

ВНЕ ТЕМЫ НОМЕРА NON-THEMATIC ARTICLES

Способность прощать и домашняя среда как аспекты межличностного взаимодействия

Нартова-Бочавер С.К.

*Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»
(ФГАОУ ВО НИУ ВШЭ),*

г. Москва, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Адамян А.А.

*Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»
(ФГАОУ ВО НИУ ВШЭ),*

г. Москва, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9769-877X>, e-mail: adamyan.anya@gmail.com

Цель. Исследовать способность личности к прощению в связи с характеристиками дружественной домашней среды.

Контекст и актуальность исследования. Статья продолжает цикл работ, посвященных роли домашней среды в межличностном взаимодействии. Повседневное общение связано с распределением разных ресурсов; этот процесс требует личностных качеств, обеспечивающих толерантное отношение к нарушениям справедливости.

Дизайн исследования. На первом этапе исследования была осуществлена психометрическая подготовка русскоязычной Шкалы прощения Хартланд; на втором этапе в корреляционном исследовании устанавливалась связь качеств дружественного дома и способности его обитателей к прощению.

Выборка. 590 студентов ($M=18,7$, $SD=1,1$, 477 девушек и 113 юношей).

Методы. Многошкальные опросники *Функциональность домашней среды*, *Релевантность домашней среды* и *Привязанность к дому*.

Результаты. Русскоязычная версия Шкалы прощения Хартланд включает две субшкалы — *Готовность к прощению* и *Отсутствие руминаций* — и обладает хорошей надежностью. Результаты основного исследования оказались гендерно сензитивны. В группе девушек характеристики дружественного дома положительно связаны со способностью прощать, а в группе юношей — отрицательно. Наибольшее количество связей образовано функциональными характеристиками дома; в группе юношей — также привязанностью к дому.

Выводы. В отношении юношей дом реализует усиливающую функцию, а в отношении девушек — облагораживающую; для развития способности прощать юношам показана сепарация от дома. Вклад домашней среды в развитие способности прощать обусловлен контекстом развития человека: и прощение, и непрощение представляют

собой адаптивные феномены, важные для решения социальных задач, содержание которых задано полом респондентов.

Ключевые слова: способность прощать, домашняя среда, межличностные отношения, юношество.

Финансирование: Участие Нартовой-Бочавер С.К. реализовано при финансовой поддержке Российского научного фонда в рамках научного проекта № 14-18-02163.

Благодарность: Авторы выражают признательность проф. Лоре Томпсон и д-ру Лесе Хоффман за любезное разрешение использовать шкалу, а также за помощь в ее адаптации

Для цитаты: Нартова-Бочавер С.К., Адамян А.А. Способность прощать и домашняя среда как аспекты межличностного взаимодействия // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 1. С. 193–210. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2020110112>

Forgiveness and home environment as aspects of interpersonal interaction

Sofya K. Nartova-Bochaver

*National Research University Higher School of Economics,
Moscow, Russia,*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Anna A. Adamyan

*National Research University Higher School of Economics,
Moscow, Russia,*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9769-877X>, e-mail: adamyan.anya@gmail.com

Objectives. *Investigate the individual's ability to forgive concerning the characteristics of a friendly home environment.*

Background. *The article continues the series of works devoted to the role of the home environment in the interpersonal interaction. Everyday communication involves the distribution of different resources; this process requires personal qualities that ensure a tolerant attitude to violations of justice.*

Study design. *At the first stage of the study, psychometric examination of the Russian-language Heartland Forgiveness Scale was carried out; at the second stage, a correlation study established the relationship between the qualities of a friendly home and the ability of the inhabitants to forgive.*

Participants. *Five hundred ninety students ($M=18,7$, $SD=1,1$, 477 females, and 113 males).*

Measurements. *Multi-scale questionnaires: Home Environment Functionality, Home Environment Relevance, and Home Attachment.*

Results. *The Russian version of Heartland Forgiveness Scale includes two sub-scales Readiness to forgive and Lack of ruminations and has good reliability. The results of the main study were gender-sensitive. In females, the characteristics of a friendly home are positively related to the ability to forgive, while in males, they are negatively related. The highest number of connections is formed by functionality of home; in males — also by the home attachment.*

Conclusions. *Against males, home implements amplifying function, and concerning girls — is ennobling; to develop the ability to forgive the young men need separation from home. The contribution of the home environment to the development of the ability to forgive is determined by the context of human development: both forgiveness and non-forgiveness are adaptive phenomena that are important for solving social problems, the content of which is set by the respondents' gender.*

Keywords: *forgiveness, home environment, interpersonal relations, youth.*

Funding: The participation of S.K. Nartova-Bochaver was supported by RSF, project number 14-18-02163.

Acknowledgement: The authors are very grateful to Prof. Laura Thompson and Dr. Lesa Hoffmann for their kind permission to use the Heartland Forgiveness Scale as well as for their help in its adaptation.

For citation: Nartova-Bochaver S.K., Adamyan A.A. Forgiveness and home environment as aspects of interpersonal interaction. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo = Social Psychology and Society*, 2020. Vol. 11, no. 1, pp. 193–210. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2020110112>. (In Russ.).

Введение

Взаимодействие людей неразрывно связано с обменом ресурсами или их распределением; при этом ресурсы имеют самую различную природу — это могут быть деньги, территория, знания или любовь. В близких отношениях, в отличие от ролевых, правила распределения ресурсов часто иррациональны и заданы имплицитно, представляя собой итог взаимодействия многих факторов — лояльности семье, интуиции или окраски личных отношений. И если в ролевых отношениях достаточно быть справедливым, то для конструктивного деликатного разрешения перманентно возникающих повседневных проблем между близкими людьми соблюдения справедливости недостаточно. Пролонгированный характер близких отношений, сохранение семейных традиций и атмосферы часто требуют толерантности к происходящим несправедливостям и подразумевают известную асимметрию. «Возврат» эмоциональных, социальных или материальных инвестиций может приходиться с неожиданной стороны и в непредсказуемый момент, а может не произойти никогда.

Сложность внутрисемейных взаимодействий подразумевает качества личности, допускающие неоднозначность и непредзаданность человеческого поведения. На наш взгляд, одним из подобных качеств является способность к прощению. Как отмечают исследователи семейных систем, именно способность прощать благотворна для семейного микроклимата, поддерживая верность человека своей семье и в то же время уберегая от разрушительного самоутверждения [15].

Способность к прощению не только проявляет себя в межличностном общении, но и формируется благодаря опыту разрешения повседневных противоречий и конфликтов, в рутинной совместной деятельности членов семьи [17]. В наших исследованиях дом понимается как базовая рукотворная среда обитания человека, сочетающая в себе физические, социальные и экзистенциальные параметры бытия. Как справедливо отмечал М. Хайдеггер, бытие — это всегда бытие-в-мире, это формирование стиля мышления: being => building => dwelling => thinking [23]. Бытие предполагает создание и обживание подходящего пространства, в ходе чего и складывается мироотношение человека.

Оседлость и укорененность — важные условия развития моральных качеств, стимулируемых необходимостью выстраивать не только сиюминутные, но и стратегические планы взаимодействия [18]. Исследования говорят о том, что место обитания существенно определяет социальный облик человека, а привязанность к месту сочетается с привязанностью к тем людям, которые там живут [31]. Показано, что дом в жизни обитателей выполняет множество функций [8], имеющих взаимодополняющий характер и представленных как оппозиции: это стабилизирующая и стимулирующая, поддерживающая и превентивная, усиливающая и облагораживающая (одухотворяющая) функции.

Очевидно, что именно повседневные домашние практики предоставляют живущим вместе людям имплицитные образцы того, как нужно себя вести: настаивать на жестком соблюдении справедливости или проявлять терпимость к близким. Исследования показывают также, что правила распределения ресурсов меняются в зависимости от их количества: если в условиях дефицита ресурсов при их распределении действует принцип равенства, то в условиях достатка или избытка принимаются во внимание контекстуальные переменные, например, соответствие результатов вложениям субъекта — его усилиям, способностям, достижениям [25]. Таким образом, при отсутствии острого дефицита правила распределения становятся более гибкими и мягкими. Это также дает косвенные аргументы в пользу того, что в дружественном доме могут действовать иные, кроме жесткого соблюдения правил справедливости, правила взаимодействия.

Дружественным мы называем дом, который: а) предоставляет обитателям

множество возможностей (*функциональность*), б) способен удовлетворять широкий спектр потребностей обитателей (*релевантность*) и в) вызывает чувство *привязанности*, желания возвращаться домой, проводить там время и совершенствовать его.

Все вышесказанное позволяет предположить наличие связей между способностью человека к прощению и качествами его домашней среды.

Краткая история исследований психологии прощения

Исследования способности к прощению берут свое начало из работ, посвященных психологии справедливости, как результат некоторого разочарования в благотворности справедливости для личности и ее окружения [12; 14]. Прощение понимается как намеренное и осознанное преодоление субъектом чувства обиды на человека, совершившего преступление или несправедливый поступок, причинивший вред. Прощение не синонимично примирению или оправданию, и это не просто принятие произошедшего или исчезновение гнева и обиды; скорее, это добровольное изменение своих чувств, установок и поведения, так что обида перестает доминировать, и, более того, может появиться сострадание и даже великодушие по отношению к обидчику. Прощение считается важным феноменом восстановления пациента в психотерапии и необходимым моментом повседневного общения [26], способствующим миру в себе, в своей семье и сообществе в целом. Избыточно говорить о том, что прощение — это социальный феномен, существующий только в диалоге с другим или другими [35]. И хотя исследова-

ния не дают однозначных доказательств того, что близость другого человека положительно влияет на вероятность прощения, есть свидетельство обратной зависимости: способность прощать укрепляет или восстанавливает близость отношений [30].

Л. Томпсон и др. [32] определяют прощение как способ осмысления (framing) ситуаций, в которых нарушаются ожидания человека относительно того, как он сам и другие люди должны себя вести или как должны развиваться события жизни. Благодаря способности прощения ответ на такие ситуации трансформируется из негативного в нейтральный или позитивный. Согласно концепции авторов, прощая, люди признают факт нарушения своих ожиданий от реальности, а затем проделывают работу по осознанию, переживанию или изменению своего поведения, в результате чего начинают отвечать на ситуацию обиды иначе. В ходе этого диалектического процесса осуществляется синтез изначальных ожиданий и не соответствующей им реальности в новое понимание произошедшего, тех людей или обстоятельств, которые были источником несоответствия. Часто говорят о «новом нарративе» ситуации несоответствия ожиданиям [32; 33]; прощающий человек становится способным увидеть обидчика более многомерно, тем самым повышая свою социальную сензитивность [28]. Отсутствие способности прощать ассоциируется как с неистребимым желанием восстановить справедливость, так и с мстительностью, стремлением взять реванш, т.е. влечет неоднозначные последствия.

Более дифференцированно, исследователи иногда различают прощение на эмоциональном уровне (emotional) и как принятие решения (decisional), проводя параллели с когнитивными и эмоцио-

нальными процессами [24]. Разводят также прощение и непростение; обсуждая их возможные психологические механизмы, иногда прощение соотносят с решением и эмоциональной реакцией, а непростение — исключительно с эмоциями [34].

В то же самое время существует точка зрения на прощение как признак слабости или неспособности человека защитить себя [21]; как отдельный феномен исследуется страх прощать других и быть прощенным. Поскольку и способность прощать, и чувствительность к справедливости — это качества морального содержания, связанные с процессом распределения ресурсов, они могут быть соотнесены между собой. Чувствительность к справедливости предполагает верность правилам, присутствие момента принятия решения, она сопровождается отрицательными чувствами гнева или обиды, мобилизующими человека к действиям по восстановлению справедливости [1; 7]. Прощение проявляется контекстуально и более эмоционально, причем сопряжено с изменением эмоций от отрицательных к нейтральным или позитивным; оно не предполагает совершения каких-либо специальных действий, более того, скорее, удерживает от активности, направленной на месть. Таким образом, феноменологически склонность к справедливости, скорее, сочетается с непростением, а способность прощать — с отсутствием чувствительности к справедливости. Если же вспомнить две наиболее авторитетные системы морального сознания — justice moral Л. Кольберга [27] и care moral К. Гиллиган [3], — можно ожидать, что полученные в нашем исследовании связи будут обладать выраженными гендерными различиями.

Зарубежные эмпирические исследования практически однозначно свиде-

тельствуют, что способность прощать исключительно важна для социальной жизни человека и связана с меньшим нарциссизмом и склонностью эксплуатировать других, слабой вероятностью гнева и агрессии и в то же время — с большей эмпатией и социальной желательностью. И хотя способность прощать имеет не прямое влияние на развитие отношений, все же большинство работ отмечает важность этой способности для социальной безопасности и успешности субъекта [19; 20; 22; 29; 30]. Поэтому исследование возможных коррелятов или предикторов развития этой характеристики обладает для психологии межличностных отношений исключительной актуальностью [20].

В отечественной науке феномен прощения также в последние десятилетия обращает на себя внимание исследователей: прощение рассматривается в рамках социальной философии, где оно понимается как событие, дифференцирующее и конструирующее социальность [10], в психологии исследователи описывают феноменологию прощения, рассматривают возможности применения результатов исследования в психотерапевтической практике [5], в социальной психологии прощение рассматривается как феномен межличностного общения [11], в последнее время внимание уделяется также вопросу адаптации методик исследования прощения [4]. Наша работа направлена на развитие линии исследования прощения в отечественной школе, в первую очередь, в контексте адаптивного потенциала этого качества в процессе взаимодействия человека с миром. Мы обратились к авторитетной модели прощения как психологического феномена, разработанной в университете Канзаса, где также был создан диа-

гностический инструмент для измерения способности к прощению — *Шкала прощения Хартланд* [2; 32].

Программа исследования

Наше исследование реализовано в концептуальном пространстве следующих оппозиций: справедливость—прощение; усиление—облагораживание; мужское—женское. Центральный исследовательский вопрос нашей работы состоит в том, чтобы изучить, есть ли связь между дружественностью домашней среды и развитием способности к прощению. В отсутствие предварительных данных мы сформулировали следующие альтернативные гипотезы:

1) чем выше уровень дружественности домашней среды, тем слабее выражена у обитателей способность прощать (проявление *усиливающей* функции дома);

2) чем выше уровень дружественности домашней среды, тем сильнее выражена у обитателей способность прощать (проявление *облагораживающей* функции дома).

Выборку составили 590 студентов младших курсов московских университетов в возрасте 17–29 лет ($M=18,7$, $SD=1,1$), среди них 477 девушек и 113 юношей. Исследование осуществлялось в два этапа. Первый (вспомогательный) этап был посвящен подготовке Шкалы прощения Хартланд, т.к. к настоящему моменту в России подобного инструмента не было, второй (основной) этап посвящен собственно проверке гипотез.

Основные переменные и методы исследования. Функциональность, релевантность и привязанность к дому в совокупности описывают уровень друже-

ственности дома, для изучения которой использовались ранее созданные опросники [9]. Опросник *Функциональность домашней среды (ФДС)* включает 55 утверждений и четыре шкалы: *Прагматичность* (базовые функции дома), *Развитие* (саморазвитие и снабжение информацией), *Стабильность* (постоянство, чувство комфорта, предсказуемость дома) и *Защищенность* (безопасное взаимодействие с внешним миром). Опросник *Релевантность домашней среды (РДС-к)* включает 35 пунктов и семь шкал: это *Приватность* (способность закрыться от избыточной информации и контактов), *Ресурсность* (обеспечение поддержки и стабильности), *Самопрезентация* (возможность экспозиции достижений, интересов и идей обитателя), *Эргономичность* (удобство проживания и уют), *Отчужденность* (неприятие дома, отрицательная шкала), *Пластичность* (гибкость и динамичность дома) и *Историчность* (связь обитателя с семьей через историю дома). Опросник *Привязанность к дому (ПД)* отражает общий уровень привязанности человека к дому и содержит одну шкалу из 14 утверждений.

Для измерения другой переменной, а именно способности к прощению, нами была проведена специальная работа по адаптации на русскоязычной выборке одного из наиболее авторитетных опросников — *Шкалы прощения Хартланд* [32] (приложение А).

Результаты исследования

Психометрическая подготовка Шкалы прощения Хартланд

После осуществления обратного перевода утверждений экспертом-психологом со свободным знанием английского

языка и редактирования полученных утверждений была осуществлена проверка структуры опросника. В оригинале он включал 18 пунктов и три шкалы — *Прощение себя, Прощение других и Прощение жизненных ситуаций*, по 6 утверждений в каждой из шкал. Однако проверка опросника на русскоязычной выборке, к сожалению, не позволила сохранить изначальную структуру опросника. Останемся подробнее на этапах адаптации инструмента.

Изначально для исследования структуры русскоязычной версии опросника был проведен эксплораторный факторный анализ (ЭФА) методом главных компонент с варимакс-вращением. С помощью метода скалистой осыпи были выделены три фактора, в сумме объясняющие 44,7% дисперсии. Первые два фактора, в сумме объясняющие 36,5% дисперсии, можно хорошо содержательно интерпретировать как общую *Готовность к прощению* и *Отсутствие руминаций* (бесплодных размышлений) на тему обиды. Что касается третьего фактора, то проводимый в дальнейшем конфирматорный факторный анализ и проверка надежности-согласованности показали нецелесообразность его выделения; в двухфакторной модели три из четырех пунктов, изначально выделенных в отдельный фактор, оказались неинформативными — несущими близкие нагрузки по двум факторам, один пункт был отнесен к шкале *Готовности к прощению*.

При проверке соответствия построенной концептуальной модели эмпирическим данным с помощью конфирматорного факторного анализа (КФА) использовались показатели CFI (Comparative Fit Index) и RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation), в качестве пороговых значений мы ори-

ентировались на 0,9 для CFI и 0,08 для RMSEA [13]. Для нашей модели CFI составил 0,901, RMSEA — 0,065. При проведении КФА дисперсия ответов на пункт, не вошедший в соответствующий фактор, приписывалась влиянию побочных переменных — «ошибке». Мы допускали корреляцию между факторами, а также корреляцию между ошибками, вносящими вклад в дисперсию ответов по пунктам, относящимся к одному фактору — в силу сходства формулировок соответствующих пунктов [16]. Полученные значения свидетельствуют о достаточной точности модели в отношении данных. Модель с показателями факторных нагрузок приведена в приложении Б.

Показатели шкал значимо положительно коррелируют ($r=0,13$, $p=0,001$), однако корреляция ниже уровня 0,8, что свидетельствует о том, что шкалы не противостоят друг друга.

Проверка надежности-согласованности выделенных новых шкал и опросника в целом показала удовлетворительные значения α -Кронбаха (0,77, 0,74 и 0,74 соответственно), демонстрируя достаточную внутреннюю согласованность русскоязычной методики, в то время как сохранение изначальной структуры опросника на русском языке видится нецелесообразным и с точки зрения показателей надежности-согласованности (значения α -Кронбаха составляют соответственно 0,62, 0,54 и 0,61).

Таким образом, в результате осуществленной адаптации опросник стал включать 15 пунктов, распределенных по двум шкалам. Первая шкала *Готовность прощать* включает восемь пунктов и отражает (в соответствии с концептуальной моделью) готовность человека изменить свои чувства и поведение по отношению к обиде

или свершившейся несправедливости, вторая шкала *Отсутствие руминаций* включает семь пунктов, отражая перестройку когнитивных схем субъекта и подразумеваемая исчезновение бесплодных навязчивых размышлений об обиде или несправедливости. Суммарный показатель отражает *Общую способность прощать*. Полученные данные свидетельствуют об отсутствии гендерных различий (показатель *Отсутствия руминаций* в тенденции ниже в женской группе), а проверка возрастного тренда была невозможна в силу возрастной однородности выборки.

**Основное исследование:
связь способности прощать
с дружественностью
домашней среды**

Результаты показывают, что ожидаемые положительные связи между дружественностью дома и способностью обитателей прощать себя, других людей и отдельные жизненные события действительно существуют (см. таблицу). Примечательно, что если при сравнении средних показателей способности прощать гендерных различий обнаружено не было, содержание полученных связей гендерно сензитивно; в мужской группе их обнаружено одиннадцать, и они отрицательные, в то время как в женской — всего семь, и они положительные.

Также следует отметить, что восприимчивой к домашней среде оказалась лишь аффективно-поведенческая составляющая способности прощать/не прощать. Наличие/отсутствие руминаций практически не образовало значимых связей, за одним исключением: у девушек отсутствие руминаций положительно связано с пластичностью домашней среды. Можно предположить, что в моменты обид и разочарований девушек «вырывают» психоте-

рапевтические рутинные практики: передвигая мебель или меняя занавески, они останавливают свои бесплодные размышления и завершают травматичный гештальт. Если дома нечего изменить, такого не происходит. Весьма вероятно также, что у юношей размышления и представления о необходимости прощать/мстить обусловлены иными, кроме рутинных домашних практик, процессами или испытывают воздействие внешних социальных факторов; дом же связан с намерением отстаивать свои интересы.

Наиболее выпукло проявили себя в связи со способностью/неспособностью прощать показатели функциональности, иначе говоря, объективного комфорта дома. При этом если у девушек отсутствие бытовых стрессов способствует более терпимому отношению к самим себе и миру, то у юношей, напротив, они укрепляют

намерение не прощать. Кроме того, только в мужской группе намерение не прощать связано с привязанностью к дому, а также с некоторыми показателями релевантности дома: его способностью обеспечить экспозицию индивидуальности обитателей в домашнем пространстве, и особенно сильно — с историчностью дома.

Обсуждение

Итак, на предварительной стадии исследования была предпринята проверка факторной структуры *Шкалы прощения Хартланд*, и обнаружено, что она отличается от оригинальной, включая два фактора, названные нами *Готовность к прощению* и *Отсутствие руминаций*. Психологический смысл этой модификации состоит в том, что для россиянина несущественно,

Таблица

Связь (r_s) характеристик дружелюбности дома и способности прощать

Шкала	Готовность прощать			Отсутствие руминаций			Способность прощать (общий показатель)		
	Общ.	Муж.	Жен.	Общ.	Муж.	Жен.	Общ.	Муж.	Жен.
Выборка									
Защищенность	,023	-,306**	,126**	,051	-,111	,001	-,021	-,273**	,083
Прагматичность	,088*	-,182	,113*	,071	-,085	,015	-,011	-,175	,083
Развитие	,097*	-,189*	,108*	,060	-,100	,010	-,020	-,189*	,077
Стабильность	,090*	-,043	,121**	,097*	-,086	-,010	-,032	-,085	,073
ФДС	,085*	-,198*	,129**	,080	-,109	,004	-,024	-,201*	,087
ПД	,063	-,201*	,036	-,006	,011	-,044	-,040	-,124	-,006
РДС	,023	-,224*	,070	,018	,004	,026	,027	-,143	,063
Приватность	,055	,034	,058	,006	,041	,002	,040	,049	,039
Ресурсность	,042	-,144	,082	,007	-,038	,024	,033	-,119	,069
Самопрезентация	,008	-,195*	,056	,007	,049	-,003	,010	-,095	,034
Эргономичность	,033	-,115	,065	,016	,048	,008	,032	-,043	,047
Отчужденность	-,036	,123	-,067	-,027	,005	-,049	-,041	,084	-,077
Пластичность	,024	-,013	,032	,080	-,058	,112*	,070	-,047	,096*
Историчность	-,062	-,354**	,000	-,039	-,011	-,041	-,067	-,239*	-,028

Условные обозначения: ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$.

что или кого прощать, если эта способность как диспозиция присутствует, равно как и неконструктивные размышления о том, кто (был) виноват и что (надо было) делать, не различаются в зависимости от источника обиды или несправедливости. Хотя интерпретация этого факта с точки зрения особенностей российской ментальности не очевидна, полученные в ходе психометрической подготовки шкалы факты свидетельствуют о целостности феномена прощения и о непротиворечивой, можно сказать, свободной от эгоцентризма, установке россиян на реализацию своей готовности прощать. Это вполне соотносится с ранее полученными данными о том, что близость отношений мало сказывается на вероятности прощения [30]. Иначе говоря, способность прощать — это все же скорее личностное качество, предрасположенность, чем функция социального контекста.

Полученные в основном исследовании результаты подтверждают каждую из альтернативных гипотез, однако в рамках одного пола. Анализ связей демонстрирует, что если у девушек проявилась облагораживающая функция дома, то у юношей — усиливающая. Усиливающая функция означает, что дом делает человека храбрым, сильным, спонтанным, готовым к конфликтам и конфронтации. Безусловно, эти качества способствуют адаптации и повышению социального статуса. Иначе говоря, молодые люди, живущие в удобном, подходящем их индивидуальности и любимом доме, с меньшей вероятностью готовы прощать негативные события своей жизни и самих себя, чем те, кому их дом не подходит. Этот факт вполне согласуется с ранее полученными данными о том, что дружественный дом связан с предпочтением конфронтационного копинга и выраженностью всех черт Темной триады [6]. Надежный тыл делает

юношей более сильными и готовыми бороться за свои права.

Что касается девушек, составляющих большинство респондентов, то все значимые связи положительны, и можно заключить, что девушки, обитающие в подходящем им доме, с большей вероятностью склонны практиковать великодушие и не фокусироваться на обидах и несправедливостях. Таким образом, применительно к женской группе дом реализует облагораживающую функцию. Как бы то ни было, и готовность, и неготовность прощать могут обладать адаптивным смыслом, однако моральное содержание этих установок совершенно различно.

Полученные результаты позволяют в очередной раз отметить высокую гендерную обусловленность развития социально значимых качеств человека. В самом деле, у девушек дома поддерживается способность прощать как качество, востребованное в рамках межличностного взаимодействия, у юношей — неготовность прощать как качество, позволяющее утвердиться в «большом» социуме. Чем сильнее юноша связан с историей своего дома, чем сильнее чувствует свою неотделимость от него, тем интенсивнее выражено в нем желание никому ничего не прощать. Чтобы настроиться на прощение, юноше нужно сепарироваться от дома и, возможно, пройти через другие жизненные испытания, чтобы научиться терпимости к себе и другим. Однако при этом нельзя сказать, что опыт сепарации делал бы «мстительной» девушку: несмотря на разнонаправленность полученных связей, они не полностью симметричны.

Можно заключить, что способность прощать — это эмоциональная характеристика, которая с трудом поддается регламентированию: иначе говоря, нет правил, которые бы предписывали, кто, кого и за

что обязан простить. Что касается феномена непростения, то он, напротив, тесно сопряжен с чувствительностью к справедливости и предполагает наличие правил ее соблюдения. Таким образом, можно провести параллели между нашими данными и концепциями морального развития, предложенными Л. Кольбергом («мужская» модель, мораль справедливости) и К. Гиллиган («женская» модель, мораль заботы).

Можно также отметить, что при высокой ценности фактора оседлости как ресурса межличностных отношений его важность не должна переоцениваться. Нюансированность данных говорит о том, что не существует универсальных факторов развития личности; их действие модерируется контекстом развития — полем и задачами развития на текущем этапе жизненного пути.

Заключение

Проведенное исследование привело к следующим результатам.

Прежде всего, было обнаружено, что дружественный дом и способность прощения действительно связаны друг с другом, иначе говоря, технологии прощения/непростения во многом сопряжены с рутинными практиками совместной жизни, совместного использования простран-

ства, вещей, с выработкой оптимального временного режима совместной жизни. Именно дома человек учится прощать или мстить, а затем там же проявляет эти сформировавшиеся в ходе взросления качества.

Однако полученные связи разнонаправленны в зависимости от пола: у девушек дружественный дом связан со способностью прощать, в то время как юношей он стимулирует к непростению. И если для девушек фактор развития способности прощать — это оседлость, то для юношей, скорее, — сепарация и мобильность.

Побочным результатом (хотя и первым хронологически) стало создание работающей русскоязычной версии *Шкалы прощения Хартланд*, которая продемонстрировала хорошие психометрические характеристики и конструктивность в исследованиях.

Ограничения исследования в основном заданы особенностями выборки, однородной по возрасту и образовательному цензу, однако не сбалансированной по полу. В будущем было бы целесообразно привлечь другие когорты, обладающие иным, в отличие от московского студенчества, опытом. Полученные данные, на наш взгляд, могут быть положены в основу рекомендаций и психоразвивающих программ либо использованы в процессе разработки человеко-соразмерного дизайна жизненных сред.

Приложение А

Бланк и ключи для использования русскоязычной версии *Шкалы прощения Хартланд*

Инструкция. В нашей жизни негативные вещи могут происходить в результате наших собственных действий, действий других людей или обстоятельств, неподвластных нашему контролю. В течение некоторого времени после подобных событий у нас могут присутствовать негативные мысли или чувства по поводу самих себя, других людей или жизненных событий. Подумайте, как Вы обычно реагируете на негативные собы-

тия. Рядом с каждым из пунктов укажите число из шкалы ниже, которое лучше всего соответствует Вашей реакции на негативную ситуацию. Не существует верных и неверных ответов. Пожалуйста, будьте откровенны в своих ответах, насколько возможно.

№ п/п	Утверждение	Совсем не так	Почти всегда не так	Скорее не так	Трудно ответить	Скорее так	Почти всегда так	Всегда так
		1	2	3	4	5	6	7
1	Хотя вначале, пережив провал, я чувствую себя плохо, со временем могу себя простить.							
2	Я долго злюсь на себя, если сделал(а) что-то плохое.							
3	Уроки, которые я извлекаю из тех плохих поступков, что совершил, помогают мне не заикливаться на них.							
4	Мне действительно трудно принимать себя таким(ой), какой(ая) я есть, если я совершил(а) промах.							
5	Со временем я прощаю себе ошибки, которые совершил(а).							
6	Я не перестаю ругать себя за свои дурные чувства, мысли, слова и поступки.							
7	Со временем я прощаю людям ошибки, которые они совершили.							
8	Хотя некоторые люди причиняли мне боль когда-то в прошлом, я могу относиться к ним как к приятным людям.							
9	Если кто-то расстраивает меня, я легко от этого отвлекаюсь.							
10	Если дела расстраиваются по причинам, которые я не могу контролировать, я надолго «увязаю» в мыслях об этом.							
11	Со временем я прощаю то дурное, что происходило в моей жизни.							
12	Если что-то в жизни меня расстраивает, я не могу избавиться от дурных мыслей об этом.							
13	В итоге я примиряюсь с плохими событиями в моей жизни.							
14	Мне очень трудно принять плохие события, в которых никто не виноват.							
15	В конце концов я отпускаю дурные мысли о негативных событиях, на которые никто не мог повлиять.							

Ключи.

Шкала *Готовность прощать*: 1, 3, 5, 7, 8, 11, 13, 15

Шкала *Отсутствие руминаций*: 2*, 4*, 6*, 9, 10*, 12*, 14* (* — обратный пункт).

Результаты конфирматорного факторного анализа

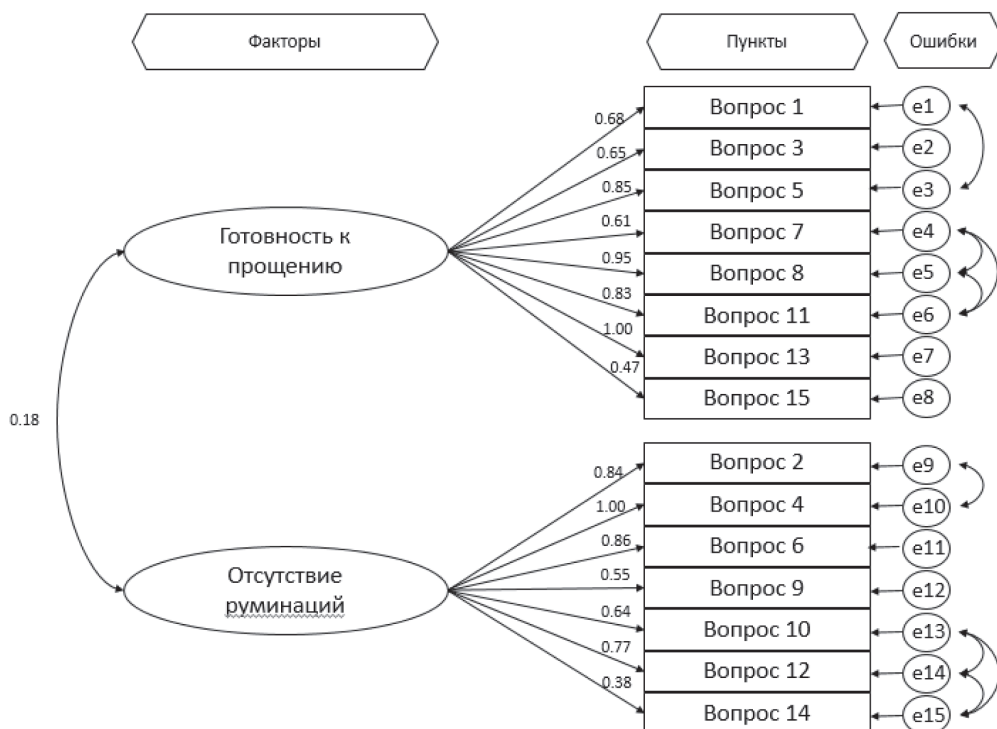


Рис. Модель конфирматорного факторного анализа Шкалы прощения Хартланд

Литература

1. Адамян А.А., Нартова-Бочавер С.К., Шмитт М. Опросник «Чувствительность к справедливости»: валидизация на российской выборке // Психологический журнал. 2018. № 4 (39). С. 120–132.
2. Большунова Н.Я., Устинова О.А. Психологические и социокультурные смыслы прощения и развитие способности к нему // Духовно-нравственные проблемы современной личности / Под ред. М.И. Володиковой, А.Л. Журавлева, А.В. Юревича. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 204–225.
3. Гиллиган К. Иным голосом: психологическая теория и развитие женщин // Этическая мысль: Научно-публицистические чтения. М.: Республика, 1991. 446 с.
4. Кононова А.П., Пузовкина О.Д. Валидизация опросника «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» на российской выборке // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Том 26. № 4. С. 27–45. doi:10.17759/cpp.2018260403

5. *Кривцова С.В.* Феноменологический подход к исследованию ноодинамических переживаний: метод отдельных случаев и метод эмпирико-феноменологических исследований (на примере феномена прощения) // Консультативная психология и психотерапия. 2010. № 4. С. 48–67.
6. *Московченко Е.Н.* Домашняя среда как источник превенции неблагоприятных качеств личности (на примере темной триады) // Год экологии в России: педагогика и психология в интересах устойчивого развития: сборник статей научно-практической конференции (4–5 декабря 2017 г.). М.: Изд. «Перо», 2017. С. 381–383.
7. *Нартова-Бочавер С.К., Астанина Н.Б.* «Униженность и оскорбленность» как черта личности: феноменологический анализ позиции жертвы // Социальная психология и общество. 2014. Т. 5. № 2. С. 13–26.
8. *Нартова-Бочавер С.К., Бочавер А.А., Резниченко С.И., Хачатурова М.Р.* Дом и его обитатели: психологическое исследование. М.: Памятники исторической мысли, 2018. 293 с.
9. *Резниченко С.И., Нартова-Бочавер С.К., Кузнецова В.Б.* Метод оценки привязанности к дому // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2016. Т. 13. № 3. С. 498–518.
10. *Томильцева Д.А.* Опыт прощения: социально-философский анализ: автореф. дис. ... канд. философ. наук. Екатеринбург, 2010. 21 с.
11. *Чукова А.С.* Социально-психологические характеристики прощения как феномена межличностного общения: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Саратов, 2011. 22 с.
12. APA dictionary of psychology / In Gary R. Van den Bos (ed.). Second Edition. York: Maple Press, 2015. 1204 p.
13. *Awang Z.* Structural equation modeling using AMOS graphic. Penerbit Universiti Teknologi MARA, 2012. 167 p.
14. *Bartholomaeus J., Strelan P.* Just world beliefs and forgiveness: The mediating role of implicit theories of relationships // Personality and Individual Differences. 2016. Vol. 96. P. 106–110.
15. *Boszormenyi-Nagy I., Krasner B.R.* Between give and take: A clinical guide to contextual therapy. NY: Brunner/Mazel, 1986. 432 p. doi:10.2307/583562.
16. *Brown T.A.* Confirmatory factor analysis for applied research. Guilford Publications, 2014. 462 p.
17. *Case D.* Contributions of journeys away to the definition of home: An empirical study of a dialectical process // Journal of Environmental Psychology. 1996. № 16. P. 1–15. doi:10.1006/jevp.1996.0001
18. *Di Masso A., Williams D.R., Raymond C.M., Buchecker M., Degenhardt B., Devine-Wright P., Stedman R.* Between fixities and flows: Navigating place attachments in an increasingly mobile world // Journal of Environmental Psychology. 2019. Vol. 61. P. 125–133. doi: 10.1016/j.jenvp.2019.01.006
19. *Fincham F.D.* Forgiveness: Integral to a science of close relationships // Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature / In M. Mikulincer, Ph.R. Shaver (eds.). NY: American Psychological Association (APA), 2009. P. 347–365.

20. *Fitness J., Peterson J.* Punishment and forgiveness in close relationships: An evolutionary, social-psychological perspective. *Social relationships: Cognitive, affective, and motivational perspectives*. 2008. P. 255–269.
21. *Gilbert P., Mc Ewan K., Matos M., Ravis A.* Fears of compassion: Development of three self-report measures // *Psychology and Psychotherapy: Theory, research and practice*. 2011. № 84 (3). P. 239–255.
22. *Girard M., Mullet É.* Propensity to forgive in adolescents, young adults, older adults, and elderly people // *Journal of Adult Development*. 1997. № 4. P. 209–220.
23. *Heidegger M.* Building, dwelling, thinking. In: *Poetry, language and thought*. NY: Colophon Book, 1971. P. 145–161.
24. *Holeman V.T., Dean J.B., De Shea L., Duba J.D.* The multidimensional nature of the quest construct forgiveness, spiritual perception, and differentiation of self // *Journal of Psychology and Theology*. 2011. Vol. 39 (1). P. 31–43.
25. *Johansson L.-O.* Preferences for equity and equality in scarcity and abundance // 15th Biennial Conference of the International Society for Justice Research June 19–22, 2014. NY: University Press. P. 102.
26. *Kalayjian A., Paloutzian R.F.* Forgiveness and reconciliation. NY: Springer, 2009. 310 p.
27. *Kohlberg L.* The claim to moral adequacy of a highest stage of moral judgment // *Journal of Philosophy*. 1973. Vol. 70 (18). P. 630–646. doi:10.2307/2025030. JSTOR 2025030.
28. *Malcolm W.M., Greenberg L.S.* Forgiveness as a process of change in individual psychotherapy // *Forgiveness: Theory, research, and practice* / In M.E. McCullough, K.I. Pargament, C.E. Thoresen (eds.). NY: Guilford, 2000. P. 179–202.
29. *McCullough M.E., Witoliet C.V.* The psychology of forgiveness // *Handbook of positive psychology* / In C.R. Snyder, S.J. Lopez (eds.). NY: Oxford, 2002. P. 446–455.
30. *McCullough M.E., Worthington Jr.E.L., Rachal K.C.* Interpersonal forgiving in close relationships // *Journal of personality and social psychology*. 1997. Vol. 73 (2). P. 321–336.
31. *Morgan P.* Towards a developmental theory of place attachment // *Journal of Environmental Psychology*. 2010. Vol. 30 (1). P. 11–22. doi: 10.1016/j.jenvp.2009.07.001
32. *Thompson L.Y., Snyder C.R., Hoffman L., Michael S.T., Rasmussen H.N., Billings L.S., Heinze L., Neufeld J.E., Shorey H.S., Roberts J.C., Roberts D.E.* Dispositional forgiveness of self, other, and situations // *Journal of Personality*. 2005. Vol. 73. P. 313–359.
33. *Thoresen C.E.* Forgiveness interventions: What is known and what needs knowing // CE Thoresen (Chair), Forgiveness and health-The Stanford forgiveness project symposium. Symposium conducted at the annual convention of the American Psychological Association, San Francisco. 2001. P. 93–101.
34. *Wade N.G., Worthington Jr.E.L.* Overcoming interpersonal offenses: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness? // *Journal of Counseling and Development*. 2003. Vol. 81 (3). P. 343–353.
35. *Wenzel M., Okimoto T.G.* The varying meaning of forgiveness: Relationship closeness moderates how forgiveness affects feelings of justice // *European Journal of Social Psychology*. 2012. Vol. 42 (4). P. 420–431.

References

1. Adamyan A.A., Nartova-Bochaver S.K., Shmitt M. Oprosnik «Chuvstvitel'nost' k spravedlivosti»: validizatsiya na rossiiskoi vyborke [The “Justice Sensitivity Questionnaire”: validation in a Russian sample]. *Psikhologicheskii zhurnal [Psychological Journal]*, 2018, no. 4 (39), pp. 120–132.
2. Bol'shunova N.Ya., Ustinova O.A. Psikhologicheskie i sotsiokul'turnye smysly proshcheniya i razvitie sposobnosti k nemu [Psychological and Sociocultural meanings of the modern person]. In M.I. Volovikovoi, A.L. Zhuravleva, A.V. Yurevicha (ed.) *Dukhovno-nravstvennye problemy sovremennoi lichnosti [Spiritual and moral problems of the modern person]*. Moscow: «Institut psikhologii RAN», 2018. pp. 204–225.
3. Gilligan C. Inym golosom: psikhologicheskaya teoriya i razvitie zhenshchin [In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development]. *Eticheskaya mysl': Nauchno-publitsisticheskie chteniya [Ethical thought: Scientific journalistic readings]*. Moscow: Respublika, 1991. 446 p.
4. Kononova A.P., Pugovkina O.D. The Validation of Tendency to Forgive and Attitudes Toward Forgiveness Scale on the Russian-Speaking Sample. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 27–45. doi:10.17759/cpp.2018260403. (In Russ., abstr. in Engl.)
5. Krivcova S.V. Phenomenological approach in study of noodynamic experiences. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2010. Vol. 18, no. 4, pp. 48–67. (In Russ., abstr. in Engl.)
6. Moskovchenko E.N. Domashnyaya sreda kak istochnik preventsii neblagopriyatnykh kachestv lichnosti (na primere temnoi triady) [The home environment as a source of prevention of the unfavorable personality traits (on the example of the dark triad)]. *God ekologii v Rossii: pedagogika i psikhologiya v interesakh ustoichivogo razvitiya: sbornik statei nauchno-prakticheskoi konferentsii [Year of Ecology in Russia: pedagogy and psychology in the interests of sustainable development]*. Moscow: Publ. «Pero», 2017. pp. 381–383.
7. Nartova-Bochaver S.K., Astanina N.B. 'Degradedness and Insultedness' as Personality Trait: A Phenomenological Analysis of Victim Position. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo [Social Psychology and Society]*, 2014. Vol. 5, no. 2, pp. 13–26. (In Russ., abstr. in Engl.)
8. Nartova-Bochaver S.K., Bochaver A.A., Reznichenko S.I., Khachaturova M.R. Dom i ego obitateli: psikhologicheskoe issledovanie [The house and its inhabitants: a psychological study.]. Moscow: Pamyatniki istoricheskoi mysli, 2018. 293 p.
9. Reznichenko S.I., Nartova-Bochaver S.K., Kuznetsova V.B. Metod otsenki privyazannosti k domu [The Instrument for Assessment of Home Attachment]. *Psikhologiya. Zhurnal Vyssei shkoly ekonomiki [Psychology. Journal of the Higher School of Economics]*, 2016. Vol. 13, no. 3, pp. 498–518.
10. Tomil'tseva D.A. Opyt proshcheniya: sotsial'no-filosofskii analiz. Avtoref. diss. kand. philos.. nauk. [The experience of forgiveness: socio-philosophical analysis. Ph.D. (Philosophy) Thesis]. Ekaterinburg, 2010. 21 p.
11. Chukova A.S. Sotsial'no-psikhologicheskie kharakteristiki proshcheniya kak fenomena mezhlichnostnogo obshcheniya. Avtoref. diss. kand. psikhol. nauk. [Socio-psychological characteristics of forgiveness as a phenomenon of interpersonal communication. PhD (Psychology) Thesis]. Saratov, 2011. 22 p.

12. APA dictionary of psychology. In Gary R. Van den Bos (Ed.) Second Edition. York: Maple Press, 2015. 1204 p.
13. Awang Z. Structural equation modeling using AMOS graphic. Penerbit Universiti Teknologi MARA, 2012. 167 p.
14. Bartholomaeus J., Strelan P. Just world beliefs and forgiveness: The mediating role of implicit theories of relationships. *Personality and Individual Differences*, 2016. Vol. 96, pp. 106–110.
15. Boszormenyi-Nagy I., Krasner B.R. Between give and take: A clinical guide to contextual therapy. New York, NY: Brunner/Mazel, 1986. 432 p. doi:10.2307/583562.
16. Brown T. A. Confirmatory factor analysis for applied research. Guilford Publications, 2014. 462 p.
17. Case D. Contributions of journeys away to the definition of home: An empirical study of a dialectical process. *Journal of Environmental Psychology*, 1996, no. 16, pp. 1–15. doi:10.1006/jev.1996.0001
18. Di Masso A., Williams D.R., Raymond C.M., Buchecker M., Degenhardt B., Devine-Wright P., Stedman R. Between fixities and flows: Navigating place attachments in an increasingly mobile world. *Journal of Environmental Psychology*, 2019. Vol. 61, pp. 125–133. doi:10.1016/j.jenvp.2019.01.006
19. Fincham F.D. Forgiveness: Integral to a science of close relationships. In: M. Mikulincer, Ph.R. Shaver (Eds.) *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature*. NY: American Psychological Association (APA), 2009. pp. 347–365.
20. Fitness J., Peterson J. Punishment and forgiveness in close relationships: An evolutionary, social-psychological perspective. *Social relationships: Cognitive, affective, and motivational perspectives*, 2008. pp. 255–69.
21. Gilbert P., Mc Ewan K., Matos M., Ravis A. Fears of compassion: Development of three self-report measures. *Psychology and Psychotherapy: Theory, research and practice*, 2011, no. 84(3), pp. 239–255.
22. Girard M., Mullet É. Propensity to forgive in adolescents, young adults, older adults, and elderly people. *Journal of Adult Development*, 1997, no. 4, pp. 209–220.
23. Heidegger M. Building, dwelling, thinking. In *Poetry, language and thought*. NY: Colophon Book, 1971. pp. 145–161.
24. Holeman V.T., Dean J.B., De Shea L., Duba J.D. The multidimensional nature of the quest construct forgiveness, spiritual perception, and differentiation of self. *Journal of Psychology and Theology*, 2011. 39(1), pp. 31–43.
25. Johansson L.-O. Preferences for equity and equality in scarcity and abundance. *15th Biennial Conference of the International Society for Justice Research* June 19–22, 2014. NY: University Press, 2014. p. 102.
26. Kalayjian A., Paloutzian R. F. Forgiveness and reconciliation. NY: Springer, 2009. 310 p.
27. Kohlberg L. The claim to moral adequacy of a highest stage of moral judgment. *Journal of Philosophy*, 1973. Vol. 70, no. 18, pp. 630–646. doi:10.2307/2025030. JSTOR 2025030.
28. Malcolm W.M., Greenberg L.S. Forgiveness as a process of change in individual psychotherapy. In M.E. McCullough, K.I. Pargament, C. E. Thoresen (Eds.) *Forgiveness: Theory, research, and practice*. NY: Guilford, 2000. pp. 179–202.

29. McCullough M.E., Witvliet C.V. The psychology of forgiveness. In: C.R. Snyder, S.J. Lopez (Eds.) *Handbook of positive psychology*. NY: Oxford, 2002. pp. 446–455.
30. McCullough M.E., Worthington Jr.E.L., Rachal K.C. Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 1997. 73(2), pp. 321–336.
31. Morgan P. Towards a developmental theory of place attachment. *Journal of Environmental Psychology*, 2010. Vol. 30, no. 1, pp. 11–22. doi: 10.1016/j.jenvp.2009.07.001
32. Thompson L.Y., Snyder C.R., Hoffman L., Michael S.T., Rasmussen H.N., Billings L.S., Heinze L., Neufeld J.E., Shorey H.S., Roberts J.C., Roberts D.E. Dispositional forgiveness of self, other, and situations. *Journal of Personality*, 2005. Vol. 73, pp. 313–359.
33. Thoresen C. E. Forgiveness interventions: What is known and what needs knowing. CE Thoresen (Chair), *Forgiveness and health-The Stanford forgiveness project symposium. Symposium conducted at the annual convention of the American Psychological Association*, San Francisco, 2001. pp. 93–101.
34. Wade N. G., Worthington Jr E. L. Overcoming interpersonal offenses: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness? *Journal of Counseling & Development*, 2003. Vol. 81, no. 3, pp. 343–353.
35. Wenzel M., Okimoto T.G. The varying meaning of forgiveness: Relationship closeness moderates how forgiveness affects feelings of justice. *European Journal of Social Psychology*, 2012, no. 42 (4), pp. 420–431.

Информация об авторах

Нартова-Бочавер Софья Кимовна, доктор психологических наук, профессор департамента психологии, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО НИУ ВШЭ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Адамян Анна Андреевна, аспирант департамента психологии, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО НИУ ВШЭ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9769-877X>, e-mail: adamyanyan@gmail.com

Information about the authors

Sofya K. Nartova-Bochaver, Doctor of Psychology, Professor of the School of Psychology, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Anna A. Adamyan, Postgraduate Student, School of Psychology, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9769-877X>, e-mail: adamyanyan@gmail.com

Получена 17.02.2019

Принята в печать 21.02.2020

Received 17.02.2019

Accepted 21.02.2020