходы и сократить расходы, отдавать приоритет досугу и семейной сфере, близким отношениям.

С нашей точки зрения, наиболее важными личностными факторами, которые будут влиять на психологическую специфику досуговой активности в период экономического кризиса, являются свойственные ей когнитивно-поведенческие стратегии преодоления, оптимизм, уровень ее социальной фрустрированности и ряд других.

Материалы и методы:

Цель исследования: выявление социально-психологических типов адаптации к экономическому кризису в сфере досуга и занятости.

Гипотезы исследования:

1. Выделяются социально-психологические типы личности, в большей и меньшей мере адаптированные к экономическому кризису.

2. Респонденты, не воспринимающие текущий экономический кризис как тяжело протекающий, меньше социально фрустрированы.

Методики исследования: авторская анкета для изучения изменения в сфере досуга и занятости в период экономического кризиса (включала в себя вопросы, направленные на выявление переживания экономического кризиса, затруднений и возможностей, которые он принес, страхов, связанных с ним, стратегий адаптации к нему в сфере досуга и занятости, а также отношение к труду и досугу), методика «Когнитивно-поведенческие стратегии преодоления» (Сизова, Филиппченкова, 2002), методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана (модификация В.В. Бойко) (Практическая психодиагностика, 2004).

Выборка исследования: исследование было выполнено на выборке 95 человек жителей Московского региона в возрасте 20–45 лет. Выборка уравновешена по возрасту, полу, уровню дохода.

Результаты: Кластерный анализ по методу K-means позволил выделить 5 эмпирических типов (рис. 1).

Тип 1 (24 человека) — респонденты, которые в высокой мере пострадали от потери работы членами семьи, больше, чем другие типы. Испытывают среднюю степень неуверенности в своем положении на работе. Воспринимают происходящие изменения действительно кризисными. При этом не видят возможностей для себя в выходе на рынок отечественных производителей. Кризис для них разоряющий, и не кратковременный. Этот тип можно охарактеризовать как пессимистический (условное название «пострадавшие»).

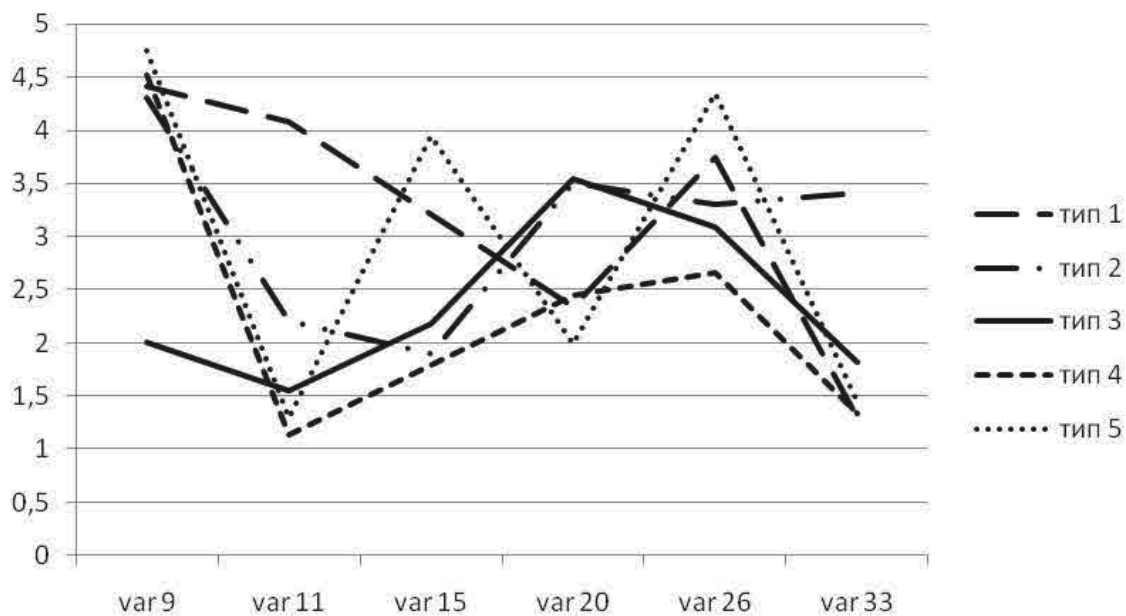


Рис. 1. Социально-психологические типы адаптации к экономическому кризису в сфере досуга и занятости
Fig. 1. Socio-psychological types of adaptation to the economic crisis in the field of leisure and employment

Условные обозначения:

Var 9 — Считаете ли Вы, что социально-экономические изменения, которые происходят в период с августа 2015 г. являются кризисными

Var 11 — Затруднение «потеря работы членами моей семьи»

Var 15 — Затруднение «неуверенность в своем положении на работе»

Var 20 — Возможность «выход на рынок отечественных производителей в рамках импортозамещения»

Var 26 — Насколько в Ваших представлениях такое явление как «экономический кризис» связано с понятием «разоряющий»

Var 33 — Насколько в Ваших представлениях такое явление как «экономический кризис» связано с понятием «кратковременный»

Тип 2 (10 человек) — видят экономические изменения как кризисные, но при этом практически не сталкивались с потерей работы членами семьи, не испытывают неуверенность в своем положении на работе. Считают, несмотря на кризис, что он открывает возможности в выходе на рынок отечественных производителей. Кризис, соответственно, воспринимает не сильно разоряющим и как кратковременный (это единственный тип, который так воспринимает кризис). Этот тип можно охарактеризовать как оптимистический (условное название «справляющиеся»).

Тип 3 (11 человек) — единственный тип респондентов, которые считают социально-экономические изменения кризисными в наименьшей степени. Тип, который не сталкивался с затруднениями потери работы членами семьи, не выражено беспокойство относительно своего положения на работе. Кризис воспринимается скорее как разоряющий и не очень кратковременный, видится возможности в выходе на рынок отечественных производителей

в рамках импортозамещения. Этот тип можно охарактеризовать как оптимистический (условное название «благополучные»).

Тип 4 (29 человек) — данный тип респондентов в наиболее низкой степени, меньше, чем все остальные типы столкнулся в кризис с потерей работы членами семьи, а также меньше других типов испытывают неуверенность в своем положении на работе. Считает изменения, происходящие в стране, кризисными выше среднего. В средней степени убеждены в открывающихся возможностях благодаря выходу на рынок отечественных производителей в рамках импортозамещения. Кризис в средней степени воспринимается как разоряющий и скорее не кратковременный. Этот тип можно охарактеризовать как противоречивый (условное название «противоречивые»).

Тип 5 (20 человек) — для данного типа характерно в наибольшей степени восприятие изменений как кризисных. В большей степени, чем у других типов выражена неуверенность в своем положении на работе. Практически не сталкивались с потерей работы у членов семьи. Сомневаются в открывающихся возможностях в виде выхода на рынок отечественных производителей в рамках импортозамещения. Больше, чем другие типы воспринимают кризис как разоряющий и совсем не кратковременный. Этот тип можно охарактеризовать как пессимистический (условное название «тревожные»).

Анализ различий между типами адаптации к экономическому кризису в сфере досуга и занятости по критерию Манна-Уитни показал (таблица 1), что «пострадавшие» в большей степени, чем «справляющиеся» в связи с экономическим кризисом с августа 2015 г. изменили предпочтения в проведении свободного времени в плане снижения активности в обучении (семинары, курсы, тренинги). «Пострадавшие» по сравнению со «справляющимися» в большей степени снизил политическую активность (участие в митингах, вступление в партии и т. д.) в качестве досуга в период экономического кризиса. «Пострадавшие» меньше удовлетворены взаимоотношениями с администрацией на работе, чем «справляющиеся», а также сферой услуг и бытового обслуживания, сферой медицинского обслуживания. «Пострадавшие» чаще используют стратегию уход или бегство из трудной ситуации по сравнению со «справляющимися».

«Пострадавшие» будут чаще в связи с кризисом экономить на покупке, переоборудовании транспортных средств, а также на бытовой технике и электронике по сравнению с «благополучными». «Пострадавшие» в сравнении с «благополучными» начали

реже практиковать «шоппинг»: пополнение гардероба, обустройство интерьера, приобретение техники, а также они реже посещают торгово-развлекательные центры с целью посидеть в кафе, провести досуг для всей семьи. «Пострадавшие» в большей степени планирует перейти на более экономичные формы досуга по сравнению с «благополучными». У «пострадавших» в связи с экономическим кризисом изменились предпочтения в проведении свободного времени, они стали реже посещать кафе, рестораны по сравнению с «благополучными». «Пострадавшие» в сравнении с «благополучными» в меньшей степени удовлетворены взаимоотношениями с коллегами по работе, взаимоотношениями с субъектами своей профессиональной деятельности, своим положением в обществе, материальным положением, жилищно-бытовыми условиями, отношениями с родителями, обстановкой в обществе, возможностью проводить отпуск, возможностью выбора места работы, своим образом жизни в целом. «Пострадавшие» чаще использует такие стратегии преодоления как идентификация со счастливыми, уход или бегство из трудной ситуации.

В ситуации экономического кризиса «пострадавшие» в большей мере, чем «противоречивые» будут экономить в первую очередь на покупке, переоборудовании транспортных средств, и бытовой технике и электронике, а также путешествиях, подарках близким, коллегам, досуге (хобби, шоппинг, кино, кафе, выставки, концерты). У «противоречивых» развлечений осталось столько же. В том случае, если «пострадавшим» придется или уже пришлось в связи с экономическим кризисом сократить свой досуг и увеличить занятость, то «пострадавшие» переживают пессимизм относительно будущего. На фоне экономического кризиса «пострадавшие» в большей степени, чем «противоречивые» планируют перейти на более экономичные формы досуга. В связи с экономическим кризисом «пострадавшие» стали реже посещать кафе и рестораны в сравнении с «противоречивыми». «Пострадавшие» в меньшей степени, чем «противоречивые» удовлетворены взаимоотношениями с коллегами по работе, взаимоотношениями с администрацией на работе, содержанием своей работы в целом, условиями профессиональной деятельности, своим положением в обществе, материальным положением, отношениями с супругом, проведением досуга, возможностью проводить отпуск, возможностью выбора места работы, своим образом жизни в целом. «Пострадавшие» в сравнении с «противоречивыми» чаще используют такие стратегии преодоления как идущее вниз

сравнение, идентификация со счастливыми, уход или бегство из трудной ситуации.

«Пострадавшие» в большей мере, чем «тревожные» согласны, что труд — это бремя, связанное с удовлетворением насущных потребностей. «Пострадавшие» в меньшей степени, чем «тревожные» будут экономить в первую очередь в ситуации экономического кризиса на питании. «Тревожные» чаще, чем «пострадавшие» отмечают у себя следующие страхи в период экономического кризиса: страх потерять работу, страх, что близкие потеряют работу; массовой безработицы; что еще долго не смогу позволить себе расходы на привычные развлечения; что мы с семьей больше не сможем позволить себе отдыхать как раньше. Для «тревожных» в большей мере, чем для «пострадавших» смысл досуга — возможность забыться от тяжелой жизни. Если «тревожным» придется или уже пришлось в связи с экономическим кризисом сократить свой досуг и увеличить рабочую занятость, они больше, чем «пострадавшие» будут сожалеть о потере досуга, о предыдущих тратах на развлечения, испытывать пессимизм относительно будущего. «Пострадавшие» на фоне экономического кризиса меньше, чем «тревожные» планируют трансформировать досуг в способ дополнительного заработка. «Тревожные» в большей мере, чем «пострадавшие» отказались от политической активности (участие в митингах, вступление в партии и т.д.) как досуга в период экономического кризиса. «Пострадавшие» в большей мере, чем «тревожные» используют стратегии идущее вниз сравнение, фиксированная на эмоциях стратегия, стратегия отрицания. «Тревожные» чаще используют стратегию предвосхищающая печаль.

«Справляющихся» в большей степени, чем «благополучных» пугает массовая безработица в период экономического кризиса, а также «справляющиеся» больше боятся, что еще долго не смогут позволить себе расходы на привычные развлечения. В связи с кризисом «справляющиеся» сократили просмотр кино в большей степени, чем «благополучные». Они также теперь реже посещают торгово-развлекательные центры с целью развеяться, «убить время». «Справляющиеся» планируют сократить время досуга в связи с загруженностью на работе в период экономического кризиса в большей степени, чем «благополучные». «Справляющиеся» меньше, чем «благополучные» удовлетворены жилищно-бытовыми условиями.

«Противоречивые» в большей степени будут экономить на медицинских услугах в связи с экономическим кризисом. В связи с экономической ситуацией «противоречивые» стали меньше работать

по сравнению со «справляющимися». «Противоречивые» в большей степени, чем «справляющиеся» боится массовой безработицы. «Противоречивые» считают в большей степени, чем «справляющиеся», что досуг — это баловство от безделья. «Противоречивые» в связи с уменьшением досуга переживают трудовой энтузиазм с надеждой на улучшение в будущем, больше, чем «справляющиеся». «Противоречивые» планируют сохранить досуг на прежнем уровне по сравнению со «справляющимися». В то же время «противоречивые» планируют сократить время досуга в связи с загруженностью на работе. «Противоречивые» меньше удовлетворены своим положением в обществе, а также сферой медицинского обслуживания и проведением досуга, чем «справляющиеся».

Таблица 1. Различия в изменении в сфере досуга и занятости у представителей разных типов отношения к экономическому кризису

	Ранговые суммы	Z	p-value	
Тип 1 и тип 2				
обучение	358	237	-2,32	0,02
политическая активность	366,5	228,5	-2	0,05
Взаимоотношения с администрацией на работе	361,5	73,5	2,24	0,02
Сфера услуг и бытового обслуживания	359	76	2,12	0,03
Сфера медицинского обслуживания	368	67	2,56	0,01
Индекс социальной фрустрации	359	76	2,12	0,03
Уход или бегство	389	76	2,23	0,03
Тип 1 и тип 3				
Покупка, переоборудование транспортных средств	516	114	2,97	0,003
Бытовая техника и электроника	488	142	1,97	0,05
шоппинг	369,5	260,5	-2,2	0,03
Посидеть в кафе	374	256	-2,04	0,04
Досуг для всей семьи	363,5	231,5	-2,12	0,03
Перейти на более экономичные формы досуга	490	140	2,04	0,04
Кафе, рестораны	373,5	256,5	-2,06	0,04
Взаимоотношения с коллегами по работе	398,5	97,5	2,62	0,009
Взаимоотношения с субъектами своей профессиональной деятельности	389,5	106,5	2,24	0,03
Положение в обществе	384,5	111,5	2,03	0,04
Материальное положение	383	113	1,96	0,05
Жилищно-бытовые условия	399,5	96,5	2,66	0,008
Отношения с родителями	392	104	2,35	0,02
Обстановка в обществе	401,5	94,5	2,75	0,006
Возможность проводить отпуск	399	97	2,64	0,008
Возможность выбора места работы	395,5	100,5	2,49	0,01

	Ранговые суммы		Z	p-value
Образ жизни в целом	395	101	2,47	0,01
Индекс социальной фрустрации	410	86	3,11	0,002
Идентификация со счастливыми	413	115	2,01	0,04
Уход или бегство	429	99	2,66	0,008
Неконструктивные стратегии	412,5	115,5	1,99	0,05
Тип 1 и тип 4				
Покупка, переоборудование транспортных средств	796	635	2,64	0,008
Бытовая техника и электроника	769,5	661,5	2,16	0,03
Путешествия	811	620	2,9	0,004
Подарки близким, коллегам	811	620	2,9	0,004
Досуг	764	667	2,06	0,04
Развлечений осталось столько же	501,5	876,5	-1,98	0,05
Пессимизм относительно будущего	797,5	633,5	2,66	0,008
Перейти на более экономичные формы досуга	813	618	2,94	0,003
Кафе, рестораны	504	927	-2,56	0,01
Взаимоотношения с коллегами по работе	637,5	587,5	2,26	0,02
Взаимоотношения с администрацией на работе	638	587	2,27	0,02
Взаимоотношения с субъектами своей профессиональной деятельности	645,5	579,5	2,42	0,02
Содержание своей работы в целом	662	563	2,76	0,006
Условия профессиональной деятельности	649,5	575,5	2,51	0,01
Положение в обществе	637,5	587,5	2,26	0,02
Материальное положение	651	574	2,54	0,01
Отношения с супругом	673	552	2,98	0,003
Проведение досуга	645	580	2,41	0,02
Возможность проводить отпуск	650	575	2,52	0,01
Возможность выбора места работы	686	539	3,24	0,001
Образ жизни в целом	623	602	1,97	0,05
Индекс социальной фрустрации	701,5	523,5	3,55	0,0004
Идущее вниз сравнение	683	592	2,37	0,02
Идентификация со счастливыми	701,5	573,5	2,74	0,006
Уход или бегство	663	612	1,98	0,05
Тип 1 и тип 5				
Труд — это бремя, связанное с удовлетворением насущных потребностей	669	321	3,03	0,002
питание	420	570	-2,82	0,005
Я боюсь потерять работу	445	545	-2,22	0,03
Я боюсь, что мои близкие потеряют работу	442	548	-2,3	0,02
Я боюсь массовой безработицы	422	524	-2,03	0,04
Я боюсь, что еще долго не смогу позволить себе расходы на привычные развлечения	435	555	-2,46	0,01
Я боюсь, что мы с семьей больше не сможем позволить себе отдыхать как раньше	432	558	-2,53	0,01

	Ранговые суммы		Z	p-value
Возможность забыть от тяжелой жизни	446	544	-2,2	0,03
Сожаления о потере досуга	455	535	-1,99	0,05
Пессимизм относительно будущего	418	572	-2,86	0,004
Сожаления о предыдущих тратах на развлечения	455	535	-1,99	0,05
Трансформировать досуг в способ дополнительного заработка	423,5	522,5	-1,99	0,05
Политическая активность	455,5	534,5	-1,98	0,05
Идущее вниз сравнение	564	339	2,28	0,02
Предвосхищающая печаль	390,5	512,5	-2,07	0,04
Фиксированная на эмоциях	559	344	2,15	0,03
Отрицание	555,5	347,5	2,07	0,04
Неконструктивные стратегии	556	347	2,08	0,04
Тип 2 и тип 3				
Я боюсь массовой безработицы	145,5	85,5	2,46	0,01
Я боюсь, что еще долго не смогу позволить себе отдыхать как раньше	132	78	2	0,05
Посмотреть кино	73,5	157,5	-2,54	0,01
Развлекаться, убить время	80	151	-2,08	0,037772
Сократить время досуга в связи с загруженностью на работе	141	90	2,15	0,03
Жилищно-бытовые условия	101,5	69,5	2,22	0,03
Тип 2 и тип 4				
Медицинские услуги	263	478	2,24	0,03
Я стал меньше работать	275	504,5	2,41	0,02
Я боюсь массовой безработицы	257	484	2,04	0,04
Досуг — это баловство от безделья	272,5	507,5	2,32	0,02
Трудовой энтузиазм с надеждой на улучшение в будущем	269	511	2,2	0,03
Сохранить досуг на прежнем уровне	135	645	-2,07	0,04
Сократить время досуга в связи с загруженностью на работе	268,5	511,5	2,19	0,03
Положение в обществе	206	460	2,19	0,03
Сфера медицинского обслуживания	95	571	-1,99	0,05
Проведение досуга	207	459	2,23	0,03

Обсуждение результатов: Выделенные социально-психологические типы отношения к экономическому кризису можно подразделить на оптимистические (21 человек), пессимистические (44 человек) и противоречивые (29 человек).

Для оптимистических типов в сфере досуга и занятости характерно следующее. Тип 2 больше, чем тип 3 боится массовой безработицы недоступности привычных развлечений. В связи с загруженностью на работе в период кризиса, тип 2 сокращает время своего досуга, но за счет его развлекательных, а не образователь-

ных видов, при этом сфера проведения досуга у них не фрустрирована. Тип 3 не планирует самоограничения в сфере досуга и потребления несмотря на экономический кризис, а также не испытывает фрустрации в различных сферах жизни (работа, семья, досуг и др.) и не испытывает выраженных страхов в связи с экономическим кризисом. Т. е. данная группа типов относительно благополучно переживает экономический кризис.

Для пессимистических типов в сфере досуга и занятости характерно следующее. Тип 1 сократил свое потребление до уровня жизнеобеспечения (отказ от расходов на одежду, бытовую технику, транспорт, образование), также произошло сокращение досуга за счет его развлекательных (кафе, кино), образовательных (семинары, тренинги) и релаксационных (хобби, концерты) видов. Данный тип фрустрирован в большом числе сфер своей жизни (на работе, в семье, в социально-экономическом плане, не удовлетворен жизнью вообще). Их ожидания относительно будущего пессимистичны. Для них труд — это бремя, связанное с удовлетворением насущных потребностей. В трудных жизненных условиях они больше склонны использовать неконструктивные стратегии совладания (3 из 5 присущих им стратегий). Тип 5 переживает страхи, связанные с потерей источника дохода и привычного уровня жизни. Их ожидания относительно будущего также пессимистичны. Для них смысл досуга — возможность забыться от тяжелой жизни. Однако они в большей мере, чем тип 1 планируют монетизировать свои хобби с целью улучшения материального положения. В период кризиса они в большей мере готовы отказаться от сверхнормативных (политическая активность) видов досуга. В трудных жизненных условиях они больше склонны к конструктивным преобразующим стратегиям совладания. Т. е. тип 5 больше, чем тип 1 склонен бороться с трудной жизненной ситуацией, несмотря на большой объем негативных переживаний.

Для противоречивого типа (тип 4) в сфере досуга и занятости характерна фрустрация в сфере досуга (в целом удовлетворенность этой сферой невысока, заметно противоречивое отношение к досугу в связи с экономическим кризисом, есть планы сохранять досуг на прежнем уровне, но, в то же время, сокращать его, досуг воспринимается как баловство от безделья), больше выражен страх массовой безработицы, чем у группы типов-оптимистов, также у них снизилась занятость на работе (возможно, им пришлось перейти на неполную рабочую неделю, что не может не тревожить относительно своих дальнейших перспектив трудовой занятости).

Они планируют экономить на медицинских услугах в связи с наступлением кризиса.

Выводы: Досуг является важной частью жизни современного человека. Возможны как внешние, так и внутренние препятствия для его реализации. В условиях экономического кризиса возможны различные стратегии совладания с ним в сфере досуга и занятости, которые зависят как от личностных, так и от социальных характеристик респондентов. Были выделены оптимистические, пессимистические и противоречивые типы адаптации к экономическому кризису в сфере досуга и занятости. Для первых характерна умеренная тревога относительно сферы занятости и стремление сохранять сферу досуга в полном объеме. Для вторых характерно большое число страхов в связи с наступлением экономического кризиса, выраженная фрустрированность в различных сферах жизнедеятельности, стремление экономить практически на всем, в том числе и на досуге, несмотря на его высокую значимость. Для третьей категории респондентов характерно противоречивое отношение к сфере досуга, что возможно объясняется их вынужденным снижением занятости и сопутствующими этому опасениями.

Библиографический список

1. *Батнасунов А.С.* Досуг как сфера жизнедеятельности современной российской молодежи. Автореф. дисс. канд. социол. наук. Ставрополь, 2004.
2. *Дюмазедье Ж.* Планирование досуга и культурное развитие // Образование взрослых и досуг в современной Европе. Прага: «Обрис», 1966.
3. *Котенева А.В.* Психологическая защита с позиций христианской антропологии. Дисс... докт. психол. наук. М., 2010.
4. *Махнач А.В.* Мораль и нравственность человека как основа жизнеспособности общества // Личность профессионала в современном мире / Отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С. 95–108.
5. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / ред.-сост. Д.Я. Райгородский. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2004.
6. *Сизова И.Г., Филиппченкова С.И.* Методика диагностики когнитивно-поведенческих стратегий преодоления // Современная психология: Состояние и перспективы исследований. Часть 5. Программы и методики психологического исследования личности группы: Материалы юбилейной научной конференции ИП РАН, 28–29 января 2002 г. / Отв. ред. А.Л. Журавлев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2002. С. 180–199.
7. *Чистилин А.Н.* Личностная обусловленность содержания свободного времени. Автореф. дисс... канд. психол. наук. Краснодар, 2004.
8. *Шепёлкина Е.И.* Социальные представления о жизненном успехе в молодежной среде // Психология, образование, социальная работа: актуаль-

- ные и приоритетные направления исследований: Материалы ежегодной научно-практической конференции студентов и аспирантов факультета психологии и социальной работы. Тверь: Твер. гос. ун-т, 2008. С. 54–56.
9. Юревич А.В. Психологические корни экономического кризиса // <http://www.psychological.ru/default.aspx?p=442> (дата обращения: 29.01.2017)
 10. Kleiber D.A., Walker G.J., Mannell R.C. *A Social Psychology of Leisure*. Andover, MA: Venture, 2011.
 11. Lanagan D.Y. The effect of leisure education and leadership style on adults who have mental retardation. Thesis (M.S.) Pennsylvania State University, 1988.
 12. *Leisure Studies* / Ed. by S.J. Page, J. Connell. London, N. Y.: Routledge, 2007.
 13. O'Connell T.S., Cuthbertson B. *Group dynamics in recreation and leisure: creating conscious groups through and experiential approach*. Champaign, IL: Human Kinetics, 2009.
 14. Summers J. Selected criteria for determining the most valued aspect of leisure — activity? environment? relationships? Thesis (Ed. D.) Oklahoma State University, 1983.
 15. Torkildsen G. *Leisure and Recreation Management*. London, N. Y.: Routledge, 2005.
 16. Wozniak F.J. The achievement of leisure satisfaction through adult volunteer service in the Utah National Parks Council of the Boy Scouts of America. Thesis (M. A.) Brigham Young University, 1986.