

Деревня как ресурс жизнестойкости жителей мегаполиса

М. И. Воловикова, Л. А. Кротова

В статье рассматривается опыт сельской/загородной жизни личности как ресурс совладания с трудными жизненными обстоятельствами. Переживание пандемии и самоизоляции – критическая ситуация, которая дает основания исследовать значимость этого ресурса для современных жителей мегаполиса. В статье приводятся результаты исследования особенностей переживания пандемии 2020 года горожанами, предпочитающими городской или загородный образ жизни, в условиях сельской или загородной жизни ($n = 24$). Пребывание в загородной среде оказывается для жителей мегаполиса ресурсом жизнестойкости, помогающим не только пережить критическую ситуацию, но и возможностью обратиться к себе «настоящему», переосмыслить свою жизнь. Опыт переживания ситуации самоизоляции в сельских/загородных условиях рассматривается в контексте ранее проведенных исследований, посвященных значимости сада в жизни современных горожан, а также ностальгического переживания и стремления быть собой как основы переезда за город на постоянное жительство.

Ключевые слова: жизнестойкость, ресурс, сельский мир, текстуальные данные, суверенность личности, бытийный контекст.

Тема статьи подсказана ситуацией, вызванной пандемией. Ситуация уникальна тем, что одновременно (и неожиданно) множество людей были лишены возможности поддерживать привычные занятия и условия жизни, что стало испытанием способности личности решать комплекс проблем, из которых одна из важнейших связана с вынужденной изоляцией. Для жителей мегаполиса реальностью стала необходимость почти постоянно оставаться в замкнутом пространстве городской квартиры. И те, у кого была хоть малейшая воз-

возможность выбраться за город, воспользовались ею. Когда-то, несколько десятилетий назад, комфортная городская жизнь была мечтой многих жителей деревни. Похоже, что сейчас всё возвращается «на круги своя». По мере роста городов увеличивается потребность в жизни за городом, пусть не постоянно, а хотя бы на время, необходимое для восстановления жизненных сил.

В свое время К. А. Абульханова, говоря об экологии человека, сформулировала проблему пределов психических возможностей и задалась вопросом: «...где находятся источники восстановления психики человека, чем восстанавливается его психическая энергия» (Абульханова-Славская, 1993, с. 7). Ответом на этот вопрос стало утверждение о решающей роли активности субъекта и напряжения эмоциональных и интеллектуальных сил в решении жизненных проблем. Так, одной из шкал теста жизнестойкости является принятие риска — готовность действовать в любых ситуациях (Леонтьев, Рассказова, 2006). Подчеркивается, что для развития способности к принятию риска нужны богатство впечатлений, изменчивость и неоднородность среды.

Само понятие «жизнестойкости» развивается в русле ресурсного подхода. Говоря об идеях В. Н. Дружинина, М. А. Холодная отмечает: «Обычно к ключевым ресурсам относят определенные личностные качества: оптимизм, жизнестойкость, самоэффективность и т. д. Однако есть основания искать ключевые ресурсы в интеллектуальной сфере человека, естественно, не сводя их к показателям психометрического интеллекта и психометрической креативности» (Холодная, 2015, с. 12). Эта мысль о несводимости интеллектуальных возможностей человека к показателям интеллекта, получаемым с помощью психометрических процедур, очень созвучна идеям, развиваемым в русле школы С. Л. Рубинштейна о «неизмеримости» субъекта, о формировании и проявлении его качеств в процессе деятельности, в том числе мыслительной (Брушлинский, 1996). Так, в феномене «немгновенного инсайта» (Воловикова, Брушлинский, 1976) дан пример исключительно плодотворного функционирования интеллекта, в котором участвует вся личность, обретя на эти несколько минут продолжающегося инсайта единство своих сил и способностей.

Нам интуитивно близка идея Холодной о перспективности объединения трех основных подходов к исследованию интеллекта — субъектного, ресурсного и онтологического (Холодная, 2015). Однако как это может быть связано с темой, заявленной в данной статье, и почему мы предлагаем рассматривать деревню как ресурс жизнестойкости горожанина?

Дело в том, что уникальность сложившейся ситуации позволяет рассматривать ее, в том числе, как «естественный эксперимент», в ходе которого жители мегаполиса, в течение продолжительного времени (почти 2 месяца!), фактически запертые в квартирах, сталкиваются с вынужденным ограничением своей активности, что может приводить не только к негативным последствиям депривации, но и к активизации не задействованных до времени ресурсов, одним из которых является «деревня» — в широком и в узком смысле этого слова. Понятно, что в узком смысле — это временный переезд из мегаполиса, который значительно ослабляет проблему ограничения активности. Но есть еще образ «деревни», идущий из детства и связанный с потребностью человека во взаимодействии с природой, частью которой он является. Защищенный от природных воздействий благами цивилизации, столкнувшись с ограничениями, также вызванными цивилизацией, он получает возможность осознать свою связь с природой и потребность в живом общении с ней, т. е. то, что дает загородная жизнь.

В условиях стресса, высокого уровня тревожности и неопределенности, вызванного ситуацией пандемии, условиями карантина и самоизоляции, пребывание за городом или в сельской местности оказывается для городских жителей не только возможностью побыть на свежем воздухе, избежать затворничества в стенах небольшой городской квартиры или рисков, вызванных условиями перенаселенного мегаполиса. Одна из причин ресурсности сельского/загородного мира, психологической устойчивости личности (очевидной, в том числе, и для внешнего наблюдателя) — отсутствие поставленных целей и подведения итогов, вызванное, в том числе, принятием сложной устроенности и непредсказуемости жизни, принципиальной неразрешимости многих ее вопросов.

Еще задолго до пандемии одним из авторов настоящей статьи было начато исследование с целью получить данные о возможном соотношении между стремлением горожан к загородной жизни и их представлением о себе и своем месте в мире, смысловых устремлениях, жизненной устойчивости. Один из этапов исследования — качественный анализ самоописаний и самоотчетов жителей мегаполиса, связанных с их опытом жизни за городом, был начат нами в 2019 году. С февраля по май 2020 года нами было проведено отдельное исследование («Особенности переживания эпидемии в условиях сельской жизни: суверенность, жизненная устойчивость и исторический контекст», $n = 24$), с целью рассмотреть особенности переживания пандемии горожанами, предпочитающими городской или загородный образ жизни.

Текстуальные данные для анализа отбирались из открытых источников: страниц пользователей или групп в соцсетях, статей и интервью в интернет-журналах. Критерием отбора было содержание, связанное с переживаниями и опытом самоизоляции в городских или загородных условиях. Для анализа текстуальных данных мы использовали подход к работе с качественными данными, предложенный Н. П. Бусыгиной, который подразумевает два модуса понимания — феноменологический и интерпретативный (Бусыгина, 2009). В рамках феноменологического этапа анализа мы выделяли ключевые темы в самопонимании авторов, связанные с их процессом переживания пандемии в городских условиях или условиях жизни за городом, совладанием с критической ситуацией.

Вынужденная отрезанность от «встроенных» в человека и ставших привычными ресурсов, предоставляемых жизнью в мегаполисе, внезапно открывает возможность полагаться на себя и выстраивать свою жизнь иначе, самостоятельно, жить реальной жизнью, а не планами и проектами:

«Мой московский бизнес резко сбавил обороты, и когда они восстановятся или восстановятся ли вообще, неизвестно. Так как мои перспективы получения стабильного дохода теперь очень туманны... буду срочно готовить «островок безопасности». Выращивать овощи, фрукты и заведу перепелов. То есть буквально выживать на натуральном хозяйстве. Купил всевозможных семян и удобрений. Если „перебдую“, то просто будет оборудованный дачный участок, если (не дай бог) всё это не зря — будет источник производства продуктов на удалении от города во время карантина».

Цикличность природы, условия загородной жизни, которые *утишают* и *утешают*, интимный, уединенный, *личностный* контакт (личностность которого обусловлена ностальгическими воспоминаниями о детском опыте сельской или загородной жизни) с естественной природной средой, естественной сельской жизнью (который лишь отчасти могут восполнить мини-огороды на подоконнике, садики на балконе и другие способы совладания, получившие распространение в период самоизоляции) — эти особенности сельского мира не только помогают человеку сохранять себя как личность в трудных жизненных обстоятельствах, но и ощутить ту особую полноту жизни, которая недостижима в мегаполисе:

«Вирус замедлил течение времени раза в два. Спасибо ему за возможность не ловить моменты жизни украдкой, а наслаждаться каждой минутой!».

«Если бы не работа в огороде, я уже давно сошел бы с ума. Не представляю, как бедные люди выживают в квартирах. На земле же я по-

стоянно занят: на карантине не было ни единого дня, чтобы я на своих шести сотках что-то не делал».

«Меня от сумасшествия на 7-й неделе самоизоляции спасает только Измайловский лес под боком, дикая часть парка, которую не закрыли...».

«Пандемия решительно повлияла на мои представления... я по-настоящему осознал...: блажен живущий рядом с лесом! Замечу: не с парком, рядом с которым живет, например, моя мама, но не может сейчас там гулять. Именно с лесом... Где всё наполнено гамом птичьих голосов, практически заглушающих поначалу еще слышимое шоссе... Судалением от него лес становится всё выше и тише, умиротвореннее. Положительно влияя и на мое самоощущение».

О том, что наличие собственного сада за городом, дачи или возможности проводить время в деревне для городских жителей, — это не только возможность отдохнуть и приятно провести время, но и ресурс для совладания с жизненными трудностями и критическими ситуациями — свидетельствует и опрос, проведенный нами в 2018 году среди жителей Москвы, которые занимаются садоводством и предпочитают отдых на даче или в деревне ($n = 172$). Участникам был задан вопрос «Почему собственный сад для меня важен и ценен» и предложено выбрать наиболее значимый для них ответ из десяти предложенных вариантов. При переводе вариантов ответов в смысловые категории мы получили следующие наиболее значимые категории: «Созидание, наблюдение за результатами своего труда» (37%) «Отдых от города» (29%), «Бытие собой, контакт с жизнью» (17%).

Эти данные были нами учтены в 2019 году при подготовке опроса, одной из задач которого было сопоставление представлений о ценности и смыслах загородной жизни у групп респондентов, декларирующих различную степень интереса к жизни за городом (респонденты: жители мегаполиса, живущие в городе или переехавшие жить за город, $n = 83$, мужчины — 25,3%, женщины — 74,7%, основные возрастные категории от 30 до 45 лет (30,1%) и от 45 до 65 лет (60,2%). Анкета включала несколько разделов. В контексте данной статьи представляют интерес разделы «Убеждения респондентов о загородной и городской жизни» и «Личный опыт загородной жизни: оценка значимости факторов загородной жизни как смыслообразующих».

Результаты анализа показывают, что убеждения респондентов относительно значимости загородной жизни как таковой для жизни человека различаются и в целом соответствуют их степени приверженности жизни в мегаполисе или загородной жизни (Кретова, 2020). Респонденты, которых в той или иной степени привлекает загородная жизнь, единодушно рассматривают свой дом и сад как наилучшие условия для человеческой жизни и придерживаются мнения,

что загородную жизнь невозможно заменить городскими парками и садами. Но особое внимание мы хотели бы обратить на утверждения в опросе, связанные с оценкой значимости тех или иных факторов загородной жизни, набравшие наибольшее количество баллов в группах респондентов, которые охотно проводят время на даче, мечтают о доме в деревне или за городом или переехали жить за город:

- «Когда я смотрю на звездное небо, на облака или закат, на снегопад, на то, как меняется вид за окном, я испытываю глубочайшее чувство бытия».
- «Живя за городом, необходимо сохранить то лучшее, что было получено в городской жизни, дать ему место».
- «За городом всегда хорошо, здесь другое время и пространство».
- «Когда живешь за городом, в собственном доме с садом, по-настоящему чувствуешь себя самим собой».
- «Для меня важно, что в загородной жизни много созидания и творчества».
- «Я думаю, что комфорт загородной жизни связан не только с вложением денег в обустройство, но в первую очередь с умением подходить к задачам творчески и с энтузиазмом».
- «У меня много детских воспоминаний о времени, проведенном в деревне, на даче, за городом, в садах или парках».
- «Опыт жизни за городом с ее красотой и осмысленностью может быть важен для мира, возвращая ему то ценное, что мир утрачивает».
- «Мне нравится уединенная жизнь, созерцание и размышления».
- «Сад — это нечто большее, чем красивые цветы и вкусные ягоды, сад — прообраз какой-то другой жизни, он связан с духовным миром». «Когда есть свой сад и дом, в этом есть что-то из детства, даже для городского человека».
- «Живя за городом, ощущаешь родную связь с чем-то большим, глубоким, бесконечным».

Согласно результатам анализа, ключевыми факторами, определяющими значимость загородной/сельской жизни для респондентов, являются «бытие собой», «ностальгия», «творчество и энтузиазм». Выбор респондентов фактически очерчивает жизненное пространство личности, в котором субъектное, ресурсное и онтологическое взаимосвязано и взаимообусловлено. Особые жизненные обстоятельства — ситуация пандемии — подчеркивают эту взаимосвязь, существующую за пределами обстоятельств: «бытийный контекст так же реален, как и привычные ситуационный и жизненный контексты. Феноменология бытийного уровня — это поиск смысла жизни, осо-

знание своей свободы и ответственности, осознание конечности жизни и др. Человек существует в мире и в единении с окружающим миром» (Гришина, 2018, с. 16).

Возможность чувствовать себя собой во взаимосвязи с природой и счастливыми воспоминаниями о днях, проведенных в деревне, действовать созидательно и видеть результаты своего труда и творчества и «нести» это переживание, этот опыт обратно, в городскую жизнь, обращаться к нему как к ресурсному состоянию — вот что, как нам представляется, горожане оценивают как наиболее значимые аспекты своего опыта загородной жизни. Мы видим, что опыт сада, деревенской или дачной жизни в детском возрасте не только влияет на физическое и психологическое здоровье ребенка, но, будучи актуализированным во взрослом возрасте — в условиях «эвакуации» в деревню или на дачу — становится ресурсом жизнестойкости, способности пережить непростые жизненные обстоятельства.

Для современного горожанина его сад, дача, дом в деревне — не просто строение для отдыха или подсобное хозяйство, а пространство, где одновременно разворачивается переживание человека и его сопереживание себе и миру, а стало быть, разворачиваются возможности для совладания с жизненными трудностями и критическими ситуациями. «Огражденность» от проблем большого города и его вмешательства в человеческую жизнь, простор для размышлений и творчества, восстановление цельности, внутренней свободы — эти аспекты загородной и сельской жизни оказываются значимыми для самовосприятия и психологического благополучия человека. Сад, природа — это образ, обладающий сильнейшей внутренней убедительностью, который «вводится в работу переживания, который вспоминается и который воссоздается в „новой жизни“, становясь связующим, исцеляющим звеном» (Кретова, 2019, с. 76): «Оглядываясь назад, вспоминаешь, как много усложнялось, зачем, ведь всё просто, восход, закат, времена года, и в природе нет ничего лишнего, всё по делу, всё на месте».

Заключение

Связанный с пандемией опыт самоизоляции, переживаемый вне тесных городских пределов, в условиях сельской или загородной среды, предлагает обратить внимание на тот ресурс жизнестойкости, который дает горожанину жизнь в деревне. Результаты проведенных нами исследований указывают на сложноустроенность работы переживания, направленной на совладание с критической ситуацией пандемии в условиях загородной жизни, на процесс, в кото-

ром совладание связано, в том числе, с переживанием ностальгии – воспоминаниями о значимом для личности опыте жизни в деревне или на даче и с процессом актуализации, стремлением быть собой, жить «человеческой жизнью». Мы предполагаем, что ресурс жизнестойкости, опирающийся на опыт сельской жизни, в своей основе связан также с суверенностью, автономностью личности, и эта связь будет в центре внимания наших дальнейших исследований.

Литература

- Абульханова-Славская К. А.* Психологические и жизненные потери (к проблеме экологии человека) // Психология личности в условиях социальных изменений. М.: Институт психологии РАН, 1993. С. 7–20.
- Брушлинский А. В.* Субъект: мышление, учение, воображение. М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «Модэк», 1996.
- Бусыгина Н. П.* Феноменологический и герменевтический подходы в качественных психологических исследованиях // Культурно-историческая психология. 2009. Т. 5. № 1. С. 57–65.
- Воловикова М. И., Брушлинский А. В.* О мышлении как прогнозировании // Вопросы психологии. 1976. № 4. С. 32–41.
- Гришина Н. В.* Проблема концептуализации контекста в современной психологии // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9. № 3. С. 10–20. doi: 10.17759/sps.2018090302.
- Кретова Л. А.* Бегство из мегаполиса: обретение себя, ностальгия и духовность современного человека // Материалы VII Научно-практической конференции с международным участием «Границы понимания» (г. Москва, 21–23 июня 2019 г.). М.: Ассоциация понимающей психотерапии, 2019. С. 71–83.
- Кретова Л. А.* Самоактуализация и потребность в смысле в контексте загородной жизни горожан // Сборник материалов VII Международной научно-практической конференции Психология третьего тысячелетия «Актуальные вопросы современной психологии» (г. Дубна, 14–15 апреля 2020 г.). Дубна: Гос. ун-т «Дубна», 2020. С. 75–78.
- Холодная М. А.* Интеллект, креативность, обучаемость: ресурсный подход (о развитии идей В. Н. Дружинина) // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 5. С. 5–14.

Countryside as a resource for the resilience of megalopolis people

M. I. Volovikova, L. A. Kretova

The article considers the experience of rural/suburban life of personality as a resource for coping with difficult life circumstances. The experience of a pandemic and self-isolation is a critical situation that gives grounds to explore the significance of this resource for megalopolis people. We explore the features of the experiencing the 2020 pandemic by townspeople in rural or suburban environment (n = 24). Staying in a suburban environment turns out to be a resource of resilience for townspeople, helping not only to survive a critical situation, but also an opportunity to refer to true Self, puts things into perspective. The experience of self-isolation that takes place in rural/suburban conditions is examined in the context of previous studies on garden impact on the life of contemporary townspeople as well as the nostalgic experience and longing to being yourself as the ground for moving to the country for permanent residence.

Keywords: resilience, resource, rural world, textual data, personal sovereignty, ontological context.