

Российская академия наук
Институт психологии

ВЛИЯНИЕ ПАНДЕМИИ НА ЛИЧНОСТЬ И ОБЩЕСТВО

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Ответственные редакторы:

*Т. А. Нестик,
А. Л. Журавлев,
А. Е. Воробьева*

Издательство
«Институт психологии РАН»
Москва – 2021

УДК 159.9
ББК 88
В 58

В 58 Влияние пандемии на личность и общество: психологические механизмы и последствия / Отв. ред. Т. А. Нестик, А. Л. Журавлев, А. Е. Воробьева. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021. — 570 с. (Труды Института психологии РАН)

doi: 10.38098/fund_21_0442

ISBN 978-5-9270-0442-3

УДК 159.9
ББК 88

Сборник носит междисциплинарный характер и призван охватить широкий круг тем, связанных с влиянием пандемии COVID-19 на человека и общество. Рассмотрены особенности переживания эпидемиологической угрозы как психотравмирующего стрессора, индивидуальные ресурсы саморегуляции и совладания с ней, ее социально-психологические последствия, ее влияние на экономическое сознание и поведение россиян; изучены психологические предпосылки соблюдения санитарно-эпидемиологических ограничений в период пандемии, психологические аспекты информационной политики и массовых коммуникаций в данных условиях и др.

Книга адресована в первую очередь специалистам в области психологии личности, социальной, политической и экономической психологии, социологии и культурной антропологии; она будет полезна преподавателям и студентам психологических, социологических, политологических и экономических факультетов.

Книга подготовлена по Госзаданию № 0138-2021-0010

© ФГБУН «Институт психологии РАН», 2021

ISBN 978-5-9270-0442-3

Содержание

Нестик Т. А., Журавлев А. Л. Предисловие 5

РАЗДЕЛ 1

Особенности переживания эпидемиологической угрозы как психотравмирующего стрессора

Нестик Т. А. Переживание эпидемиологической угрозы
россиянами как социально-психологический феномен:
результаты серии эмпирических исследований 19

*Ениколопов С. Н., Бойко О. М., Медведева Т. И., Воронцова О. Ю.,
Казьмина О. Ю.* Психопатологические состояния
во время пандемии COVID-19 126

Журавлев А. Л., Китова Д. А. Когнитивные и эмоциональные
особенности отношения пользователей социальных сетей
к пандемии 157

Дейнека О. С., Максименко А. А. Динамика отношения россиян
к вызванной COVID-19 пандемии и режиму самоизоляции
в период первой и второй волн 197

Баранова В. А., Савина О. О. Анализ практик проживания
в самоизоляции у студентов во время пандемии
(апрель и октябрь 2020 г.). 217

Дробышева М. М. Динамика коммуникаций жителей мегаполиса
в условиях локдауна (на материале социального сервиса
«Яндекс.Район») 246

РАЗДЕЛ 2

Ресурсы совладания и особенности оказания психологической помощи в условиях пандемии

Магомед-Эминов М. Ш. Вызов пониманию конкретного человека
в психологии пандемией COVID-19 273

Тхостов А. Ш., Солдатова Г. У., Рассказова Е. И. Тревога
и мониторинг информации в ситуации пандемии:
приверженность медицинским рекомендациям
и их нарушения 309

<i>Скотникова И. Г., Егорова П. И.</i> Устойчивость—изменчивость свойств индивидуальности и переживание неопределенности в условиях пандемии COVID-19	326
<i>Быховец Ю. В., Коган-Лернер Л. Б.</i> Психотерапия в период пандемии COVID-19.	345
<i>Воробьева А. Е., Скипор С. И.</i> Факторы и характеристики отношения клиентов психолога к онлайн-консультированию на фоне пандемии COVID-19	358

РАЗДЕЛ 3

Социально-психологические механизмы и последствия пандемии COVID-19

<i>Латынов В. В., Кубрак Т. А.</i> Информационно-психологическое воздействие в ситуации пандемии COVID-19: психологические основания, тактики, факторы эффективности	381
<i>Маховская О. И.</i> Стратегии и тактики информирования населения в начале пандемии в России: психологический потенциал солидарности.	398
<i>Банникова Е. А., Татарко А. Н.</i> Взаимосвязь воспринимаемых угроз, связанных с пандемией COVID-19, и социального капитала на индивидуальном уровне	417
<i>Фоломеева Т. В., Ищук А. Н.</i> Динамика представлений о пандемии и образа будущего у пользователей социальных сетей.	437
<i>Забелина Е. В., Дейнека О. С.</i> Психологическое время и экономическое сознание в период пандемии COVID-19 (на материале исследования студентов).	457
<i>Фоломеева Т. В., Слободкина Е. А.</i> Особенности финансового поведения москвичей в условиях пандемии	472
<i>Алдашева А. А., Баканов А. С., Зеленова М. Е., Рунец О. В.</i> Исследование профессиональных ориентаций и самоопределения субъекта труда в период пандемии COVID-19	487
<i>Зуев К. Б.</i> Психологические исследования, посвященные пандемии COVID-19 (по материалам англоязычных статей, индексируемых в WoS)	509
Аннотации.	534
Abstracts.	550
Сведения об авторах	566

Предисловие

doi: 10.38098/fund_21_0442_01

Исследования российских психологов, посвященные психологическим аспектам пандемии COVID-19, имеют фундаментальное значение. Они не только позволяют лучше понять, что происходит с человеком и обществом при переживании эпидемиологической угрозы, но и создают основу для подготовки к будущим кризисам.

Можно выделить целый ряд механизмов влияния восприятия глобальных рисков (и пандемии, в частности) на психологию человека. В их основе лежит переживание трудноконтролируемой угрозы. С одной стороны, это переживание запускает конструктивные механизмы совладания и связано с мобилизацией психологических ресурсов, с чувствами солидарности и сопереживания другим. С другой стороны, когда тревога совмещается с чувством утраты контроля и с неуверенностью в эффективности предложенных мер, включаются психологические защиты. Недооцениваются вероятность и последствия самих рисков, снижается критичность мышления. Одновременно усиливается убеждение в опасности и непредсказуемости мира. И это чувство потери контроля компенсируется верой в конспирологические теории, возвращающие ощущение осмысленности происходящего и повышающие самооценку. Усиливается доверие не только к ученым, но и к лженауке, к тем, кто называет себя специалистом и обещает простые и быстрые решения, в том числе в психологии. При этом напоминание о смерти, которое сегодня, к сожалению, сопровождает каждый наш день, усиливает авторитарные

Статья подготовлена по Госзаданиям № 0138-2021-0001 и № 0138-2021-0010.

Предисловие

установки, т. е. надежду на сильную руку, которая наведет порядок и защитит от беды, повышает приверженность традиционным ценностям и лояльность своей группе, делает более жесткой моральную оценку поведения других людей, а также повышает склонность к противопоставлению «мы» и «они».

Длительное переживание трудноконтролируемой угрозы, характерное для пандемий, разрушительно для веры человека в свою способность влиять на будущее; оно сопряжено с целым рядом клинических проявлений дистресса, депрессии и тревоги, а также с посттравматическими стрессовыми расстройствами. В этой ситуации чрезвычайно важно выстроить систему психологической помощи, которая бы опиралась на научные знания и позволяла поддерживать психологическое благополучие россиян не только в условиях нынешней пандемии. Для изучения психологических последствий пандемии в апреле 2020 г. в Институте психологии РАН была создана межлабораторная исследовательская группа, результаты работы которой в значительной степени представлены в данном сборнике статей.

Наши исследования показывают, что для поддержки психологической устойчивости личности в условиях пандемии и готовности к вакцинации нужно не запугивать людей, а, наоборот, поддерживать уверенность в своей способности влиять на ситуацию, поддерживать доверие и сопереживание другим. Для преодоления поляризации в нашем обществе необходимо переходить от алармизма к обсуждению правил, по которым мы будем жить в ближайшие десятилетия, к разработке долгосрочно ориентированной стратегии защиты от будущих пандемий и других глобальных рисков. Такая стратегия должна строиться не только с учетом медико-биологических аспектов эпидемиологической угрозы, но и с опорой на знания о психологических механизмах поведения людей в условиях пандемии. Именно на выявление таких механизмов направлены исследования, представленные в нашем сборнике статей.

Первый раздел сборника посвящен особенностям переживания эпидемиологической угрозы как психотравмирующего стрессора на индивидуальном и групповом уровнях.

Т. А. Нестик анализирует влияние этого переживания на психологическое состояние российского общества. Рассматриваются социально-психологические предпосылки субъективного благопо-

лучия личности в условиях пандемии, ее адекватного отношения к соблюдению санитарно-эпидемиологических мер и к вакцинации. На основе серии эмпирических исследований, проведенных в 2020–2021 гг., показано, что тревога по поводу последствий пандемии вызывает одновременно мобилизацию психологических ресурсов и перцептивные защиты. С одной стороны, повышается уверенность в своих силах, идет поиск смысла происходящего, возрастают приверженность нормам и ценностям своей группы и сопереживание. С другой стороны, актуализируются защитные механизмы, поддерживающие ощущение субъективного контроля за происходящим: возникает недооценка эпидемиологических рисков, усиливаются вера в справедливый мир и в конспирологические теории. Страхи по поводу пандемии, дистресс и переживание неспособности защитить себя и близких являются предикторами выраженности популизма, авторитарных установок и ожидания опеки со стороны государства. Выделены типы отношения россиян к вакцинации от COVID-19. Показано, что страх заражения усиливает поддержку необходимости вакцинации, но может снижать доверие к вакцинам от коронавируса.

В статье С. Н. Ениколопова, Т. И. Медведевой, О. М. Бойко, О. Ю. Воронцовой и О. Ю. Казьминой рассмотрена динамика психопатологических показателей по мере развития пандемии COVID-19 в России. Результаты серии проведенных исследований позволяют констатировать устойчивый рост уровня психопатологической симптоматики во время первой волны пандемии в России, усиливающийся при появлении заболевших в ближайшем окружении, а также рост интенсивности суицидальных идей, связанных с ростом депрессивной симптоматики, но обусловленных другими факторами. Выявлена большая уязвимость к стрессу от пандемии COVID-19 людей, ранее обращавшихся за психиатрической помощью. Предполагаемая близость угрозы для них по своему воздействию аналогична реальной угрозе. Рост психопатологической симптоматики, продолжившийся после смягчения или отмены ограничений, позволяет предполагать сохранение негативных психологических последствий пандемии в течение длительного времени.

Д. А. Китовой и А. Л. Журавлевым выявлены психологические особенности отношения пользователей поисковых систем к коронавирусной инфекции в условиях пандемии. Как оказалось, интерес

Предисловие

пользователей к информации о пандемии во время первой волны был связан с обеспечением своей безопасности и с заботой о своих близких. Исследуемый феномен отличается когнитивной осознанностью, ситуативной устойчивостью и силой проявления, соразмерной с интенсивностью распространения пандемии. Пользователей беспокоят пандемия и ее воздействие на здоровье и образ жизни, но эмоциональный фон этих оценок можно определить как нейтральный или умеренно-отрицательный. Авторы статьи подчеркивают необходимость уточнения когнитивных и эмоциональных компонентов социально-психологического самочувствия населения в дальнейших исследованиях.

В статье О. С. Дейнеки и А. А. Максименко представлена динамика отношения россиян к эпидемической ситуации, вызванной COVID-19, и к режиму самоизоляции весной и осенью 2020 г. Результаты исследования показали противоречивую картину в установках россиян осенью 2020 г.: с одной стороны, респонденты признали недооцененной угрозу пандемии, посчитав ее изначально преувеличенной. С другой стороны, во время второй волны пандемии они снизили свой уровень требований к коллективной ответственности, к степени жесткости наказания за нарушение правил поведения во время эпидемической угрозы и к необходимости обнародования частной информации и персональных данных заболевших COVID-19. При этом в ходе осенней волны коронавируса россияне испытывали уже меньше опасений по поводу использования общественного транспорта, полагались только на себя и своих близких, выражали определенный скепсис в отношении прививок. Установлено снижение доверия к СМИ и к системе здравоохранения и повышение вовлеченности в социальные сети.

Исследование О. О. Савиной и В. А. Барановой, посвященное субъективной картине опыта жизни в условиях экстремальной ситуации у студенческой молодежи, проливает свет не только на практики работы над собой в условиях пандемии, но и на социально-психологическую динамику переживания стресса в условиях изоляции. Тематический анализ дискурсов весеннего и осеннего периодов показывает переход от пространственно-временной самоидентификации с периодом локдауна к подтверждению и переосмыслению своей социальной идентичности, к обращению за социальной поддержкой, к мыслям о будущем, к саморазвитию, к более разверну-

тому продумыванию изменений жизни, связанных с пандемической ситуацией, к более осмысленному отношению к соблюдению санитарно-эпидемиологических ограничений. Выявляя факторы адаптивного поведения, защищающего от одиночества в период самоизоляции и поддержания социальной дистанции, исследователи указывают на необходимость мер психологической помощи молодежи в периоды пандемий, таких как поддержка практик заботы о себе, повышение осведомленности о роли общения с друзьями и близкими в преодолении негативных психологических последствий изоляции, создание групп поддержки в социальных сетях.

Статья М. М. Дробышевой посвящена социально-психологической динамике сетевых коммуникаций горожан в условиях локдауна, которая выявлена на материале сообщений жителей г. Москвы в социальном сервисе «Яндекс.Район». Как оказалось, в период начала локдауна коммуникации жителей мегаполиса изменились в большей степени в направлении поиска эмоциональной поддержки, чем обмена информацией или поиска единомышленников. Показано, что динамика изучаемых коммуникаций зависит от условий проживания в конкретном районе мегаполиса. Выявленные особенности коммуникативной динамики в разных районах города указывают на неоднородность группы жителей мегаполиса, выявляют специфику восприятия ими проблем и предпочитаемых способов совладания с ситуацией массового распространения коронавируса.

Во втором разделе сборника представлены результаты исследований, посвященных ресурсам совладания и особенностям оказания психологической помощи в условиях пандемии.

Анализируя в своей статье исследования психологических проблем в условиях пандемии COVID-19, М. Ш. Магомед-Эминов показывает, что для принятия ситуации пандемии требуется трансформация личности через работу над собой, а протективное поведение и продолжение жизни в условиях ограничений требует от человека не только заботы о себе, но и заботы о другом. Для осуществления этой заботы человек должен реализовать определенную практику, работу над собой, в которой он утверждает в себе человеческое, субъектность, личность, самость. Автор раскрывает диалектику существования конкретного человека в условиях пандемии COVID-19 как «со-бытие на пределе», в котором человек решает задачи на смысл-для-себя и смысл-для-другого, заботу о себе и заботу о другом. Рабо-

Предисловие

та человека над собой осуществляется не внутри, а между одним Я и другим Я в драмах завязывания, связывания и развязывания отношений. Таким образом формируются субъектность и самоидентичность личности, способность ею преобразовывать экстремальные условия пандемии, в которых она находится.

Статья А. Ш. Тхостова, Г. У. Солдатовой и Е. И. Рассказовой посвящена изучению различных видов защитных действий и их нарушений в ситуации пандемии, а также их связи с тревогой и мониторингом информации о коронавирусе. Опираясь на результаты проведенных ими исследований, авторы показывают, что в структуре защитных действий в ситуации пандемии можно выделить действия, рекомендованные медициной и государством (действия по самоизоляции и активные защитные действия, к которым примыкает чрезмерное «охранительное» поведение), и действия, не связанные с рекомендациями (выезды на природу и контроль образа жизни). Склонность к нарушению рекомендаций также неоднородна: различаются склонность к нарушению рекомендаций по общению с друзьями и близкими и склонность к нарушению других требований — преимущественно в общественных местах и в отношении посторонних людей. Как оказалось, субъективное благополучие в ситуации пандемии слабо связано со следованием медицинским рекомендациям, но связано с лучшим контролем образа жизни и, в меньшей степени, с выездом на природу. Авторы также делают вывод о том, что поиск и мониторинг информации о пандемии связан с готовностью ко всем видам защитного поведения. Тревоги по поводу возможного заражения себя и близких, а также других негативных последствий пандемии связаны со следованием официальным рекомендациям, но только тревога по поводу халатности окружающих людей связана с меньшей готовностью нарушать режим.

В статье И. Г. Скотниковой и П. И. Егоровой представлены результаты проведенного ими исследования саморегуляции и ряда индивидуально-личностных характеристик при переживании людьми неопределенности в начале пандемии COVID-19. Обосновывается необходимость изучения стабильности и изменчивости различных стилей саморегуляции поведения и других характеристик личности в особых, нетипичных условиях. По мнению авторов, изменения индивидуально-личностных и стилевых свойств в условиях пандемии должны рассматриваться не с точки зрения отклонения

от норм, определенных ранее в стабильных условиях, а как активный поиск новой идентичности, проявление процессуально-динамической природы личности.

Ю. В. Быховец и Л. Б. Коган-Лернер делятся результатами проведенного ими исследования психотерапевтической практики в период карантина во время пандемии. Авторы констатируют, что количество запросов в этой сфере в данный период не изменилось. Содержание клиентских запросов было связано со спецификой многофакторного стрессового воздействия COVID-19 и касалось испытываемой тревоги, депрессии, обострения прежних психологических проблем, конфликтов в семье. Некоторые психотерапевты отмечали также определенную динамику проявления психопатологических признаков (в начале карантина снижение, к концу – рост). Среди трудностей, с которыми столкнулись психотерапевты в этот период работы, были указаны сложности поддержания и установления контакта, рост эмоционального напряжения, усталость психолога, особенности сеттинга при онлайн-формате, технические проблемы. Описывая свой опыт работы в условиях локдауна, опрошенные авторами статьи психотерапевты отметили и новые возможности, появившиеся у них из-за резкого перехода в онлайн-режим работы: переосмысление границ ответственности психотерапевта, новый онлайн-формат использования техник работы с кризисными состояниями, проверка собственной стрессоустойчивости в ситуации пандемии.

В статье А. Е. Воробьевой и С. И. Скипор рассматриваются факторы и характеристики отношения клиентов психолога к онлайн-консультированию в период коронавируса. Как показало проведенное ими исследование, большая часть клиентов, перешедших на онлайн-консультирование с очного формата, считает, что качество консультирования не изменилось. Чаще переходить на интернет-консультирование соглашались клиенты с большим опытом занятий с психологом, при этом готовность к инновациям не оказывала влияние на их выбор. Чаще со специфическими проблемами онлайн-консультирования, такими как низкое качество связи, сложности с организацией онлайн-сессии и снижение эмоционального контакта, сталкивались клиенты с опытом консультирования более полугода.

Третий раздел сборника проливает свет на влияние социально-психологических механизмов и последствий пандемии COVID-19

Предисловие

на массовые коммуникации, экономическое поведение, трудовое самоопределение, а также на сферу научных коммуникаций.

В. В. Латынов и Т. А. Кубрак рассматривают возможности и ограничения информационно-психологических кампаний по изменению представлений и поведения людей в ситуации пандемии. Ими выделены группы факторов, влияющих на выполнение поведенческих рекомендаций по защите от инфекции и формирование адекватных представлений о пандемии. Учет и отслеживание динамики этих факторов важен при организации информационных кампаний в условиях пандемии. Предложены стратегии противодействия недостоверной информации во время пандемии: превентивная (реализуемая еще до появления недостоверной информации), реактивная (осуществляемая уже после появления такой информации в СМИ и социальных сетях, через опровержение ложных сообщений). В целом авторы выделяют два основных направления информационно-психологического воздействия: прямое, предполагающее коррекцию аттитудов и убеждений, непосредственно касающихся мер профилактики (фрейминг «потерь», апелляция к страху за себя и близких, к социальной ответственности), и косвенное, ориентированное на изменение более широкого круга психологических характеристик – предикторов ответственного поведения (повышение доверия к институтам власти и медицинским органам, разрушение конспирологических убеждений, подчеркивание уязвимости людей перед COVID-19).

О. И. Маховской ставится задача разработки психологически обоснованных рекомендаций для медиа по формированию солидарных установок у населения во время пандемии. Выделяются психологические факторы солидарности, которая рассматривается как сложный социально-психологический конструкт, включающий представления о справедливом мироустройстве, эмпатию, позитивную идентичность и личный опыт взаимопомощи. Отмечается, что во время первой волны пандемии СМИ недооценивали ее культурные и психологические факторы, не ставили задачу формирования навыков солидарности у детей и взрослых. Вместо этого наблюдался рост развлекательных и снижение просоциальных программ, преобладание тактик отвлечения внимания от пандемии. Опираясь на проведенное исследование, О. И. Маховская предлагает рекомендации по стратегиям и тактикам воздействия на аудиторию,

субъектность которой в условиях пандемии (наряду с паникой) возрастает.

Исследование Е. А. Банниковой и А. Н. Татарко направлено на изучение взаимосвязи между воспринимаемыми угрозами пандемии COVID-19 и двумя типами социального капитала (соединяющего и связывающего) на индивидуальном уровне. Вопреки ожиданиям, в исследовании не было обнаружено связи социального капитала личности с воспринимаемыми угрозами пандемии, а также с индивидуальным опытом переживания угрозы COVID-19. Вместе с тем показано, что самооценка здоровья в условиях пандемии положительно связана с соединяющим и связующим социальным капиталом. Авторы делают вывод о необходимости дальнейших исследований долгосрочного воздействия пандемии на социальный капитал.

В статье Т. В. Фоломеевой и А. Н. Ишук приводятся результаты исследования изменений образов будущего и настоящего в дискурсе лидеров общественного мнения в социальных сетях в течение 2020 года. Показано, что даже в периоды ужесточения ограничений и увеличения числа случаев COVID-19 все лидеры мнений возлагали большие надежды на будущее, транслировали позитивные образы будущего. Вместе с тем, посты содержали меньше положительных эмоций в периоды строгих ограничений по сравнению с периодами частичного снятия ограничений. Возможно, позитивный характер образов будущего во время пандемии объясняется стремлением лидеров управлять впечатлением о себе, воздействовать на настроения своих читателей, поскольку от этого зависят их работа и социальная роль. Возможно также, что лидеры мнений таким образом замечают и отражают надежды и желания общества в условиях коллективной угрозы. Наконец, нельзя исключать и того, что размещение информации на страницах лидеров мнений в социальных сетях управляется другими людьми и осуществляется с учетом долгосрочных коммерческих и социально-политических целей.

Е. В. Забелина и О. С. Дейнека, опираясь на результаты проведенного ими исследования, показывают, что в период кризиса, вызванного пандемией COVID-19, меняются структура психологического времени личности и выраженность ее компонентов. Усиливается негативная эмоциональная реакция на происходящие события, воспринимаемый темп жизни замедляется, появляется больше страхов в воспоминаниях о «первой волне». При этом временная перспек-

тива становится более сбалансированной. Структура психологического времени усложняется, компоненты в ней перераспределяются, будущее отделяется в самостоятельный фактор, а мысли о нем сопровождаются повышенной тревожностью. Авторы делают вывод о том, что увеличение количества и силы взаимосвязей компонентов психологического времени и экономического сознания может свидетельствовать о ресурсной функции психологического времени. Ориентация на будущее и гедонистическое настоящее, повышение экономической ценности времени, а также позитивное эмоциональное отношение ко времени усиливают позитивные экономические аттитюды, активность в экономической сфере во время пандемии.

В статье Т. В. Фоломеевой и Е. А. Слободкиной описаны изменения финансового поведения жителей Москвы в связи с пандемией и вызвавшие их психологические причины. Как показало проведенное авторами исследование, во время пандемии респонденты использовали новые финансовые стратегии по сравнению с «нормальной» жизнью, а изменения в финансовых стратегиях связаны с неспособностью контролировать ситуацию и с тем, что респонденты испытывали трудности с планированием расходов из-за высокой степени неопределенности ситуации. Результаты исследования позволили сделать вывод о том, что неуверенность в стабильности будущих доходов влияет на рост уровня сбережений и падение покупательской активности москвичей. Высокая степень неопределенности ситуации способствовала сокращению расходов и переносу запланированных покупок. Авторы отмечают выраженный страх потерять работу у всех респондентов, который усугублялся общим тревожным эмоциональным фоном.

Эмпирическое исследование, проведенное А. А. Алдашевой, А. С. Бакановым, М. Е. Зеленовой и О. В. Рунец, посвящено особенностям профессионального самоопределения в период пандемии и экономической нестабильности у разных категорий субъектов трудовой деятельности. Было установлено, что в группе «самозанятых» и особенно в группе «безработных», по сравнению с группой «работающих по найму», выше уровень психологической напряженности из-за ограничений, введенных вследствие распространения коронавируса, а также выше критичность в отношении сообщений СМИ. Выявлены более активная позиция и нацеленность «самозанятых» респондентов на решение вопросов профессионального самоопре-

деления в условиях кризиса и пандемии. Показана роль в сохранении психологического равновесия субъекта труда таких внутренних ресурсов, как уверенность в своих силах, умение оценивать новую ситуацию и принимать решение в условиях неопределенности, наличие высокой самооценки квалификационных возможностей, установка на успех и достижение целей.

В статье К. Б. Зуева дан обзор посвященных пандемии COVID-19 англоязычных публикаций 2020 г., размещенных в библиометрической базе Web of Science Core Collection. Показано, что наиболее часто цитируются публикации трех типов: диагностические методики, обзорные и проблемно-ориентированные статьи, эмпирические исследования. Наибольшее число публикаций посвящены клиническим проявлениям COVID-19 и способам борьбы с ними, а также влиянию экономических факторов на население, роли СМИ в условиях пандемии и др. В рамках изучения психологических последствий пандемии значительно меньше внимания уделяется таким направлениям, как исследования химических зависимостей, геронтологические исследования, исследования в области нейронаук и онкологии. Проведенный автором анализ изменений в издательских практиках показывает, что статьи, посвященные пандемии, преимущественно публикуются оперативно и размещаются в открытом доступе, что создает условия для изменения подходов к научным коммуникациям в будущем.

Работы, представленные в настоящем сборнике, позволяют наметить ряд перспективных направлений дальнейших исследований в данной области. Прежде всего это изучение долгосрочных психологических последствий пандемии и связанных с ней ограничений, а также определение психологических факторов жизнеспособности личности и общества в условиях растущей вероятности новых пандемий и неопределенности взаимодействия человечества и вирусов. Необходимо дальнейшее изучение психологических механизмов, которые лежат в основе мобилизации личностных ресурсов и использования конструктивных стратегий совладания с переживаемой трудноконтролируемой угрозой, сопереживания другим, устойчивости к дезинформации, оптимизма, доверия и солидаризации. Чрезвычайно актуальной в этой связи представляется дальнейшая разработка подходов к диагностике и прогнозированию психологического состояния общества. Повышение адресности противоэпи-

Предисловие

демиологических мер требует лонгитюдных исследований, а также комплексного мониторинга психологического состояния общества в условиях пандемии, в том числе с использованием цифровых следов. Все более важной задачей становится проведение междисциплинарных исследований, направленных на математическое моделирование пандемий с учетом психологических особенностей поведения людей в условиях эпидемиологической угрозы и динамики их отношения к вводимым ограничениям.

Хотелось бы выразить надежду на то, что вопросы, затронутые авторами сборника, послужат отправной точкой для дальнейших теоретических и эмпирических исследований отечественных психологов для междисциплинарного поиска решений, направленных на предотвращение и преодоление пандемий и других глобальных угроз.

Т. А. Нестик, А. Л. Журавлев

Раздел 1

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ УГРОЗЫ КАК ПСИХОТРАВМИРУЮЩЕГО СТРЕССОРА

Переживание эпидемиологической угрозы россиянами как социально-психологический феномен: результаты серии эмпирических исследований

Т. А. Нестик

doi: 10.38098/fund_21_0442_02

Эффективность мер, предпринимаемых государствами для преодоления пандемии COVID-19, в значительной степени зависит от поддержки этих мер обществом. Чтобы оценить влияние психологического состояния российского общества во время пандемии на отношение этого общества к санитарно-эпидемиологическим ограничениям и вакцинации, необходимо принять во внимание несколько психологических особенностей восприятия глобальных рисков в целом (Нестик, Журавлев, 2018; Человек в условиях глобальных рисков, 2020).

Во-первых, подавляющее большинство глобальных рисков *не подтверждаются повседневным опытом*, не обнаруживаются органами чувств, носят неосознаваемый характер. Редкость или отсутствие тех или иных событий в автобиографической и коллективной памяти приводят к недооценке их вероятности. Они достраиваются воображением по аналогии с другими катастрофами, носящими локальный характер, имеющими совсем иные причины, предвестия и последствия. Психологический парадокс состоит в том, что для подготовки к глобальным кризисам человеку не хватает опыта и воображения, а при их наступлении наиболее вероятны шаблонные реакции без возможности быстрого обучения на собственных действиях.

Исследование выполнено при поддержке РФФИ и ЭИСИ в рамках научного проекта № 21-011-31386. В нем представлены результаты исследований ИП РАН, осуществленных при поддержке РФФИ (проекты № 21-011-31386 и № 19-29-07463), Минобрнауки России (проект № 2020-1902-01-162) и РНФ (проект № 18-18-00439), а также по Госзаданию № 0138-2021-0010.

Раздел 1

Во-вторых, *глобальные угрозы воспринимаются как отдаленные во времени и пространстве*. Это приводит к ряду когнитивных искажений: осмысление в абстрактных категориях, нечувствительность к масштабу возможных жертв и блокирование эмпатии, неготовность личности включать эти возможные события в свои жизненные сценарии и планы.

В-третьих, *переживание глобальной угрозы затрудняет поиск способов ее предотвращения*. Иллюзия отдаленности и маловероятности глобальных рисков в массовом сознании провоцирует активистов и СМИ на использование алармистского подхода, т. е. на целенаправленное нагнетание коллективной тревоги. Между тем фрустрация и тревожные состояния снижают способность отдельных людей и социальных групп к поиску нестандартных решений, блокируют групповую рефлекссию, подталкивают к упрощению ситуации и затрудняют достижение договоренностей. В соответствии с известным «эффектом рамки» стремление избежать вероятной потери повышает нашу склонность к рискованным решениям. Иными словами, алармизм с целью предупреждения глобальных катастроф парадоксальным образом повышает, а не снижает риски.

Мы долгое время недооцениваем вероятность и последствия глобальных рисков, но достаточно одного прецедента, чтобы бездействие сменилось избыточной реакцией и неэффективным растрачиванием ресурсов. Дело в том, что при оценке вероятности глобальных рисков мы подвержены эффекту представленности информации: недавно произошедшие техногенные катастрофы или теракты привлекают наше внимание наглядной, эмоционально заряженной картиной ужасных последствий и заставляют нас переоценивать вероятность повторения подобных событий в ближайшем будущем. Это приводит к сверхреакции на одни худшие сценарии и к недооценке других. Иными словами, сверхусилия по предотвращению одних глобальных рисков отвлекают наше внимание от других, не менее вероятных.

В-четвертых, *существует асимметрия между возможностями человека создавать глобальные риски и когнитивными и социально-психологическими ресурсами для поиска способов управления ими*. Сами способы прогнозирования рисков нередко дают обратный эффект, поддерживая иллюзию безопасности и приводя к изобретению инструментов управления рисками, которые еще более опасны, чем угроза, от которой они призваны защитить. Но проблема не толь-

ко в ограниченности когнитивных ресурсов человечества. Для предупреждения таких рисков необходим не только интеллектуальный, но и социально-психологический капитал: высокий уровень межличностного и межгруппового доверия, идентификация членами группы себя с человечеством и будущими поколениями, оптимизм, способность к групповой рефлексии и коллективному прогнозированию. Между тем, в обществе риска способность к доверию сокращается из-за растущей неуверенности в социальных институтах, конфликта различных социальных ролей и правил, накладываемых лояльностью к конкретным социальным группам.

В-пятых, *глобальные риски осмысляются в моральных категориях и на основе определенных культурных ценностей*. В отличие от рисков, с которыми человек сталкивается в повседневной жизни, отношение к глобальным угрозам осмыляется с опорой на моральные ценности, которые могут по-разному трактоваться. Эта связь глобальных рисков с ценностями снижает эффективность алармизма, а также попыток привлечь внимание общественности к проблемам планетарного масштаба с помощью одного лишь информирования об их последствиях.

В-шестых, *представления о глобальных угрозах конструируются под влиянием межгрупповых отношений, используются элитами в своих политических и экономических интересах*. Поэтому массовые представления о глобальных катастрофах и способах их предотвращения далеки от научных, они тесно связаны с групповыми стереотипами и политическими взглядами. При этом сами люди могут не осознавать влияния политических убеждений на их отношение к глобальным рискам. Это открывает возможность использовать глобальные риски как аргумент не только в пользу необходимости экономических санкций, но и для оправдания нарушения международного права. Иными словами, угроза одних глобальных рисков используется для того, чтобы создавать другие социальные катастрофы, возможно, гораздо более масштабные и долгосрочные по последствиям.

Пандемия COVID-19, охватившая мир весной 2020 г., также имеет ряд психологических особенностей, *отличающих ее от других глобальных рисков*: она воспринимается как невидимая угроза, пришедшая из-за границы; индикаторами ее наступления являются не сами ее жертвы, а действия властей, направленные на сдерживание ее распространения; в отличие от других рисков, пандемия сопряжена

со стигматизацией (сначала заболевших и тех, кто с ними контактировал, затем — тех, кто не имеет сертификата о прививке); она провоцирует социальные страхи и ксенофобию; она требует разобщения, что затрудняет солидаризацию общества для ответа на связанные с ней вызовы; она носит очень длительный характер и сказывается на всех сторонах жизни общества; она создает социальные дилеммы, заставляющие жертвовать гражданскими правами и свободами.

Цель настоящей статьи состоит в том, чтобы проанализировать влияние переживания эпидемиологической угрозы на психологическое состояние российского общества, а также определить социально-психологические предпосылки субъективного благополучия личности в условиях пандемии, факторы ее отношения к соблюдению санитарно-эпидемиологических мер и к вакцинации. При этом мы будем опираться на серию эмпирических исследований, проведенных Институтом психологии РАН в 2020–2021 гг.

Влияние пандемии COVID-19 на российское общество: результаты серии социально-психологических исследований

Анализ социально-психологических механизмов влияния пандемии на личность и общество позволяет выделить разнонаправленные тенденции: с одной стороны, солидаризацию общества перед общей угрозой, а с другой — рост веры в опасный мир и усиление авторитарных установок, снижение социального доверия, обострение межгрупповой напряженности (Нестик, 2020). Многие психологические последствия пандемии еще предстоит оценить количественно, но уже сейчас можно судить о ряде эффектов, которые приходится учитывать при преодолении этого кризиса, а также при поиске ответа на другие вызовы нашему обществу, в том числе риски, связанные с изменением климата и развитием новых технологий.

При этом под *психологическим состоянием общества во время пандемии* мы будем понимать совокупность массовых и коллективных переживаний, представлений, ценностей и установок, влияющих на функционирование социальных институтов. Можно выделить его *психоэмоциональные* характеристики (выраженность различных эмоциональных состояний, симптомов дистресса, тревоги и депрессии, удовлетворенности жизнью и субъективного переживания счастья), *мотивационно-ценностные* (ценностные ориентации, характер жиз-

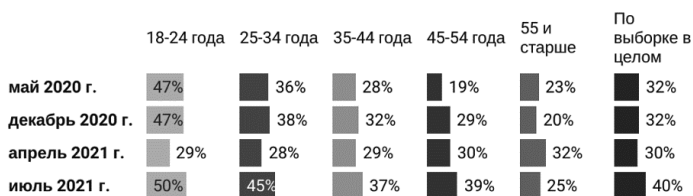
ненных целей), а также *социокогнитивные* (как представители различных социальных групп воспринимают и объясняют мир в целом и происходящие в стране события, каковы их социальные представления, каково их отношение к своей и другим социальным группам, социальным институтам, своему собственному и коллективному будущему) (Нестик и др., 2021).

Прямыми последствиями пандемии с первых недель карантина явились психологическая травматизация населения, переживание стресса, депрессии и тревоги. Первоначальная мобилизация, характерная для первых недель локдауна, сменилась дистрессом и симптомами депрессии. Среди участников онлайн-опроса, проведенного Институтом психологии РАН в апреле 2020 г., – россияне, находящиеся на карантине (N = 1203), – 41% указали на наличие симптомов депрессии, еще у 18% отмечались симптомы клинического тревожного расстройства. Онлайн-опрос, проведенный Институтом психологии РАН совместно с ЦСП «Платформа» и компанией ОМІ (N = 1043) по квотной выборке среди жителей российских городов 15 мая 2020 г. с использованием шкалы PHQ-4, показал, что 32% опрошенных демонстрируют симптомы клинической депрессии, а 20% – симптомы тревожного расстройства (см. рисунок 1). По данным общероссийского телефонного опроса (N = 1600), проведенного ВЦИОМ совместно с ИП РАН 13 июня 2020 г. с использованием той же шкалы PHQ-4, 36% опрошенных отметили у себя симптомы депрессии, а 24% – симптомы тревожного расстройства.

Наиболее подверженными тревожно-депрессивным расстройствам оказались женщины, россияне с низким уровнем доходов и отсутствием высшего образования, а также молодежь в возрасте от 18 до 24 лет. При этом мы наблюдали постепенное снижение психологического благополучия старших возрастных групп во время второй и третьей волн пандемии (см. рисунок 1). Полученные нами данные в целом согласуются с результатами, полученными в других исследованиях психологического благополучия и страхов россиян во время пандемии (Баранова, Дубовская, Савина, 2020; Бойко и др., 2020; Бохан и др., 2021; Ермолаев и др., 2021; Рассказова, Леонтьев, Лебедева, 2020; Тхостов, Рассказова, 2020; и др.).

Аналогичные эффекты наблюдались и в других странах. Например, данные исследования психологического состояния населения, проведенного в США 11–16 июня 2020 г. на основе онлайн-опроса

Динамика симптомов депрессии



Динамика симптомов тревожных расстройств

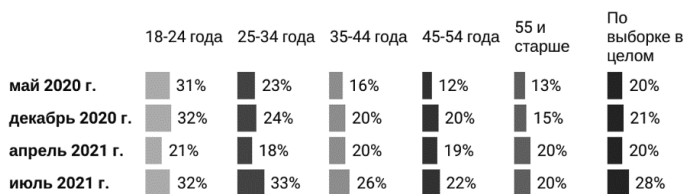


Рис. 1. Динамика симптоматики депрессии и тревожных расстройств в период первой, второй и третьей волн пандемии COVID-19 (май 2020 г., N = 1000, онлайн-опрос, ИП РАН–ОМІ–ЦСП «Платформа»; декабрь 2020 г., N = 3000, онлайн-опрос, ИП РАН–ОМІ; апрель 2021 г., N = 6000, поквартирный опрос, ИП РАН–ФОМ–«Циркон»; июль 2021 г., N = 1000, онлайн-опрос, ИП РАН; приведена доля респондентов с выраженностью симптоматики, соответствующей клиническому уровню, т. е. 3 и более баллов по шкалам PHQ-2 и GAD-2)

с использованием той же методики PHQ-4, указывают на наличие симптомов клинической депрессии у 25,1% американцев, а тревожного расстройства – у 31,7% (для сравнения, в январе–июне 2019 г. значения по этим двум показателям среди американцев составляли, соответственно, 6,6% и 8,2%) (Household Pulse Survey, 2020). Национальные репрезентативные исследования, проведенные в различных странах, указывают на широкую распространенность дистресса в период пандемии COVID-19. Например, в Китае его симптомы мае 2020 г. отмечались у 35% населения, в США – у 45%, а в Иране – у 60%. Вероятность негативных психологических последствий пандемии связана с принадлежностью к женскому полу, низким экономическим статусом, конфликтами в семье, частотой использования социальных медиа, низкой социальной поддержкой. Особенно высокая психологическая травматизация характерна для врачей. Так, например, в ходе эпидемии в Китае среди медицинских работников

были зарегистрированы высокие показатели депрессии (50%), тревожных расстройства (45%) и бессонницы (34%), а в Канаде о необходимости психологической поддержки заявило 47% медицинского персонала (UN Policy Brief, 2020). Метаанализ 48 исследований, опубликованных с 1 января 2020 г. по 29 января 2021 г. показал, что в целом в мире в связи с пандемией COVID-19 наблюдается рост тревоги на 26%, а депрессии – на 28% (см. рисунок 2).

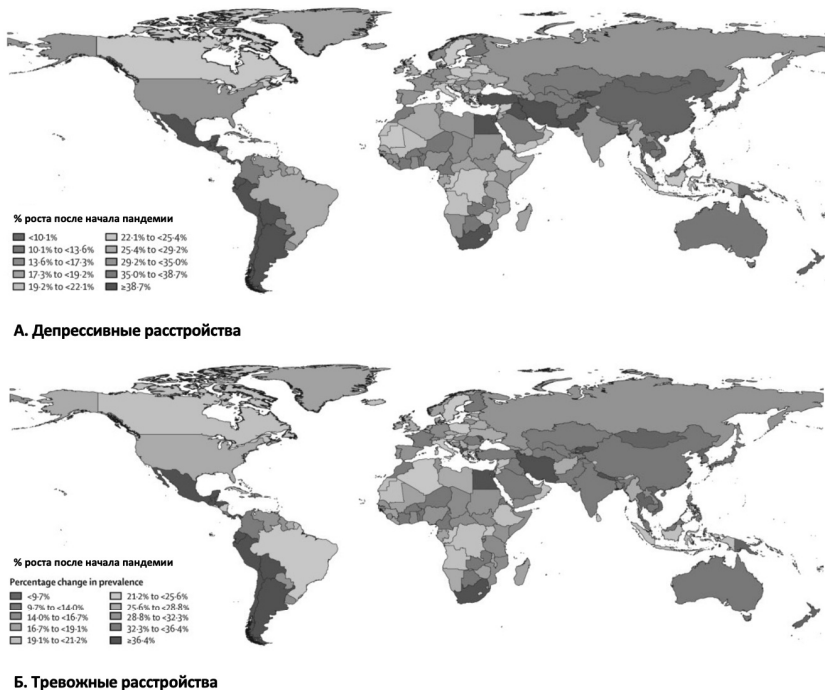


Рис. 2. Рост клинических депрессивных и тревожных расстройств в мире в 2020 г. (COVID-19 Mental Disorders Collaborators, 2021)

В наибольшей мере им подвержены женщины и представители молодежи. Более благополучны Китай и Австралия, но есть и страны менее благополучные с ростом симптоматики тревожно-депрессивных расстройств более 30%, например, Россия, Украина, Франция, США, страны Ближнего Востока, Северной Африки и Латинской Америки (COVID-19 Mental Disorders Collaborators, 2021).

Раздел 1

По данным опроса врачей и медперсонала, проведенного Институтом психологии РАН совместно с ФБУН ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора в августе 2020 г. (N = 1430), каждый третий врач (28%) отмечает у себя симптомы неуправляемого стресса. Результаты исследования показывают, что наиболее выраженной симптоматика дистресса оказалась в поликлиниках (29%), частных медицинских центрах (28%) и в службе скорой помощи (32%), тогда как депрессивные расстройства отмечаются чаще в стационарах инфекционного профиля (21%) (см. рисунок 3). У врачей, работающих в красной зоне, уровень клинической депрессии статистически значимо выше, чем у остальных (соответственно, 21% и 18%, $p = 0,005$).



Рис. 3. Симптоматика дистресса и тревожно-депрессивных расстройств у российских медицинских работников (N = 1430; приведена доля респондентов с выраженностью симптоматики, соответствующей клиническому уровню, т. е. 3 и более баллов по шкалам PHQ-2 и GAD-2)

Как оказалось, страх заражения, характерный для большинства россиян в начале пандемии (по данным ВЦИОМ, за март–июль 2020 г. доля респондентов, опасющихся заболеть коронавирусом, находилась в пределах 63–83%), играет противоречивую роль во время пандемии. С одной стороны, ряд исследований показывает, что тревога по поводу пандемии, а также тревожность как личностная черта прямо связаны с соблюдением правил предосторожности (Zettler et al., 2020). В первые месяцы пандемии страх заражения сильнее влиял на соблюдение мер предосторожности, чем политические убеждения (Harper et al., 2020). Исследования, проведенные сотрудниками НИУ ВШЭ, показывают, что при тревоге, связанной с трудно контролируру-

емым риском заражения, концентрация на эмоциях и принятие могут быть не дисфункциональными стратегиями, так как не связаны с ухудшением общего благополучия. Напротив, попытки справиться с тревогой по поводу негативных последствий пандемии за счет мысленного ухода от проблемы, использования «успокоительных» и отрицания угрозы связаны с более низким уровнем удовлетворенности жизнью (Рассказова и др., 2020). С другой стороны, длительное переживание тревоги и страха по поводу COVID-19 в условиях неопределенности будущего приводят к истощению психологических ресурсов личности, вызывают деструктивные стратегии совладания, могут вести к тяжелым формам тревожных и депрессивных расстройств (Осколкова, 2020; Ahorsu et al., 2020). Как показывают исследования, проведенные С. Н. Ениколоповым и соавт. весной 2020 г., тревога в условиях самоизоляции приводит к росту категорического и личностно-суеверного мышления, что повышает подверженность личности манипуляциям и вере в конспирологические теории (Ениколопов и др., 2020). Тревога, связанная с новостями о росте числа заболевших и умерших во время пандемии COVID-19, повышает чувствительность личности к негативной информации, заставляя переоценивать другие угрозы – преступность, рост безработицы и т. д. (Chevallier, Sijilmassi, Safra, 2020; Lieder et al., 2018).

Исследование, проведенное Первым МГМУ им. И. М. Сеченова при участии международной команды специалистов 5–15 апреля 2020 г. на выборке более 23 тыс. респондентов, выявило прямую связь между тревожными состояниями, чтением новостей о пандемии и низким доверием в государству, причем наиболее высокий уровень тревоги был выявлен в Сибирском федеральном округе, а наиболее низкое доверие – в Северо-Западном округе (Nekliudov et al., 2020). Заметим, что при сильной тревоге и низком доверии к СМИ эпидемиологическая угроза может недооцениваться, на первый план выходят страхи, связанные с экономическими последствиями. Об этом косвенно свидетельствуют результаты другого исследования, где эти же регионы демонстрировали наименьший страх в отношении заражения COVID-19 (Индекс страха, 2020).

Известно, что приверженность конспирологическим теориям растет в условиях тревоги, дистресса и чувства уязвимости (Šrol et al., 2020). Наши исследования показывают, что переживание тревоги в отношении трудно контролируемой угрозы подстегивает веру

Раздел 1

в конспирологические теории ее происхождения, если совмещается с низкой самоэффективностью, т. е. неверием в свою способность защитить от нее себя и близких (Нестик и др., 2020).

Так, в исследовании, проведенном нами в марте–апреле 2020 г. среди пользователей социальных сетей ($N = 668$; 21,8% мужчин, 78,2% женщин; возраст от 17 до 80 лет; $M_{\text{возр}} = 30$; $SD = 12,7$), была обнаружена связь конспирологических убеждений о происхождении COVID-19 с низкой самоэффективностью и верой в справедливый мир (см. таблицу 1).

Таблица 1

Социально-психологические предикторы веры в конспирологические теории происхождения пандемии во время первой волны ($N = 668$; $R = 0,542$; $R^2 = 0,294$; $F = 28,274$)

Предикторы	B	S. E.	β	t	p
Константа	3,22	0,371		8,675	<0,001
Доверие к социальным институтам	-0,336	0,055	-0,268	-6,133	<0,001
Самоэффективность: вера в способность защитить от COVID-19 себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	-0,324	0,07	-0,192	-4,64	<0,001
Интерес к новостям о пандемии	-0,182	0,045	-0,163	-4,001	<0,001
Социальный цинизм (SAS)	0,23	0,059	0,163	3,907	<0,001
Лояльность к своей группе (MFQ)	0,044	0,014	0,159	3,024	0,003
Общая вера в справедливый мир	0,149	0,048	0,148	3,129	0,002
Уважение к авторитетам (MFQ)	0,036	0,015	0,133	2,392	0,017

Полученные результаты указывают на одну из важнейших психологических функций конспирологии – защиту непротиворечивой, логичной картины мира в условиях высокой неопределенности. В ситуации неконтролируемой опасности люди склонны искать могущественного врага, которому можно приписать причины происходящего, повышая тем самым свою самооценку и воспринимаемый уровень контроля над ситуацией (Sullivan et al., 2010). Переживание стресса и трудноконтролируемых травмирующих жизненных

событий повышает подверженность вере в конспирологические теории (Swami et al., 2016). Наоборот, если мы верим в свою способность контролировать ситуацию, мы менее склонны распространять непроверенную информацию (Prooijen, 2018). При переживании уязвимости своей группы по сравнению с другими тревожные состояния запускают конструирование конспирологических теорий, помогающее снизить тревогу в отношении исходной угрозы. Однако, как только конспирологическая теория сконструирована, она начинает провоцировать новые тревоги и страхи (Prooijen, 2020). По-видимому, веру в искусственное происхождение COVID-19 можно рассматривать как компенсаторный механизм, восстанавливающий чувство контроля и безопасности в условиях глобального кризиса. Учитывая, что большинство участников исследования являлись пользователями социальных сетей, низкий интерес к новостям о пандемии в СМИ и склонность недооценивать ее опасность могут объясняться эффектом подтверждения первоначального мнения и стремлением к самонепротиворечивости, когда человек избегает официальных новостей о коронавирусе, но при этом оказывается в «эхо-камере» — информационном пузыре из источников информации, которые соответствуют уже выбранной позиции по отношению к происходящему.

В другом исследовании, проведенном нами совместно с О. С. Дейнекой и А. А. Максименко среди пользователей социальных сетей мае–июне 2020 г. ($N = 986$, 56,9% мужчин, 43,1% женщин; возраст от 18 до 76 лет; $M_{\text{возр}} = 36,6$; $SD = 10,2$) было показано, что вовлеченность в сетевые коммуникации сама по себе не усиливает веру в конспирологические теории COVID-19, но повышает тревогу, для совладания с которой при низком доверии к социальным институтам начинаются поиск врага и выработка объяснительных схем, продиктованных социальным цинизмом. Доверие к социальным институтам, напротив, снижает как конспирологическую ориентацию, так и установки, характерные для ковид-диссидентства, т. е. отрицания опасности ковида и непризнания целесообразности принимаемых государством мер по сдерживанию пандемии (см. рисунок 4; Нестик и др., 2020).

Связь конспирологических убеждений с неверием в возможность защитить себя от заражения, выявленная нами в первом исследовании, подтвердилась и здесь: недооценка угрозы заражения и признание невозможности его контролировать, характерные для ковид-

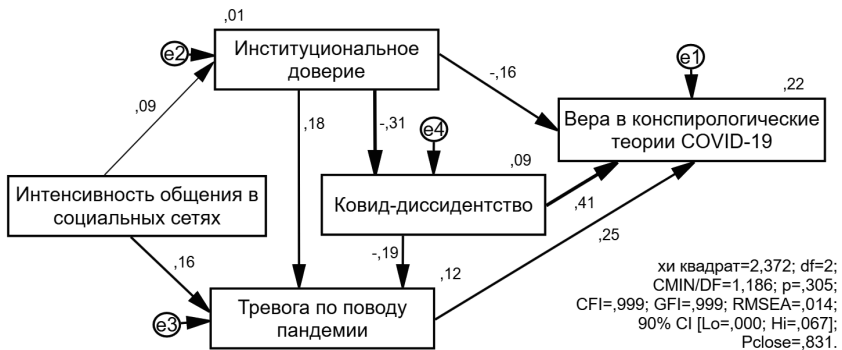


Рис. 4. Социально-психологические предпосылки веры в конспирологические теории (графическое представление результатов структурного моделирования, $N = 986$; $e1, e2, \dots$ – ошибки эндогенных переменных модели)

диссидентства, оказались тесно связанными с конспирологической ориентацией. У нас не было возможности проанализировать круг их подписки в социальных сетях, но закономерно предположить, что низкий уровень социального доверия является одним из ключевых факторов замыкания интернет-пользователей в «информационных пузырях», усиливающих их конспирологические убеждения.

В исследовании, которое мы провели в феврале 2021 г. совместно с Е. А. Михеевым, проверялась гипотеза о том, что актуализация образа пандемии как трудноконтролируемой угрозы провоцирует рост приверженности конспирологическим убеждениям. В экспериментальной группе респондентам в начале анкеты предъявлялся блок вопросов, посвященных пандемии и ее влиянию на их жизнь ($N = 496$; $M_{\text{возр}} = 39,2$; $SD = 11,3$; 33,1% (164) мужчин, 66,9% (332) женщин). Вопросы предварялись напоминанием о масштабах пандемии и ее влиянии на людей во всех странах. В контрольной группе респонденты отвечали на вопросы о пандемии в конце анкеты ($N = 709$; 32,9% (233) мужчин, 67,1% (476) женщин; $M_{\text{возр}} = 40$; $SD = 11,2$).

Результаты онлайн-эксперимента указывают на то, что привлечение внимания к тяжести последствий пандемии мобилизует внутренние ресурсы личности и запускает защитные механизмы (см. таблицу 2): с одной стороны, растут оценка осмысленности своей жизни во время пандемии, уверенность в своих силах, сопереживание и лояльность своей группе, с другой – снижается ориентация

Таблица 2

Значимые различия социально-психологических характеристик экспериментальной и контрольной групп

Социально-психологические характеристики	Экспериментальная группа		Контрольная группа		Значимость различий		
	М	SD	М	SD	U Манна-Уитни	Z	p
Конспирологическая ориентация: вера в искусственное происхождение эпидемии	3,4	1,03	3,3	0,95	161250,5	-2,471	0,013
Вера в тайное глобальное правительство (Brotherton et al., 2013)	9,5	2,85	9,2	2,83	164794,5	-1,877	0,061
Недоверие к вакцинам как эффективному средству защиты (VAX Scale)	3,6	1,25	3,4	1,17	155197,5	-3,488	0
Жизнеспособность в условиях пандемии	3,9	0,75	3,7	0,73	147901,5	-4,713	0
Уровень тревоги и депрессии (PHQ-4)	3,3	3,05	3,7	3,03	159666,5	-2,742	0,006
Общая самоэффективность	2,9	0,53	2,7	0,49	144702,0	-5,277	0
Ориентация на учет ближайших последствий	3,7	1,11	3,4	1,11	138548,0	-6,297	0
Ориентация на учет будущих последствий	4,5	0,80	4,7	0,80	147681,0	-4,746	0
Сопереживание другим во время эпидемии	3,8	0,87	3,7	0,85	162028,5	-2,348	0,019
Шкала лояльности (MFQ)	4,08	0,85	3,96	0,79	161931,0	-2,349	0,019
Социальное доверие (WVS)	3,19	0,52	3,24	0,55	164283,5	-1,953	0,051

на учет долгосрочных последствий, возрастает подверженность вере в конспирологические теории, снижается доверие к людям.

Как показали наши исследования в России, а также исследования в других странах, распространение конспирологических теорий тесно связано с низким уровнем доверия к государству и офи-

циальным СМИ (Нестик, 2020; Alper et al., 2020; Lobato et al., 2020; Prooijen, 2020).

Здесь нужно принять во внимание тот факт, что подавляющее большинство стран вошли в эпоху COVID-19 с низким уровнем доверия к социальным институтам. Международные исследования свидетельствуют о том, что в развитых странах большинство уже не верит в то, что жизнь их детей будет лучше, чем их собственная (The Governance for Happiness, 2019). Большинство респондентов из экономически развитых стран убеждены в том, что их жизнь не станет лучше в ближайшие пять лет, а 56% всех опрошенных считают, что капитализм в нынешней его форме приносит больше вреда, чем пользы (Edelman Trust Barometer, 2020). При этом среди 28 стран, участвовавших в опросе 2021 г., Россия по уровню доверия заняла последнее место: лишь 31% (30% в 2020 г.) опрошенных россиян доверяют социальным институтам – государству, СМИ, бизнесу и НКО (Edelman Trust Barometer, 2021).

Таким образом, в глобальных масштабах пандемия COVID-19 еще сильнее обострила социальные проблемы, сквозь призму которых рядовые граждане оценивают действия правительства, направленные на сдерживание угрозы и восстановление экономики.

Наши исследования показывают, что уровень доверия во время первой волны пандемии в России продолжал снижаться. Согласно результатам опроса по репрезентативной общероссийской выборке, проведенного в сентябре 2019 г. нами совместно с ИГ «Циркон» (N = 1600), только 26,2% респондентов считали, что в случае массового бедствия федеральные и региональные власти окажут поддержку всем нуждающимся. В исследовании, проведенном нами совместно с ЦСП «Платформа» и компанией ОМІ среди городского населения России (N = 1043) в мае 2020 г., доля согласных с этим утверждением составила лишь 17%. При этом 61% опрошенных признали, что они меньше стали доверять государству за период пандемии, против 10% тех, кто укрепился в доверии; 54% стали меньше доверять СМИ, больше – только 6%; только 20% считали, что можно положиться на других людей в том, что они будут соблюдать меры предосторожности при эпидемии (Исследование социальных эффектов..., 2020). По данным другого исследования, проведенного нами совместно с ВЦИОМ в июне 2020 г. (12-я волна, 13.06.2020, N = 1600), с утверждением о том, что в случае массового бедствия фе-

деральные и региональные власти окажут поддержку всем нуждающимся, согласились уже только 16% опрошенных.

Доверие к официальным лицам и представляемым ими социальным институтам основано на вере в их компетентность, доброжелательность и добросовестность, подразумевающие выполнение ими обязательств (Schoorman et al., 2007). Все эти три основания подрывались управленческими и коммуникационными ошибками в ходе первой волны пандемии. Так, противоречивость информации, слабость контроля и рассогласованность действий снижали оценку компетентности властей, экспертов и СМИ. Подозрения в сокрытии информации, ощущение равнодушия, отсутствия эмпатии и дефицит двусторонних коммуникаций снижали оценку доброжелательности. А чувство несправедливости и разочарование, вызванное нарушенными обещаниями, подрывало веру в добросовестность власти, готовность соблюдать взятые на себя обязательства (Макушева, Нестик, 2020).

При этом парадоксальность эпидемиологической угрозы, как и других глобальных рисков, состоит в том, что она не только поляризует общество и снижает доверие к системе государственного управления, но и создает эффект завышенных ожиданий от политических руководителей.

Серия зарубежных исследований показывает, что при росте воспринимаемой угрозы общество становится более готовым к отказу от свобод в пользу безопасности, гарантируемой государством (Doty et al., 1991; McCann, 1997; Willer, 2004). Анализ реакции обществ на угрозы, связанные с изменением климата, с природными бедствиями и эпидемиями в 1949–2016 гг., показывает, что интенсивность эпидемиологической угрозы снижает уровень прозрачности выборов, гражданских свобод и участия в политической жизни (Kusano, Kemmelmeier, 2020). Как показало экспериментальное исследование, проведенное в США и Польше, тревога по поводу пандемии COVID-19 провоцирует снижение толерантности к неопределенности, сдвиг к консервативным ценностям и поддержку авторитарных кандидатов в президенты (Karwowski et al., 2020).

В исследовании, проведенном нами во время первой волны пандемии в апреле 2020 г. (N = 271), было обнаружено, что предикторами авторитаризма правого толка в условиях пандемии являются: низкая оценка личностью способности своими действиями влиять на рас-

пространение пандемии COVID-19, тревога по поводу глобальных рисков, страх смерти, а также низкая ориентация на поиск социальной поддержки в сочетании с сильной гражданской идентичностью (Человек в условиях глобальных рисков, 2020). В ряде работ, посвященных психологическим последствиям природных бедствий, было показано, что чувство беспомощности перед лицом природной катастрофы усиливает авторитарные установки (Russo et al., 2020). Этот эффект можно рассматривать как компенсаторный механизм, восстанавливающий чувство контроля и безопасности.

Для изучения социально-психологического состояния общества в период пандемии COVID-19 нами совместно с М. А. Гагариной в декабре 2020 г. было проведено эмпирическое исследование, участниками которого стали 3002 взрослых интернет-пользователя (50% мужчин, 50% женщин; $M_{\text{возр}} = 40,2$; $SD = 10,5$). Для контроля психологических различий между мужчинами и женщинами выборка была выравнена по полу. После соответствующего ремонта и перевзвешивания база данных была приведена в соответствие с генеральной совокупностью взрослого городского населения России по возрасту, образованию и типу населенного пункта. Исследование являлось частью масштабного проекта, посвященного изучению финансового поведения россиян в условиях пандемии и реализованного Институтом психологии РАН совместно с Ассоциацией российских банков и ИГ «Циркон».

Для выявления выраженности симптоматики тревожно-депрессивных состояний использовалась шкала PHQ-4 (Погосова и др., 2014). Для измерения отношения респондентов к пандемии мы использовали три субшкалы опросника «Отношение личности к эпидемиологической угрозе» Т. А. Нестика (Нестик и др., 2020), измеряющие самоэффективность в условиях пандемии, сопереживание другим людям, уязвимым к заражению коронавирусом и испытывающим на себе негативные последствия пандемии, веру в конспирологические теории пандемии, а также уровень социального оптимизма.

Для измерения ценностных ориентаций использовался «Опросник моральных оснований» (Moral Foundations Questionnaire – MFQ) Дж. Хайдта в адаптации О. А. Сычева (Сычев и др., 2018; Graham, Haidt, Nosek, 2009). Для измерения характеристик образа мира использовались опросник «Социальные аксиомы» (Social Axioms Survey – SAS) М. Бонда и К. Лёнга в адаптации А. Н. Татарко и Н. М. Лебедевой

(Татарко, Лебедева, 2020; Leung, Bond, 2004), а также шкала «Общая вера в справедливость мира» К. Далберт в адаптации С. К. Нартовой-Бочавер (Нартова-Бочавер и др., 2013; Dalbert, 1999). Для измерения политических верований личности использовались шкалы авторитаризма правого толка и связанных с ним установок Дж. Даккита (Григорьев, 2017), а также 12-пунктная шкала популизма (IPA; Schulz et al., 2018), позволяющая измерить антиэлитаризм (4 пункта, $\alpha=0,731$), веру в суверенность народа (4 пункта, $\alpha=0,781$) и веру в однородность народа (4, $\alpha=0,753$). Для измерения выраженности конспирологических убеждений мы использовали однопунктную 10-балльную «Шкалу веры в конспирологические теории» (Lantian, 2016).

Для измерения характеристик временной перспективы и долгосрочной ориентации использовались краткая версия Стэнфордского опросника временной перспективы Ф. Зимбардо (Нестик, Никишина, 2021), методика «Ориентация на учет будущих последствий» А. Стратмена (Нестик, 2020) и «Долгосрочная ориентация личности» Т. А. Нестика (Нестик, 2021).

Для измерения социальной идентичности нами использовалась скрининговая версия шкалы глобальной социальной идентификации (GSI) Дж. Риза в адаптации Т. А. Нестика ($\alpha=0,803$; Нестик, Журавлев, 2018), а также разработанная нами скрининговая шкала идентификации с россиянами ($\alpha=0,762$; два пункта: «Я горжусь тем, что являюсь гражданином России», «Моя судьба тесно связана с будущим России») и своим городом ($\alpha=0,816$; два пункта: «Я горжусь тем, что живу в своем городе»; «Я связываю свое будущее с судьбой своего города»).

Для измерения доверия использовались шкалы из World Values Survey, измеряющие интрупповое доверие и аутгрупповое доверие (Степач et al., 2014; Нестик, Журавлев, 2018), а также разработанная нами скрининговая шкала генерализованного межличностного доверия ($\alpha=0,765$; 3 пункта: «Большинству людей можно доверять», «Считаю, что люди обычно выполняют свои обещания», «В отношениях с людьми следует быть осторожными»).

Среди участников онлайн-опроса 40% сообщили о том, что с момента начала распространения заболевания COVID-19 в России существенно сократился доход их семьи, 31% — что заболели они сами или их близкие, и только 27% указали, что последствия пандемии их не коснулись.

Раздел 1

Опираясь на результаты отечественных и зарубежных исследований (Нестик, 2020; Человек в условиях глобальных рисков, 2020; Bavel et al., 2020), мы *предположили*, что негативные переживания, связанные с трудноконтролируемой угрозой пандемии, будут усиливать традиционные ценности и снижать генерализованное доверие.

Не имея возможности сопоставить данные по большинству использованных параметров с предыдущими годами, мы воспользовались анализом направленности связей между переменными. Проведенный множественный линейный регрессионный анализ подтвердил наши предположения. Действительно, страх заражения COVID-19, дистресс и неуверенность в своей способности справиться с вызванными пандемией трудностями являются предикторами ориентации на консервативные ценности (низкой выраженности либеральных ценностей). Эти данные (см. таблицу 3) согласуются с результатами других исследований. Обнаружена прямая связь тревоги по поводу COVID-19 с ориентацией на заботу о людях и консервативные моральные основания – лояльность к своей группе, уважение к автори-

Таблица 3

Характеристики отношения личности к пандемии как предикторы ориентации на либеральные ценности (прогрессивизм) (N = 3002; R = 0,392; R² = 0,153; F = 77,417; p < 0,001)

Характеристики отношения к пандемии	B	S. E.	β	t	p
Константа	2,289	0,318		7,194	0
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	-1,188	0,057	-0,419	-20,668	0
Сопереживание другим во время эпидемии	0,41	0,056	0,146	7,257	0
Дистресс во время пандемии	-0,17	0,054	-0,069	-3,165	0,002
Жизнеспособность в условиях пандемии	0,566	0,073	0,167	7,792	0
Уровень депрессии (PHQ-2)	0,114	0,03	0,077	3,751	0
Страх заражения коронавирусом	-0,11	0,023	-0,107	-4,803	0
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	0,086	0,024	0,078	3,648	0

тетам и чистоту/святость (Harper et al., 2020). Известно, что при напоминании о конечности существования и о событиях, потенциально опасных для жизни, у людей отмечается стремление поддержать положительную самооценку, подчеркнуть позитивную групповую идентичность, повышается конформность, стремление следовать групповым ценностям и нормам, актуализируются групповые стереотипы (Denying death..., 2016; Greenberg et al., 2008). Эти эффекты облегчают сдвиг личности в сторону консервативных ценностей.

Как оказалось, доверие к людям в целом в условиях пандемии прямо связано со страхом личного заражения, с дистрессом и сопереживанием другим, а также с социальным оптимизмом, но при этом оно отрицательно связано с депрессией, со страхом заражения других людей во время пандемии и со страхом ее экономических последствий (см. таблицу 4). Иными словами, признание личной уязвимости перед болезнью повышает надежду на помощь со стороны других людей, однако доверие снижается, если эпидемиологическая угроза и ее экономические последствия рассматриваются как неуправляемые.

Таблица 4

Характеристики отношения личности к пандемии как предикторы генерализованного доверия (N = 3002; R = 0,384; R² = 0,148; F = 74,144; p < 0,001)

Характеристики отношения к пандемии	B	S. E.	β	t	p
Константа	1,451	0,083		17,466	<0,001
Уровень депрессии PHQ-2	-0,06	0,01	-0,123	-5,98	<0,001
Дистресс во время пандемии	0,054	0,017	0,066	3,118	0,002
Страх собственного заражения коронавирусом	0,076	0,02	0,223	3,764	<0,001
Страх в связи с возможным заражением других людей коронавирусом	-0,073	0,019	-0,221	-3,742	<0,001
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	-0,022	0,008	-0,059	-2,745	0,006
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	0,256	0,017	0,273	14,686	<0,001
Сопереживание другим во время эпидемии	0,123	0,018	0,132	6,682	<0,001

Продолжительный опыт социального дистанцирования может привести к росту социальных фобий – страхов, связанных с межличностным общением. Как известно из опыта экономических кризисов, наиболее распространенной стратегией является ориентация на помощь родственников и друзей. В этих условиях можно ожидать усиления тесных, эмоциональных, доверительных связей с близкими и уже знакомыми людьми и ослабления так называемых «слабых связей» (Granovetter, 1973). Исследование в 39 странах показало, что в обществах, исторически более подверженных эпидемиям, а также другим природным и антропогенным угрозам, отмечаются меньшая проактивность в завязывании межличностных контактов, меньшая склонность к самораскрытию и генерализованному доверию (Thomson et al., 2018).

Вера в конспирологические теории оказалась тесно связана с переживанием неспособности защитить себя и других от пандемии и ее последствий, с дистрессом и с социальным пессимизмом (см. таблицу 5). Эти результаты хорошо согласуются с данными других исследований. Известные историкам эпидемии сопровождались вспышками ксенофобии, межгрупповой напряженностью и поиском врагов

Таблица 5

Характеристики отношения личности к пандемии как предикторы веры в конспирологические теории (N = 3002; R = 0,469; R² = 0,220; F = 166,474; p < 0,001)

Характеристики отношения к пандемии	B	S. E.	β	t	p
Константа	11,356	0,237		47,959	<0,001
Уровень депрессии (PHQ-2)	0,101	0,027	0,073	3,704	<0,001
Дистресс во время пандемии	-0,259	0,046	-0,112	-5,647	<0,001
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	0,122	0,018	0,119	6,66	<0,001
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	-0,941	0,046	-0,355	-20,653	<0,001
Самозффективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	-0,437	0,041	-0,175	-10,53	<0,001

(Snowden, 2019). Установлено, что тревога приводит к росту категорического и личностно-суеверного мышления, что повышает подверженность личности манипуляциям и вере в конспирологические теории (Ениколопов и др., 2020).

Страх в связи с экономическими последствиями пандемии, депрессия и социальный пессимизм оказались предикторами не только конспирологии, но и патерналистских установок (см. таблицу 6), а также авторитаризма правого толка (см. таблицу 7). Известно, что при росте воспринимаемой угрозы общество становится более готовым к отказу от свобод в пользу безопасности, гарантируемой государством (Doty et al., 1991; McCann, 1997; Willer, 2004).

Полученные результаты хорошо согласуются с данными ФНИСЦ РАН, говорящими о том, что в условиях пандемии резко увеличилась доля россиян, считающих ценностным приоритетом общества будущего «сильную власть, способную обеспечить порядок»: с 26% в 2018 г. до 40% в 2020 г. (Российское общество в условиях пандемии, 2020).

Исследования, проведенные за рубежом в 2020 г., указывают на противоречивое влияние пандемии на политические установки. Например, в экспериментальном исследовании, проведенном в нескольких европейских странах, было показано, что страх пандемии снижает доверие не только к действующим правительствам,

Таблица 6

Характеристики отношения личности к пандемии
как предикторы патернализма (снятия с себя ответственности)
(N = 3002; R = 0,403; R² = 0,163; F = 116,436; p < 0,001)

Характеристики отношения к пандемии	B	S. E.	β	t	p
Константа	27,983	0,441		63,391	<0,001
Уровень депрессии (PHQ-2)	0,187	0,057	0,066	3,269	0,001
Дистресс во время пандемии	-0,467	0,098	-0,099	-4,764	<0,001
Страх заражения коронавирусом	-0,148	0,041	-0,076	-3,606	<0,001
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	0,318	0,045	0,151	7,134	<0,001
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	-1,905	0,095	-0,351	-19,947	<0,001

Таблица 7

Характеристики отношения личности к пандемии как предикторы авторитаризма правого толка (авторитарного подчинения) (N = 3002; R = 0,541; R² = 0,293; F = 206,873; p < 0,001)

Характеристики отношения к пандемии	B	S. E.	β	t	p
Константа	0,715	0,089		8,063	<0,001
Уровень депрессии (PHQ-2)	-0,067	0,014	-0,109	-4,708	<0,001
Уровень тревоги (GAD-2)	0,067	0,015	0,109	4,573	<0,001
Дистресс во время пандемии	0,059	0,02	0,057	2,879	0,004
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	-0,037	0,009	-0,082	-4,221	<0,001
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	0,588	0,019	0,501	30,932	<0,001
Страх заражения коронавирусом	0,078	0,008	0,183	9,481	<0,001

но еще в большей степени — к оппозиционным политикам-популистам (Daniele et al., 2020). Глобальное исследование, проведенное YouGov в 2020 г., показало, что поддержка популистских партий снижается (de Waal, 2020). В других исследованиях отмечается усиление популистских установок на фоне вводимых правительствами ограничений и роста протестных настроений (Lührmann et al., 2020). Одним из основных источников популизма в современном обществе является социальный пессимизм, переживание утраты исторических перспектив. В России популизм стал реакцией на низкую эффективность социальных институтов и связан с чувством бессилия, уверенностью в том, что на положение в стране повлиять невозможно (Гудков, 2018). Именно поэтому популистская политика опирается на коллективные страхи, негативную идентификацию (то есть определение своей группы через ее противопоставление врагам) и на обещания быстрых перемен к лучшему (Налевайко, 2009). Квинтэссенцией популизма является требование государственного регулирования в интересах большинства — народа, рассматриваемого как однородное, лишенное каких-либо внутренних различий сообщество, возвращающее индивиду причастность к собственной судьбе (Фишман, 2017).

Наше исследование показало, что страх массовых смертей в связи с заражением COVID-19, страх экономических последствий пандемии в сочетании с социальным цинизмом и верой в опасный мир усиливают популизм. Напротив, страх заражения коронавирусом (собственного или близких людей), а также вера в конкурентный мир снижают выраженность популистских установок (см. таблицу 8).

Популизм — это прежде всего политика идентичности, основанная на противопоставлении «мы» (народ) и «они» (элиты). По-видимому, представление об атомизированном обществе и мире как борьбе всех против всех заставляет личность самостоятельно противостоять эпидемиологической угрозе и ослабляет характерное для популизма противопоставление между единым народом и элитами.

Таблица 8

Характеристики отношения личности к пандемии как предикторы популизма (IPA; Schulz et al., 2018) (N = 3002; R = 0,708; R² = 0,501; F = 300,159; p < 0,001)

	B	S. E.	β	t	p
Константа	2,782	0,098		28,406	<0,001
Дистресс во время пандемии	-0,036	0,009	-0,059	-4,02	<0,001
Страх того, что другие люди заразятся коронавирусом	0,038	0,011	0,154	3,421	0,001
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	0,021	0,005	0,078	4,596	<0,001
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	-0,068	0,01	-0,097	-6,628	<0,001
Сопереживание другим во время эпидемии	0,043	0,011	0,062	3,928	<0,001
Страх собственного заражения коронавирусом	-0,05	0,012	-0,197	-4,337	<0,001
Самоэффективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	-0,032	0,009	-0,049	-3,53	<0,001
Социальный цинизм (SAS)	0,417	0,016	0,411	26,448	<0,001
Вера в опасный мир	0,115	0,012	0,143	9,61	<0,001
Вера в конкурентный мир	-0,29	0,012	-0,331	-23,522	<0,001

Несмотря на кратковременное снижение поддержки оппозиционных политиков-популистов во время пандемии, в долгосрочной перспективе неспособность элит справиться с экономическими последствиями пандемии может привести к еще большему подъему популистских настроений (Bayerlein, Gyongyozsi, 2020). Более того, некоторые исследователи указывают на порочный круг популизма, который способствует распространению пандемии, поддерживая конспирологические теории, а последствия самой пандемии делают еще более вероятным приход к власти популистски настроенных политиков (McKee et al., 2020).

Некоторые философы предполагали, что пандемия усилит глобальную идентичность, так как перед лицом биологической угрозы национальные, культурные и социально-экономические различия перестают быть значимыми. В частности, М. Эпштейн высказывал мысль о том, что «вирусы развязали новую мировую войну... – первую, которая объединяет, а не раскалывает человечество» (Эпштейн, 2020), однако международные эмпирические исследования не дают оснований для этой надежды. Они показывают, что в 2020 г. выросла поддержка изоляционизма (de Waal, 2020). Восприятие пандемии определялось уже сложившимися идеологическими и ценностными ориентациями (Rodriguez et al., 2020). Кроме того, объединенное общей угрозой человечество оказалось разъединено новыми идентичностями, маркирующими отношение к происходящему: от ковидоскептиков до ковидиотов (Lam, 2021).

Наше исследование показало, что сами по себе страхи, связанные с пандемией, практически не оказывают влияния на степень, в которой люди готовы ассоциировать себя с человечеством. Напротив, наибольший вклад в глобальную идентификацию вносят не страх за себя и близких, а сопереживание и социальный оптимизм (см. таблицу 9). Иными словами, в условиях социального дистанцирования как новой модели политической жизни (Agamben, 2020) не нагнетание страха, а сопереживание позволяет преодолеть границы между «мы» и «они».

В контексте данного исследования важнейшими социально-психологическими характеристиками, отражающими влияние пандемии на человека, являются, во-первых, *оценка угрозы и выраженности связанных с ней негативных эмоциональных состояний*, во-вторых – *уровень социального доверия*. Если первые два показателя определя-

Таблица 9

Характеристики отношения личности к пандемии
как предикторы глобальной идентичности
(N = 3002; R = 0,455; R² = 0,207; F = 111,327; p < 0,001)

Характеристики отношения к пандемии	B	S. E.	β	t	p
Константа	0,181	0,127		1,423	0,155
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	0,239	0,022	0,218	11,058	<0,001
Самозффективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	0,093	0,017	0,09	5,329	<0,001
Сопереживание другим во время эпидемии	0,265	0,021	0,244	12,554	<0,001
Страх заражения коронавирусом	0,022	0,009	0,056	2,558	0,011
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	0,025	0,009	0,059	2,81	0,005
Дистресс во время пандемии	0,104	0,019	0,109	5,646	<0,001
Жизнеспособность в условиях пандемии	0,051	0,027	0,039	1,895	0,058

ют субъективную значимость изменений, произошедших в жизни человека в условиях кризиса, то показатели социального доверия определяют то, каким образом мы отвечаем на угрозу: надеясь только на свои силы или полагаясь на солидарность общества и поддержку государства.

К первой группе показателей в нашем исследовании относятся: симптомы дистресса, связанного с изменившимися условиями жизни во время пандемии; уровень жизнеспособности, т. е. использование конструктивных способов совладания и уверенность в своей способности справиться с трудностями во время пандемии; страх заразиться коронавирусом, страх того, что COVID-19 заразятся близкие, страх массовых смертей в связи с пандемией, страх в связи с экономическими последствиями пандемии для своей семьи и экономики в целом; сопереживание людям, уязвимым к заражению или сильнее всего пострадавшим во время эпидемии; самозффективность в отношении пандемии, т. е. вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия; социальный оп-

Раздел 1

тимизм, т. е. уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидарности общества.

Ко второй группе показателей относятся уровень генерализованного доверия, т. е. доверия людям в целом; внутригрупповое доверие (своей семье, друзьям и знакомым) и аутгрупповое доверие (незнакомым людям, представителям других этнических и религиозных групп); доверие науке и врачам; доверие к федеральной власти (президенту, правительству, госдуме, ФСБ, официальным СМИ); доверие к региональной власти (главам республик и губернаторам, региональным и муниципальным властям); доверие к институтам гражданского общества (бизнесу, блогерам и группам в социальных сетях, массовым общественным организациям, благотворительным фондам).

На основании этих двух групп характеристик с помощью кластерного анализа методом к-средних были выделены пять социально-психологических типов отношения личности к пандемии: 1) фрустрированные экономическим кризисом (15,7%); 2) социальные оптимисты (21,3%); 3) скептики (12,9%); 4) алармисты (23,8%); 5) жизнестойкие (26,4%).

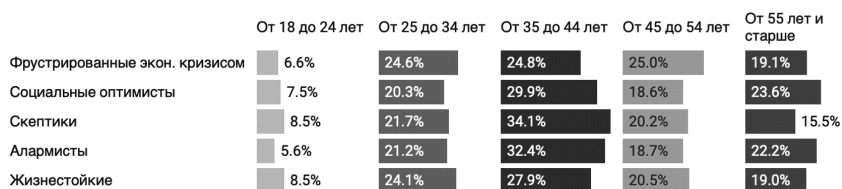


Рис. 5. Распределение респондентов по возрастным группам в зависимости от типа отношения к кризису пандемии



Рис. 6. Уровень депрессии и тревоги в зависимости от типа отношения к кризису пандемии (приводятся средние значения; баллы от 3 и выше считаются показателем клинического уровня тревоги и депрессии; значимость всех различий на уровне $p < 0,001$)

К первому типу – «фрустрированные экономическим кризисом» (15,7%; N = 471; 53% мужчин; 73% работают; 51% имеют законченное высшее образование) – были отнесены респонденты, значительно больше опасющиеся экономических последствий пандемии, чем связанных с ней последствий для своего и чужого здоровья. По сравнению с другими группами, это чаще мужчины в возрасте от 25 до 34 лет, которым хватает средств на еду и одежду, но покупка товаров длительного пользования затруднительна. Для них характерен низкий уровень доверия к людям в целом, другим социальным группам и социальным институтам. Также они отличаются наиболее низкой самооэффективностью, т. е. низкой верой в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия. По сравнению с другими типами, они более ориентированы на ценности семейных традиций и конформности, но при этом для них менее значимы моральные основания лояльности своей группы и уважения к авторитетам (см. таблицу 10).

Ко второму типу – «социальные оптимисты» (21,3%; N = 639; 54% мужчин; 67% работают; 53% имеют законченное высшее образование) – были отнесены участники исследования, умеренно обеспокоенные последствиями пандемии, но при этом характеризующиеся наиболее высоким социальным оптимизмом, доверием к федеральной власти, ученым и врачам. У них наиболее высокая вера в способность защитить себя и близких от заражения, внести вклад в сдерживание пандемии. Среди них наиболее велика доля тех, кто высоко оценивает свое экономическое положение: 41% могут позволить себе товары длительного пользования, а 12% могут позволить себе купить практически все, кроме квартиры. Представители данной группы более склонны к планированию своей жизни: 18% планирует жизнь на несколько лет, а 37% – на несколько месяцев вперед.

В третий тип – «скептики» (12,9%; N = 471; 66% мужчин; 61% работают; 42% имеют законченное высшее образование) – были объединены респонденты, характеризующиеся низкой выраженностью страхов по поводу пандемии, наиболее низкой симптоматикой дистресса, тревоги и депрессии. Для них характерен умеренный оптимизм в отношении выхода из кризиса, но он сопровождается низким уровнем доверия к людям и социальным институтам. По сравнению с другими группами, для них менее значимы моральные основания

Таблица 10
Социально-психологические типы отношения личности к коронакризису
(результаты кластерного анализа методом k-средних)

Характеристики отношения к коронакризису	Фрустрированные экономическим кризисом (N=471)	Социальные оптимисты (N=639)	Скептики (N=387)	Алармисты (N=713)	Жизнестойкие (N=791)
Дистресс во время пандемии*	2,62	2,35	1,92	3,27	2,75
Жизнеспособность в условиях пандемии*	3,56	3,85	3,77	3,45	3,7
Страх заразиться коронавирусом**	4,11	5,02	1,85	8,99	7,02
Страх гибели других людей в результате пандемии**	4,73	5,5	2,05	9,43	7,7
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии**	7,75	4,92	3,34	9,04	7
Сопереживание другим во время эпидемии*	3,24	3,6	2,88	4,1	3,85
Самозащитивность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия*	2,43	3,09	2,81	2,83	3,05
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества*	2,46	3,38	3,04	2,74	3,06

Доверие к ученым и врачам*	2,59	3,32	2,8	2,93	3,21
Доверие к федеральной власти: президенту, правительству, госдуме, ФСБ, официальным СМИ*	1,7	3,04	2,26	2,4	2,65
Доверие к региональной власти: главам республик и губернаторам, региональным и муниципальным властям*	1,6	2,88	2,22	2,28	2,53
Доверие к институтам гражданского общества: бизнесу, блогерам и группам в социальных сетях, массовым общественным организациям, благотворительным фондам*	2,13	2,74	2,29	2,47	2,61
Индивидуальное доверие (WVS)*	3,45	3,75	3,47	3,64	3,73
Аггрупповое доверие (WVS)*	2,31	2,79	2,47	2,43	2,6
Генерализованное доверие*	2,18	2,86	2,39	2,35	2,61

Обозначения: * — пятибалльная шкала; ** — десятибалльная шкала.

оценки поведения других людей, при этом они в наименьшей степени ориентируются на чистоту и святость, заботу о людях, в наибольшей – на справедливость. Среди «скептиков» велика доля тех, кто планирует свою жизнь на несколько лет вперед (19%), однако, по сравнению с другими типами, они меньше интересуются прогнозами долгосрочного будущего.

Для представителей четвертого типа – «алармисты» (23,8%; N=713; 64% женщин; 64% работают; 51% имеют законченное высшее образование) – характерны высокая выраженность дистресса и страхов, связанных с пандемией, высокий уровень тревожно-депрессивных состояний в сочетании с относительно низким доверием к другим социальным группам, людям в целом и социальным институтам. Среди них наиболее велика доля тех, кто низко оценивает свое экономическое положение: 18% признают, что им «хватает на еду, но покупка одежды проблематична». Данная группа отличается от других более высокой значимостью моральных оснований оценки поведения людей, прежде всего – ориентацией на заботу о людях, уважение к авторитетам, лояльность своей группе, ориентацией на моральные основания чистоты и святости (различия значимы на уровне $p < 0,001$). Высокая значимость моральных оснований, характерная для «алармистов», хорошо согласуется с данными ФНИСЦ РАН, говорящими о том, что в условиях пандемии доля россиян, озабоченных моральным состоянием общества, увеличилась с 46% в 2019 до 56% в 2020 г. (Российское общество в условиях пандемии, 2020). У представителей данной группы в момент проведения исследования был наиболее короткий горизонт планирования: 35% признались, что пока не строят планов, так как ситуация в стране нестабильна. Между тем, признавая невозможность планирования, они сохраняют долгосрочную ориентацию: по сравнению с другими группами, они в большей степени ориентированы на будущее, интересуются долгосрочными прогнозами, оптимистично оценивают отдаленное будущее, стараются ставить перед собой долгосрочные цели, в наибольшей степени ориентированы на соблюдение традиций, преемственность и непрерывное развитие. Иными словами, воспринимаемая неопределенность ситуации вступает здесь в противоречие с ценностями и установками, поддерживающими долгосрочную ориентацию, вызывая сильную фрустрацию.

Наконец, пятый тип – «жизнестойкие» (26,4%; N = 791; 52% женщин; 72% работают; 58% имеют законченное высшее образование) – характеризуется высокой жизнеспособностью и низким дистрессом в условиях пандемии при высокой выраженности страхов в отношении последствий пандемии. Как и «социальные оптимисты», представители данного типа отличаются относительно высоким уровнем социального оптимизма, а также склонны доверять ученым и врачам. Они высоко оценивают свою способность защитить себя и близких от пандемии.



Рис. 7. Патернализм, либеральные и консервативные моральные основания в зависимости от типа отношения к пандемии (все различия значимы на уровне $p < 0,001$ по критерию Краскела–Уоллиса)

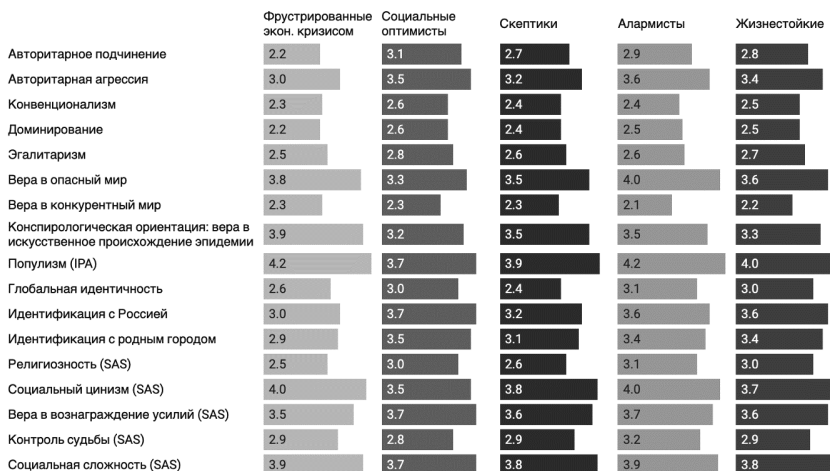


Рис. 8. Политические верования и образ мира в зависимости от типа отношения к кризису пандемии (все различия значимы на уровне $p < 0,001$ по критерию Краскела–Уоллиса)

Раздел 1



Рис. 9. Прогрессивизм и конспирологические убеждения в зависимости от типа отношения к кризису пандемии (все различия значимы на уровне $p < 0,001$ по критерию Краскела–Уоллиса)



Рис. 10. Горизонт планирования в зависимости от типа отношения к кризису пандемии

Одним из социально-психологических последствий пандемии COVID-19 оказалось сокращение россиянами горизонта планирования своей жизни, сопряженное с ростом тревоги в отношении будущего. Так, например, по данным ВЦИОМ, к апрелю 2020 г. число россиян, не строящих долгосрочных планов, возросло по сравнению с 2019 г. с 67% до 84%. В июне 2020 г. 62% россиян считали, что худшие времена впереди; доля респондентов, способных представить себе свое будущее не больше, чем на несколько месяцев, выросла на 10%: 45% в 2020 г. по сравнению с 35% в 2019 г. (Фёдоров, 2020). В сентябре 2020 г. 52% опрошенных россиян признались, что думают о своем будущем с тревогой (ВЦИОМ, 2021). К этим эффектам пандемии следует добавить и высокий уровень негативного прошлого и фаталистического настоящего у переболевших коронавирусом (Дорошева и др., 2020).

Исходя из предшествующих исследований, показавших тесную связь между доверием к государству и долгосрочной ориентацией (Аузан и др., 2020; Нестик, 2020), мы *предположили*, что типы, которые характеризуются одновременно выраженностью страхов по поводу

последствий пандемии и относительно высоким доверием к социальным институтам, будут обладать более выраженной долгосрочной ориентацией в условиях кризиса, менее выраженной ориентацией на фаталистическое настоящее и более высокими показателями ориентации на учет будущих последствий. Для проверки этой гипотезы мы использовали анализ значимых различий по критерию Краскела–Уоллиса (см. таблицу 11). Наша гипотеза подтвердилась частично. Действительно, «социальные оптимисты» и «жизнестойкие», т. е. типы с высоким институциональным доверием, по сравнению с «фрустрированными экономическим кризисом» и «скептиками» характеризуются более высоким интересом к долгосрочному будущему и более высокой ориентацией на учет долгосрочных последствий. Однако наиболее высокие показатели интереса к будущему и ориентации на постановку долгосрочных целей оказались у «алармистов», характеризующихся наиболее высокой тревогой при относительно низком доверии государству и коротком горизонте планирования. Этот парадоксальный результат может быть объяснен, с одной стороны, характерной для «алармистов» высокой верой в вознаграждение усилий и ориентацией на достижение своих целей собственными силами, без поддержки со стороны государства. С другой стороны, этот результат может быть связан с мобилизацией личностных ресурсов в условиях кризиса и с возрастающей значимостью наличия долгосрочных целей при невозможности планировать что-либо определенно. Иными словами, фрустрация потребности в самостоятельном планировании своей жизни повышает ценность долгосрочной ориентации. Высокий уровень долгосрочной ориентации у «социальных оптимистов», «алармистов» и «жизнестойких» согласуется с результатами другого нашего исследования, проведенного в сентябре 2020 г. (N = 1970), в котором было обнаружено разнонаправленное влияние тревоги по поводу будущего на различные компоненты долгосрочной ориентации, в том числе зафиксирована ее прямая связь с интересом к долгосрочным прогнозам и целеполаганием (Нестик, 2021).

В целом различия между выделенными типами отношения личности к кризису, связанному с пандемией, показывают, что тревога в отношении коронакризиса может носить конструктивный характер, поддерживать долгосрочную ориентацию и не снижать психологическое благополучие, если она сопровождается социаль-

Таблица 11

Долгосрочная ориентация и характеристики временной перспективы в зависимости от типа отношения к кризису пандемии ($p < 0,001$)

Характеристики отношения к кризису	Фрустрированные экономическим кризисом в период пандемии		Социальные оптимисты		Скептики		Алармисты		Жизнестойкие	
	М	SD	М	SD	М	SD	М	SD	М	SD
Интерес к долгосрочному будущему	3,2	0,97	3,3	0,80	3,0	0,98	3,4	0,91	3,3	0,80
Оптимизм в отношении долгосрочного будущего	3,3	0,66	3,5	0,49	3,4	0,64	3,5	0,67	3,4	0,51
Ценность следа в истории	3,5	1,02	3,6	0,84	3,5	1,07	3,9	0,86	3,7	0,79
Ценность традиций	3,4	0,94	3,7	0,76	3,4	0,97	3,8	0,85	3,7	0,74
Ценность непрерывного развития	3,9	0,86	3,9	0,78	3,8	0,93	4,0	0,79	3,9	0,77
Инструментальная эффективность долгосрочного планирования	3,0	1,03	2,7	0,86	2,9	1,01	3,0	0,92	2,9	0,89
Вера в вознаграждение долгосрочных усилий	3,7	0,86	3,9	0,72	3,8	0,91	3,8	0,81	3,8	0,68
Долгосрочное целеполагание и планирование	3,3	1,02	3,5	0,83	3,4	0,97	3,6	0,92	3,4	0,89
Негативное прошлое (ZTPI)	3,5	0,85	3,2	0,79	3,2	0,93	3,7	0,78	3,5	0,75
Позитивное прошлое (ZTPI)	3,8	0,74	3,8	0,67	3,7	0,85	4,0	0,72	3,8	0,67
Фаталистическое настоящее (ZTPI)	2,9	0,95	2,8	0,80	2,9	0,97	3,1	0,82	2,9	0,77
Гедонистическое настоящее (ZTPI)	3,2	0,70	3,2	0,67	3,1	0,84	3,4	0,71	3,2	0,66
Будущее (ZTPI)	3,6	0,69	3,7	0,62	3,7	0,72	3,8	0,65	3,7	0,60
Ориентация на учет будущих последствий	4,3	0,72	4,4	0,68	4,3	0,83	4,4	0,67	4,4	0,71

ным доверием и уверенностью в своей способности контролировать ситуацию.

Анализ типов отношения личности к пандемии показывает, что в условиях кризиса наиболее психологически уязвимыми оказываются горожане, которые не рассчитывают на солидарность общества, характеризуются низким социальным доверием и низкой верой в свою способность повлиять на ситуацию.

Таким образом, проведенные нами исследования позволяют сделать вывод о том, что переживание трудноконтролируемой угрозы во время пандемии оказывает разнонаправленное влияние на социально-психологические характеристики общества. С одной стороны, оно усиливает приверженность консервативным ценностям, авторитарное подчинение и патернализм. С другой стороны, при низком доверии к социальным институтам оно может усиливать антиэлитизм, социальный цинизм и веру в конспирологические теории. Характер связанных с пандемией страхов также имеет значение: признание личной уязвимости перед болезнью повышает надежду на помощь со стороны других людей, но если эпидемиологическая угроза и ее экономические последствия рассматриваются как неуправляемые угрозы, доверие снижается.

Психологические факторы соблюдения санитарно-эпидемиологических ограничений

Как показывают данные ежедневного мониторинга ФОМ, страх заражения коронавирусом достиг максимума к началу апреля 2020 г., а затем почти непрерывно снижался вплоть до начала второй волны пандемии: так, 20 сентября 48% опрошенных россиян признавали, что большинство людей в их окружении не боятся заболеть, а 47% не доверяли информации о коронавирусе. В разгар второй волны 19 октября 2020 г., когда число заболевших уже превышало пиковые значения весны, лишь 66% были уверены в опасности эпидемии и только 55% доверяли информации о ней (коронаФОМ, 2020). По данным опроса, проведенного «Левада-Центром» 24–30 июня 2021 г., 57% россиян не боялись заразиться коронавирусом (Коронавирус..., 2021).

Можно выделить несколько психологических механизмов, действие которых искажает восприятие эпидемиологических рисков. Во-первых, люди склонны переоценивать маловероятные риски

при столкновении с наглядными примерами их последствий; гораздо более вероятные риски недооцениваются, если они описываются обобщенными цифрами и абстрактными прогнозами (Slovic, 2013). Редкость или отсутствие тех или иных событий в личном опыте приводят к недооценке их вероятности (Hertwig, Erev, 2009). Во-вторых, сильные эмоции затрудняют оценку вероятности риска и его последствий (Bavel et al., 2020). В-третьих, представляя возможные угрозы, люди склонны отдалять их от себя во времени и пространстве, будто бы от инфекции гибнут где-то в другом месте (Liberman, Trope, 2014). Существенный вклад в этот эффект вносит свойственный большинству из нас сверхоптимизм: исследования показывают, что вероятность заразиться самим или заразить других оценивается нами ниже, чем вероятность того, что это случится с кем-то другим (Chen et al., 2021; Kuper-Smith et al., 2020). На оценке угрозы сказывается также ее отождествление с другими социальными группами, члены которых в силу своего низкого статуса или отклоняющегося поведения кажутся более подверженными заболеванию (Joffe, 2003). В-четвертых, новые и неопределенные угрозы в общественном сознании представляются через уподобление уже известным (Wagner, 1998; Емельянова, 2016). В результате формируется ложное убеждение в том, что заболевание носит сезонный характер и менее опасно, чем другие давно известные людям инфекционные болезни, такие как грипп и ОРВИ.

Наконец, важно учитывать, что страх подталкивает к изменению поведения только в тех случаях, когда люди верят в свою способность изменить ситуацию, в противном случае он запускает сильные защитные реакции (Witte, Allen, 2000). Когда нагнетание тревоги в отношении масштабных угроз вызывает ощущение беспомощности, это провоцирует защитные реакции, схожие с когнитивным диссонансом: недооценку серьезности и вероятности угрозы, различные дискурсивные стратегии депроблематизации (Нестик, Журавлев, 2018). Напоминание об опасности само по себе не увеличивает социальной ответственности. Так, например, проведенный нами в 2019 г. эксперимент, в ходе которого контролировались психофизиологические реакции в ответ на предъявление тревожных сообщений о глобальных рисках (N = 60, 28% мужчин, 72% женщин; средний возраст 21,3 год; предъявлялись 30 текстов из социальных медиа, оцененных экспертами по силе эмоционального воздействия),

показал, что тревога при чтении таких сообщений повышает готовность испытуемых к активным действиям для защиты от глобальных рисков себя и своих близких, но никак не влияет на социальную ответственность и поддержку совместных действий по сдерживанию глобальных рисков (Человек в условиях глобальных рисков, 2020).

Психологические исследования поведения людей во время эпидемий начались еще в XIX веке (*The psychology of epidemic*, 1890). При этом, несмотря на растущее число публикаций, посвященных психологическим аспектам эпидемий, основное внимание в них уделяется психосоциальным последствиям, информированности, распространению слухов и страху заражения (Epstein et al., 2008; Funk et al., 2010; Strong, 1990; и др.), тогда как роль психологических характеристик в распространении инфекционных заболеваний по-прежнему мало изучена. Исследования показывают, что соблюдение санитарно-эпидемиологических норм связано с целым рядом социально-психологических феноменов (Нестик, 2020). Кроме того, следует учитывать, что на отношение к пандемии влияют не только установки в отношении здоровья, но и представления о ее экономических последствиях (Решетников и др., 2020).

Среди уже выявленных психологических предикторов несоблюдения санитарно-эпидемиологических ограничений, рекомендаций врачей и правил гигиены можно указать на импульсивность (van Wees et al., 2019), недоверие к информации (den Daas et al., 2013), избегание сложных решений и неопределенности (Rae Myers, 2019), недооценку риска (Flamand et al., 2017), недоверие к врачам (Benkert et al., 2019; Williamson, Bigman, 2018) и социальным институтам (Yaqub et al., 2014), низкий уровень эмпатии (Cerami et al., 2020). Ряд исследований свидетельствует о том, что соблюдение ограничений связано с внутренней мотивацией и ценностью самостоятельности: поддержка добровольного выбора в пользу ношения масок оказывается эффективнее, чем внешний контроль (Chan et al., 2015; Chung et al., 2017). На групповом уровне факторами самозащитного поведения становятся социальные представления о природе болезни и способах защиты от нее (Бовина, 2008; Eicher, Bangerter, 2015), эффекты поляризации мнений (Determann et al., 2016), межгрупповая напряженность (Abramowitz, 2017), дескриптивные нормы, т. е. представление о поведении большинства, «жесткость» или «мягкость» культурных норм (Gelfand et al., 2011).

Остается дискуссионным вопрос о том, в какой мере психологические характеристики личности могут влиять на восприятие эпидемиологической угрозы и соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений. Попытки установить прямую связь между здоровьем человека и психологическими характеристиками ранее оказывались неудачными и вызывали критику (см., например: Amelang et al., 2004; Marks, 2019). Тем не менее есть обоснованные предположения о том, что сочетание невротизма и добросовестности связано с большим вниманием людей к своему здоровью (Turiano et al., 2018; Turiano et al., 2013; Weston, Jackson, 2015).

Есть целый ряд данных, указывающих на то, что во время пандемии личностные характеристики могут влиять на здоровье косвенно – через оценку риска и готовность соблюдать правила предосторожности. Личностные черты влияют на поведение, значимое для распространения инфекционных заболеваний. Например, по сравнению с интроверсией, экстраверсия связана с более высокой мобильностью горожан (Ai et al., 2019), большим количеством межличностных контактов (Asendorpf, Wilpers, 1998; Harris et al., 2017; Totterdell et al., 2008) и меньшим избеганием заражения (Duncan et al., 2009). Напротив, невротизм, т. е. низкая эмоциональная стабильность, связан с более выраженным страхом заражения инфекционными заболеваниями и с большей приверженностью правилам гигиены (Aunger et al., 2016; Duncan et al., 2009; Faulkner et al., 2004).

Исследования, проведенные во время пандемии COVID-19, позволили выявить ряд личностных характеристик, влияющих на готовность соблюдать социальную дистанцию (Aschwanden et al., 2020; Bogg, Milad, 2020; Zettler et al., 2020), соблюдение гигиенических норм (Zettler et al., 2020; Blagov, 2020) и соблюдение карантина (Götz et al., 2021; Siritzky et al., 2021; Zajenkowski et al., 2020). Так, оказалось, что невротизм связан с более высокой тревогой по поводу пандемии и ожидаемой продолжительностью его эффектов. Экстраверсия, напротив, снижает оценку предполагаемой продолжительности пандемии. Высокая добросовестность прямо связана с соблюдением правил предосторожности (Aschwanden et al., 2020). В другом исследовании приверженность соблюдению санитарно-эпидемиологических норм и избегание мест массового скопления людей оказалось связано с добросовестностью, с открытостью новому опыту, с воспринимаемым одобрением предосторожности со стороны большинства

и с самоэффективностью, т. е. уверенностью личности в своей способности справиться с трудностями (Bogg, Milad, 2020). Убеждение в контролируемости угрозы COVID-19 позитивно влияет на психологическое благополучие и повышает готовность следовать правилам предосторожности (Макушева, Нестик, 2020; Человек в условиях глобальных рисков, 2020; Li et al., 2020), а также снижает подверженность вере в конспирологические теории происхождения пандемии (Нестик и др., 2020). Некоторые исследования свидетельствуют о том, что на соблюдение масочного режима могут влиять «чемные черты» личности. В частности, предикторами положительного решения о ношении маски оказались не только сопереживание и рациональность, но и нарциссизм, а предикторами решения не надевать маску – готовность к риску и субклиническая психопатия (Зиренко, Корнилова, 2021).

Важную роль в обеспечении соблюдения санитарно-эпидемиологических требований играет сострадание (Нестик, 2020). Наибольший отклик получают сообщения с призывом оставаться дома из сострадания к людям, уязвимым в отношении COVID-19 (Blagov, 2020); общий уровень эмпатии, сострадание к заболевшим и тревога по поводу эпидемии повышают готовность к вакцинации и использованию дезинфицирующих средств (King et al., 2016), а также мотивацию к социальному дистанцированию в условиях пандемии COVID-19 и поддержку ограничительных мер (Miguel et al., 2021; Pfattheicher et al., 2020). В целом эти исследования показывают, что соблюдение социальной дистанции и других санитарно-эпидемиологических правил во время пандемии позитивно связано с добросовестностью, невротизмом, открытостью новому опыту и доброжелательностью и негативно связано с экстраверсией.

Вместе с тем результаты исследований остаются довольно противоречивыми: например, одни исследователи отмечают связь между невротизмом и соблюдением санитарно-эпидемиологических норм (Peters et al., 2020), тогда как другие указывают на то, что невротизм снижает соблюдение правил предосторожности (Aschwanden et al., 2020). В другом исследовании экстраверсия, невротизм и доброжелательность, а также социально-демографические характеристики, такие как пол, возраст, образование и уровень доходов, оказались никак не связанными с соблюдением ограничений во время пандемии (Bogg, Milad, 2020). По-видимому, это может быть объяснено

тем, что эффекты личностных характеристик являются непрямыми и опосредованы социальными нормами, групповыми социально-психологическими характеристиками.

Данное предположение подтверждается различиями во влиянии психологических характеристик на соблюдение санитарно-эпидемиологических норм, выявленными на индивидуальном и групповом уровнях. Так, результаты исследования в США и Германии, проведенного в 2020 г. на выборке из более чем 3,5 млн респондентов, показали, что различия в психологических характеристиках жителей различных регионов являются предикторами заболеваемости и смертности от COVID-19, а также соблюдения горожанами социальной дистанции. Открытость новому опыту, а также экстраверсия связаны с более ранним началом заражений и более быстрым ростом числа заболевших, тогда как невротизм связан с более поздним началом заражений и более медленным ростом их числа. Кроме того, оказалось, что эффекты, оказываемые на распространение пандемии макропсихологическими характеристиками того или иного региона, отличаются от эффектов, наблюдаемых на индивидуальном уровне (Peters et al., 2020). Эти результаты хорошо согласуются с выводами других авторов о социально-психологических факторах отношения личности к глобальным угрозам: на оценке вероятности и тяжести последствий глобальных рисков сильнее всего сказываются групповые нормы, ценности и убеждения (Нестик, Журавлев, 2018).

Отдельной проблемой, широко обсуждаемой исследователями, является так называемый «эффект пандемической усталости» (Pandemic fatigue..., 2020), заключающийся в постепенном снижении страха заражения и приверженности граждан соблюдению санитарно-эпидемиологических ограничений. В настоящий момент единого мнения о природе этого феномена еще не сложилось. Исследования, проведенные во время предшествующих эпидемий, а также масштабные международные исследования во время пандемии COVID-19 показывают, что соблюдение масочного режима как правило остается стабильным, тогда как поддержание социальной дистанции снижается (Cowling et al., 2010; Petherick et al., 2021). Вместе с тем, такого рода реакция может быть связана не с усталостью от непрерывного самоконтроля, а со снижением уровня воспринимаемой угрозы (Harvey, 2020), которое может быть связано с различными

перцептивными защитами и мотивационно-когнитивными искажениями, характерными для восприятия рисков (Bavel et al., 2020).

Следует подчеркнуть, что опора на страх в сообщениях об угрозе может быть эффективной в тех случаях, когда речь идет о разовой мере, действенность которой очевидна для аудитории (Tannenbaum et al., 2015), а также когда в «траектории эмоций» переживание страха сменяется переживанием надежды, гордости или даже смехом (Siegenthaler et al., 2021). В тех же случаях, когда нагнетание страха используется для поддержания повторяющихся действий в условиях неопределенности исхода, оно может провоцировать защитные реакции. Более того, противоречивые результаты эмпирических исследований не позволяют однозначно утверждать, что оценка риска личностью влияет на соблюдение ею санитарно-эпидемиологических мер. С одной стороны, ряд исследований, проведенных в начале пандемии, подтверждают роль страха в готовности соблюдать ограничения (Barceló, Sheen, 2020; Lindholt et al., 2020). С другой стороны, в целом ряде исследований такая связь не была обнаружена. Так, например, проведенное в США на протяжении 2020 г. исследование показало, что самоизоляция, ношение маски и соблюдение социальной дистанции в наибольшей степени определяются политическими взглядами и дескриптивными нормами, при этом они не зависят ни от субъективного восприятия вероятности и тяжести риска, ни от объективной уязвимости в отношении заболевания коронавирусом (Fullerton et al., 2021). В другом исследовании не было обнаружено связи между ношением масок и статистикой заболеваемости, которую публикуют СМИ (Knotek et al., 2020). Аналогичные данные, указывающие на отсутствие связи между оценкой опасности заболевания COVID-19 для себя лично и соблюдением санитарно-эпидемиологических ограничений, были получены в Иране (Araban et al., 2020; Shanahzi et al., 2020) и Египте (Barakat, Kasemy, 2020), а также среди молодежи в Швейцарии (Franzen, Wöhner, 2021). Результаты международного исследования показали, что соблюдение ограничений во время пандемии в наибольшей степени зависит от оценки действенности мер, а не от оценки собственной уязвимости к заражению, тяжести его последствий и доверия правительству (Clark et al., 2020). Большинство исследователей сегодня склоняются к тому, что во время пандемии COVID-19 в информационных кампаниях для поддержки соблюдения санитарно-эпидемиологических мер

необходимо провоцировать позитивные переживания, а не страх (Demirtaş-Madran, 2021).

Можно предположить, что страх заражения, а также доверие к правительству являются действенными факторами следования санитарно-эпидемиологическим требованиям в начале пандемии, но в последующие ее волны их роль утрачивает прежнее значение и ключевыми предикторами становятся дескриптивные нормы (одобрение близких и представления о поведении большинства), самоэффективность (вера в свою способность защитить себя и близких), вера в действенность мер, а также просоциальные установки (сопереживание, генерализованное доверие и социальная ответственность).

Для уточнения роли этих социально-психологических факторов в отношении россиян к соблюдению санитарно-эпидемиологических ограничений нами была проведена серия эмпирических исследований во время первой, второй и третьей волн пандемии COVID-19.

В ходе исследования, проведенного нами во время первой волны пандемии совместно с ОМІ и ЦСП «Платформа» (15 мая 2020 г., N = 1043; квотная выборка, репрезентирующая онлайн-аудиторию России в возрасте старше 18 лет в городах с населением более 100000 человек по полу, возрасту, федеральному округу и размеру населенного пункта), были выявлены следующие предпосылки соблюдения санитарно-эпидемиологических норм: уверенность в своей способности защитить от заражения себя и близких, выраженность страхов, связанных с пандемией, сопереживание другим людям, ориентация на планирование своего будущего в условиях пандемии, принятие сложившейся ситуации, институциональное доверие, а также дескриптивные нормы, т. е. убеждение в том, что большинство окружающих соблюдает дистанцию и носит маски (Макушева, Нестик, 2020).

В другом исследовании, проведенном нами совместно с компанией ОМІ среди городского населения России в сентябре 2020 г. во всех восьми федеральных округах (N = 3278; 40,5% мужчин, 59,5% женщин; возраст от 17 до 64 лет; $M_{\text{возр}} = 36,7$; $SD = 14,2$) были выявлены социально-психологические предпосылки соблюдения санитарно-эпидемиологических требований во время начала второй волны пандемии (Человек в условиях глобальных рисков, 2020).

Для измерения соблюдения санитарно-эпидемиологических ограничений мы просили респондентов оценить по шкале от 1 до 4, насколько часто они носили маску, находясь вне дома, в общест-

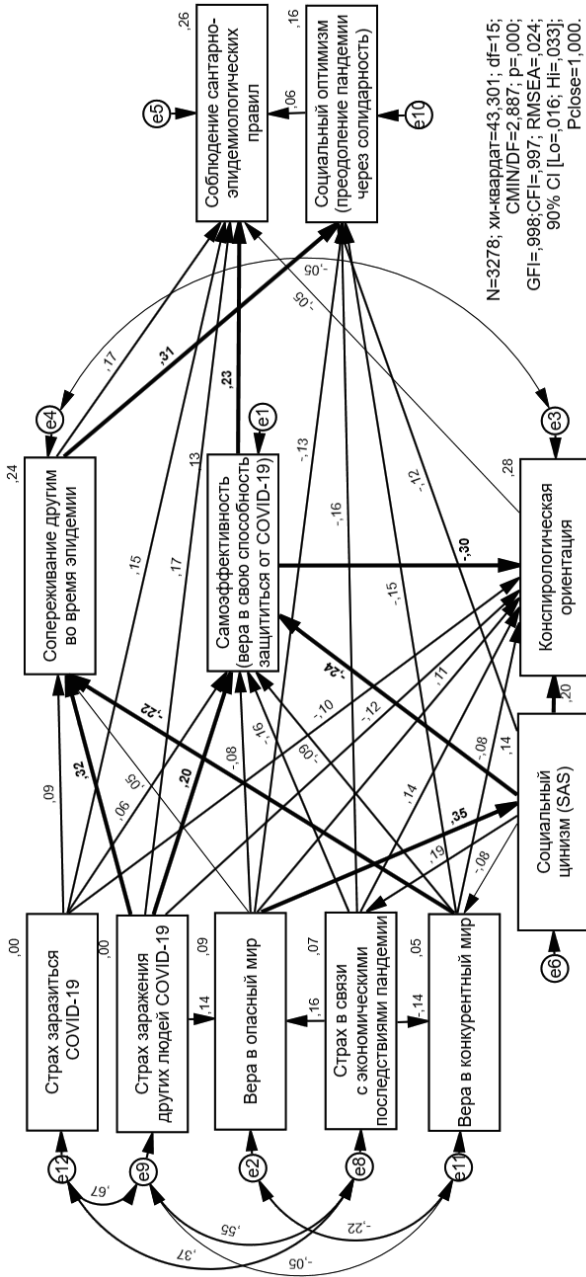
венных местах, как часто соблюдали дистанцию не менее метра от других людей, находясь вне дома, а также как часто использовали дезинфекторы, мыли руки чаще, чем до эпидемии (3 пункта; $\alpha = 0,807$).

Страхи в отношении заражения коронавирусом, медицинских и экономических последствий пандемии респондентам предлагалось оценить по десятибалльной шкале от 1 – «совсем не боюсь» до 10 – «очень сильно боюсь». Для измерения характеристик отношения личности к пандемии COVID-19 использовался опросник Т. А. Нестика «Отношение к эпидемиологической угрозе» (Нестик и др., 2020).

Для измерения социально-психологических характеристик личности использовались шкалы веры в опасный и конкурентный мир Дж. Даккита (Григорьев, 2017), сокращенный опросник «Социальные аксиомы» (The Social Axioms Survey, SAS) М. Бонда и К. Леонга в адаптации А. Н. Татарко и Н. М. Лебедевой (Татарко, Лебедева, 2020), шкалы из World Values Survey, измеряющие социальное доверие ($\alpha = 0,719$) и институциональное доверие ($\alpha = 0,800$). Для измерения социальных верований использовались шкала «вера в опасный и конкурентный мир» Дж. Даккита (Григорьев, 2017), а также опросник конспирологического мировоззрения (Bruder et al., 2013; $\alpha = 0,851$).

Результаты структурного моделирования в программе Amos v. 25 ($N = 3278$; $\chi^2 = 43,352$; $df = 15$; $CMIN/DF = 2,890$; $p < 0,001$; $SRMR = 0,013$; $GFI = 0,998$; $CFI = 0,997$; $RMSEA = 0,024$; $90\% CI [0,016, 0,033]$; $P_{close} = 1$) показали, что непосредственно перед второй волной пандемии готовность носить маску, соблюдать дистанцию и дезинфицировать руки в наибольшей степени определялась уже не страхом личного заражения, а уверенностью личности в своей способности защитить себя и других от пандемии, а также просоциальными установками – страхами заражения близких и роста жертв среди населения, сопереживанием людям, которые особенно уязвимы в отношении COVID-19 (см. рисунок 11).

Эти результаты подтверждаются исследованиями, проведенными с использованием другого инструментария. Например, в исследовании Института психологии РАН, которое было посвящено соблюдению масочного режима и проводилось нами в октябре 2020 г. совместно с М. А. Падун и С. С. Беловой, и на основе разработанной



N=3278; хи-квдрат=43,301; df=15;
 CMIN/DF=2,887; p= 0,00;
 GFI=.998;CFI=.997; RMSEA=.024;
 90% CI [Lo=-.016; Hi=.033];
 Pclose=1,000.

Рис. 11. Социально-психологические предпосылки веры в конспирологические теории (графическое представление результатов структурного моделирования, N = 3278)

ими методики (N=884; 42,5% мужчин, 57,5% женщин; $M_{\text{возр}} = 39,6$; $SD = 10,8$) ношение масок по самоотчетам респондентов сильнее связано с установками на социальную ответственность, чем со страхом заражения (см. таблицу 12). При этом просоциальные установки играют ключевую роль в структуре отношения личности к соблюдению масочного режима (Падун и др., 2021).

Таблица 12

Социально-психологические предпосылки соблюдения масочного режима (результаты множественного линейного регрессионного анализа; N = 884; R = 0,575; R² = 0,328; F = 108,69; p < 0,001)

Предикторы	B	S. E.	β	t	p
Константа	0,718	0,091		7,866	<0,001
Забота о здоровье других	0,182	0,024	0,322	7,436	<0,001
Толерантность к физическому дискомфорту	0,042	0,018	0,085	2,272	0,023
Страх за себя и близких	0,076	0,02	0,137	3,708	<0,001
Принятие ограничений индивидуальной свободы	0,056	0,016	0,13	3,542	<0,001

Таким образом, исследования, проведенные нами во время первой и второй волн пандемии, указывают на то, что страх заражения не является главным и тем более единственным фактором, влияющим на ношение масок, использование дезинфицирующих средств и поддержание социальной дистанции. Наоборот, наиболее важную роль играют убеждения, поддерживающие веру личности в свои силы и солидаризацию общества.

Исследование, проведенное нами в июле 2021 г. совместно с компанией OMI (N = 2054, квотная выборка репрезентирует взрослое городское население России по параметрам пола, возраста, образования, типу места проживания и федеральным округам), было направлено на выявление социально-психологических предпосылок отношения к вакцинации и подробно будет представлено в следующем параграфе данной статьи. Здесь мы приведем те его результаты, которые проливают свет на факторы соблюдения санитарно-эпидемиологических ограничений во время третьей волны пандемии.

Мы предположили, что соблюдение масочного режима, поддержание социальной дистанции и использование дезинфекторов будет связано с теми же факторами, которые были выявлены нами во время первой волны: уверенностью в своей способности защитить от заражения себя и близких, выраженностью страхов, связанных с пандемией, сопереживанием другим людям, доверием государству и официальным СМИ (Макушева, Нестик, 2020). При этом мы ожидали, что вклад страха заражения в соблюдение ограничений будет меньше, чем вклад просоциальных установок — сопереживания и доверия.

К июлю 2021 г. вакцинация стала рассматриваться в официальных СМИ как ключевой элемент комплекса мер, направленных на сдерживание пандемии, поэтому мы предположили, что соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений будет прямо связано с положительным отношением к вакцинации от коронавируса.

Поскольку к моменту проведения исследования уже было известно о том, что вакцинация не исключает возможности заражения и передачи коронавируса окружающим людям (Harris et al., 2021; Prunas et al., 2021), хотя и снижает вероятность его распространения от 40 до 80% (Mallapaty, 2021), мы предположили, что готовность соблюдать соответствующие ограничения после прививки будет связана с факторами признания серьезности и вероятности угрозы: доверием к государству и официальным СМИ, страхом заражения, а также ориентацией на учет будущих последствий.

Для измерения соблюдения масочного режима, социальной дистанции и применения дезинфекторов мы использовали четырехбалльную шкалу, уже апробированную в предшествующих исследованиях (3 пункта; $\alpha = 0,728$).

Первая выдвинутая нами гипотеза подтвердилась частично. Как показали результаты иерархического множественного линейного регрессионного анализа, наибольший вклад в соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений вносит страх заражения (см. таблицу 13), хотя его включение в регрессионную модель увеличивает ее объяснительную силу только на 18% ($\Delta R^2 = 0,030$).

Другими основными предикторами являются вера в свою способность защитить себя и близких, проактивное совладание с пандемией, т. е. планирование своего будущего с учетом пандемии и ее последствий, а также положительное отношение к вакцинации. Кроме

Таблица 13

Социально-психологические предикторы соблюдения санитарно-эпидемиологических ограничений во время третьей волны пандемии

Предикторы	Модель 1				Модель 2					
	B	S.E.	β	t	p	B	S.E.	β	t	p
Константа	0,963	0,127		7,561	*	0,986	0,125		7,889	*
Самозффективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	0,095	0,018	0,115	5,229	*	0,085	0,018	0,102	4,726	*
Сопереживание другим во время эпидемии	0,130	0,02	0,147	6,44	*	0,070	0,021	0,079	3,325	*
Проактивное совладание с ситуацией пандемии: планирование дальнейшей жизни с учетом ее ограничений и последствий	0,087	0,019	0,101	4,48	*	0,095	0,019	0,110	4,979	*
Внимание к новостям о пандемии	0,065	0,021	0,076	3,116	0,002	0,042	0,021	0,048	2,012	0,044
Признание необходимости вакцинации	0,069	0,014	0,121	4,865	*	0,048	0,014	0,083	3,353	*
Генерализованное доверие	0,046	0,021	0,046	2,16	0,031	0,06	0,021	0,059	2,832	0,005
Авторитарное подчинение	0,069	0,018	0,089	3,91	*	0,069	0,017	0,089	3,981	*
Конспирологическое мировоззрение	-0,022	0,008	-0,06	-2,768	0,006	-0,028	0,008	-0,074	-3,485	*
Страх заражения коронавирусом	-	-	-	-	-	0,061	0,007	0,200	8,808	*
R	0,413									
R ²	0,170									
F, p	52,439*									
56,979*										

Обозначения: * – $p < 0,001$; $\Delta R^2 = 0,030$; $F = 77,588$ при $p < 0,001$.

того, нами была выявлена связь соблюдения санитарно-эпидемиологических ограничений с доверием к другим людям, но не с доверием к государству. Следует также учитывать, что выявленные нами предикторы объясняют только 20% дисперсии значений, что указывает на наличие других факторов, не учтенных в нашем исследовании: в частности, представлений о том, соблюдают ли их другие горожане, оценки тяжести санкций за их нарушение и т. п.

Таким образом, наше предположение о снижении роли страха заражения в соблюдении ограничений не подтвердилось. На наш взгляд, это может объясняться активным обсуждением в СМИ новой угрозы — дельта-штамма, оказавшегося в несколько раз более заразным и опасным, чем другие штаммы SARS-CoV-2. Вместе с тем наши данные указывают на то, что страх как индикатор оценки серьезности последствий заражения вносит вклад в следование санитарно-эпидемиологическим требованиям лишь в том случае, если он сопряжен с высокой самоэффективностью и включен в конструктивные стратегии совладания: сопереживание, планирование дальнейшей жизни с учетом последствий пандемии, внимание к новостям о пандемии, признание необходимости вакцинации.

Вторая наша гипотеза подтвердилась полностью. Как показал линейный регрессионный анализ ($R = 0,551$; $R^2 = 0,304$; $F = 86,226$; $p < 0,001$), готовность соблюдать санитарно-эпидемиологические ограничения после прививки связана со страхом заражения, с верой в свою способность защитить себя и других, с сопереживанием другим людям во время пандемии, с доверием к государству и официальным СМИ, с положительным отношением к вакцинации, а также с ориентацией на учет будущих последствий (см. таблицу 14).

Важное значение самоэффективности как предпосылки соблюдения санитарно-эпидемиологических мер не раз уже отмечалось ранее (Habersaat et al., 2020). Наши исследования свидетельствуют о том, что поддержка уверенности личности в своей способности защитить себя и близких, повлиять на развитие ситуации, а также веры в действенность рекомендуемых мер является условием жизнеспособности и субъективного благополучия в условиях глобальных рисков (Нестик, Журавлев, 2018; Человек в условиях глобальных рисков, 2020).

Выявленная нами связь соблюдения санитарно-эпидемиологических мер с генерализованным доверием хорошо согласуется с ре-

Таблица 14

Предикторы готовности личности соблюдать масочный режим после прививки ($R=0,551$; $R^2=0,304$; $F=86,226$; $p<0,001$)

Предикторы	B	S. E.	β	t	p
Константа	0,149	0,165		0,904	0,366
Самозффективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	0,165	0,026	0,167	6,405	<0,001
Сопереживание другим во время эпидемии	0,154	0,028	0,157	5,523	<0,001
Страх заражения коронавирусом	0,1	0,01	0,292	10,361	<0,001
Доверие к федеральной власти: президенту, правительству, госдуме, официальным СМИ	0,11	0,025	0,124	4,399	<0,001
Положительное отношение к вакцинации от COVID-19	0,081	0,023	0,106	3,503	<0,001
Ориентация на учет будущих последствий	0,087	0,031	0,069	2,759	0,006

зультатами других исследований. Так, в исследовании, проведенном среди 239 тыс. респондентов из 14 стран, а также с привлечением данных о вводимых ограничениях и о мобильности горожан в 114 странах, было обнаружено, что соблюдение социальной дистанции выше в тех странах, которые характеризуются высоким генерализованным межличностным доверием (Petherick et al., 2021).

На основании проведенных нами исследований можно сделать вывод о том, что отношение к санитарно-эпидемиологическим мерам в наибольшей степени зависит от убеждений, поддерживающих уверенность личности в способности индивидуально или совместными усилиями преодолеть пандемию. По-видимому, появление новых опасных штаммов будет на определенное время усиливать значимость страха как мотиватора соблюдения правил предосторожности. Однако можно предположить, что в условиях длительного переживания трудноконтролируемой угрозы влияние страха и доверия к государству на соблюдение накладываемых им ограничений будет ослабевать, тогда как роль самозффективности, ориентации на личный выбор, социального оптимизма, генерализованного доверия и сопереживания, наоборот, будет возрастать.

Социально-психологические предпосылки готовности личности к вакцинации от COVID-19

По данным международных исследований 2020–2021 г., уровень доверия к вакцинам от коронавируса в России – один из наиболее низких в мире (Edelman Trust Barometer, 2021; Lazarus et al., 2020, 2021; Sallam, 2021). Исследователи отмечают относительно низкий уровень готовности к вакцинации от коронавируса не только в России, но и в странах Ближнего Востока, Африки, а также в некоторых европейских странах, таких как Франция, Италия и Польша. Но если в большинстве стран готовность вакцинироваться растет, то в России динамика по сравнению с 2020 г. обратная (Lazarus et al., 2021).

Согласно результатам опроса горожан, проведенного ЦСП «Платформа» совместно с ОМІ 25 июня 2021 г., уже вакцинировались 18% жителей российских городов, а 40% опрошенных заявили, что вакцинироваться точно не будут или скорее всего не будут; 54% не доверяют информации о вакцинах от официальных лиц – представителей сферы здравоохранения и органов власти (Что может изменить ситуацию..., 2021). По данным опроса, проведенного «Левада-Центром» 24–30 июня 2021 г., 58% россиян так или иначе не поддерживали обязательную вакцинацию (Коронавирус..., 2021). При этом отказ от прививки связан не с отрицательным отношением к вакцинации в целом, а с неуверенностью и недоверием, опасениями, что вакцинация служит для получения чьей-то выгоды, и что существуют альтернативные, более эффективные способы защиты (Расказова, Тхостов, 2021).

В условиях третьей волны пандемии COVID-19 негативное отношение к вакцинации от коронавируса становится серьезным барьером на пути к формированию коллективного иммунитета. Неготовность к вакцинации принято понимать как откладывание прививки или отказ от нее несмотря на наличие вакцины (Report of the SAGE Working Group..., 2014). Ее причинами являются самоуспокоенность (недооценка риска заболевания, надежда на скорое завершение пандемии), низкий уровень доверия (экспертам, медицинским учреждениям, системе логистики), низкая оценка удобства получения услуг вакцинации (недостаточная доступность вакцины, низкая оценка качества услуг вакцинации, их соответствия культурными традициям).

Важно подчеркнуть, что психологические рекомендации не могут обеспечить «серебряной пули» в борьбе с антипрививочными настроениями. Кроме того, предсказательная сила психологических моделей в области здоровьесберегающего поведения не превышает 30–40% (Расказова, 2016). Но учет психологических закономерностей отношения к вакцинам и восприятия информации о вакцинации может повысить эффективность уже принимаемых мер, а также может быть ориентиром при выборе конкретных маркетинговых и рекламных решений (Evans, French, 2021).

Исследования, проведенные социологическими агентствами в мае–июне 2021 г., выявили основные *мотивы и обоснования отказа от вакцинации*. Так, по данным репрезентативного опроса и серии фокус-групп, проведенных ВЦИОМ в конце мая 2021 г., отказ от прививки против коронавируса или ее откладывание связаны с целым рядом причин. В их число входит: 1) *страх побочных эффектов* (обострение хронических заболеваний, бесплодие у женщин, генетические отклонения), 2) сомнения в эффективности вакцин (заболевание среди привитых; низкая эффективность против новых штаммов; непродолжительность эффекта; убеждение в том, что приобретенный вследствие перенесенного заболевания иммунитет эффективнее, чем вакцины), 3) *недооценка угрозы заражения коронавирусом* (предполагаемое уже перенесенное заболевание, сравнение COVID-19 с более опасными болезнями, убежденность в фальсификации статистики, вера в конспирологические теории обогащения медицинского бизнеса), 4) *недоверие к тому, как организована вакцинация* (отсутствие полноценных обследований состояния здоровья перед введением прививки; недоверие к квалификации медперсонала и условиям оказания услуг в мобильных центрах вакцинации; сомнения в отношении того, каким категориям граждан прививка противопоказана; неуверенность в том, что при обнаружении побочных последствий прививки помощь будет оказана своевременно); 5) убеждение в том, что *сами врачи сомневаются в целесообразности вакцинации* или даже прямо советуют от нее отказаться, а также 6) *недоверие системе российского здравоохранения* в целом (ВЦИОМ, 2021).

По данным опроса, проведенного ЦСП «Платформа» и ОМІ 25 июня 2021 г., жители российских городов откладывают вакцинацию или отказываются от нее, так как *опасаются за ее долгосрочные негативные последствия для здоровья (40%)*; *решили подождать, пока при-*

вивку сделает больше людей, будут более понятны последствия (31%); не верят в эффективность вакцин от коронавируса (30%); не доверяют российским вакцинам (14%) или вакцинам в принципе (11%); боятся повышения температуры, слабости после прививки (12%); не боятся заболеть коронавирусом (9%); ждут, когда станут доступны другие российские вакцины (6%).

Целый ряд исследований показывает, что на отношение к вакцинации от коронавируса влияют возраст, пол, уровень образования и доходов, воспринимаемое социальное неравенство в обществе, уровень доверия к государству и системе здравоохранения (Lazarus et al., 2020; Cascini et al., 2021). Наиболее существенными факторами, влияющими на решение вакцинироваться от COVID-19, являются *рекомендации знакомых врачей*, а также *мнение значимых других* – семьи и друзей (Lin et al., 2021).

В серии исследований, проведенных нами в 2020–2021 гг., удалось выявить ряд социально-психологических феноменов, связанных с позитивным отношением к вакцинации, а также построить социально-психологическую типологию отношения личности к вакцинации.

Первое исследование было проведено нами во время первой волны пандемии совместно с ОМІ и ЦСП «Платформа» (15 мая 2020 г., N = 1043; Макушева, Нестик, 2020). Для измерения отношения к прививкам использовалась одна из субшкал опросника «Отношение личности к эпидемиологической угрозе» Т. А. Нестика (Нестик и др., 2020). Респондентам предлагалось по пятибалльной шкале оценить степень своего согласия с тремя утверждениями: «Прививка – надежное средство против инфекционных заболеваний», «Когда появятся прививки от коронавируса, они могут нанести больше вреда, чем пользы», «Любые прививки могут навредить ребенку» ($\alpha = 0,775$).

Как показали результаты структурного моделирования ($\chi^2 = 3,416$; $df = 2$; $CMIN/DF = 1,708$; $p = 0,181$; $CFI = 0,997$; $RMSEA = 0,026$; $90\% CI [<0,001, 0,072]$; $Pclose = 0,755$), позитивное отношение к вакцинации до появления вакцины от коронавируса было прямо связано с доверием к государству ($b = 0,190$), с принятием ситуации как стратегией совладания ($b = 0,080$), а также обратно связано с верой в конспирологические теории пандемии ($b = -0,260$). При этом конспирологическая ориентация была тем более выражена, чем меньше респонденты верили в свою способность защитить себя и близких от пандемии ($b = -0,330$) и чем меньше они доверяли государству ($b = -0,210$).

В исследовании, которое мы провели во время второй волны пандемии ($N = 1205$; 33% мужчин, 67% женщин; возраст от 16 до 80 лет; $M_{\text{возр}} = 39,7$; $SD = 11,2$), изучалась связь отношения к вакцинации с более широким кругом индивидуально-психологических и социально-психологических характеристик. Данное исследование было проведено в феврале 2021 г., когда вакцины от коронавируса уже стали доступны россиянам и национальная кампания по вакцинации населения уже началась.

На основании предшествующих исследований связи отношения к пандемии и страхов (Нестик и др., 2020; Человек в условиях глобальных рисков, 2020) мы *предположили*, что факторы положительного и негативного отношения к вакцинации различаются: недоверие к прививкам от COVID-19 будет связано со страхом негативных экономических последствий пандемии, тогда как признание необходимости вакцинации будет связано со страхом заражения коронавирусом. Кроме того, мы выдвинули предположение о том, что отношение к вакцинации будет связано с факторами, которые были выявлены нами ранее, во время первой волны пандемии: доверием к социальным институтам и выраженностью конспирологических убеждений.

Для измерения отношения к вакцинации от коронавируса нами была разработана методика «Отношение к вакцинации от COVID-19», включающая две субшкалы, каждая из которых состоит из четырех утверждений, степень согласия или несогласия с которыми респондентам предлагается оценить по пятибалльной шкале. Субшкала признания необходимости вакцинации состояла из утверждений: «С помощью вакцинации я могу защитить себя и близких от заражения коронавирусом», «Вакцинация от COVID-19 позволит работать и жить полной жизнью, а не болеть или сидеть на карантине», «Прививка – это единственный способ защитить себя от COVID-19», «Необходима массовая вакцинация россиян от COVID-19» ($\alpha = 0,915$; $M = 3,18$; $SD = 1,23$). В шкалу недоверия к прививкам от COVID-19 вошли утверждения: «Я опасюсь побочных последствий вакцинации от COVID-19», «Я не доверяю вакцинам против COVID-19, так как они были разработаны в спешке», «COVID-19 – все еще мало изученное заболевание с неизвестными последствиями», «Я не верю в эффективность вакцин от COVID-19» (4 пункта, $\alpha = 0,879$; $M = 4,21$; $SD = 1,18$). Конфирматорный факторный анализ, проведенный в про-

грамме Jamovi, показал, что двухфакторная модель хорошо соответствует данным: хи-квардат = 48,356; DF = 14; $p < 0,001$; CFI = 0,995; TLI = 0,990; SRMR = 0,015; RMSEA = 0,045; 90% CI [0,032, 0,059]. Вклад всех пунктов в факторы значим на уровне $p < 0,001$, а стандартизированные факторные веса находятся в пределах от 0,581 до 0,960.

Также нами была разработана шкала субъективных норм, поддерживающих вакцинацию от COVID-19, в которую вошли следующие утверждения: «Большинство моих знакомых планируют сделать прививку от COVID-19», «Мои близкие считают, что я должен/на сделать прививку от коронавируса», «Большинство окружающих меня людей не верят в безопасность вакцинации от COVID-19», «Большинство людей в моем городе не станут в ближайшие месяцы по собственной воле вакцинироваться от коронавируса» (4 пункта, пятибалльная шкала, $\alpha = 0,831$; $M = 2,83$; $SD = 1,02$).

Для измерения конспирологических убеждений нами были использованы субшкала конспирологической ориентации опросника «Отношение к эпидемиологической угрозе» Т. А. Нестика (Нестик и др., 2020), «Шкала конспирологических убеждений» (Brotherton et al., 2013; 15 пунктов, $\alpha = 0,937$), а также «Опросник конспирологического мировоззрения» (Bruder et al., 2013; 5 пунктов, $\alpha = 0,843$).

Доверие к правительству Российской Федерации измерялось с помощью пятибалльной шкалы из десяти утверждений, разработанной нами на основе модели политического доверия Дж. Хэмма, К. Шмидта и Р. Мейера (Hamm et al., 2019) и состоящей из трех субшкал: доброжелательности (3 пункта, $\alpha = 0,922$); компетентности (4 пункта, $\alpha = 0,883$) и последовательности (3 пункта, $\alpha = 0,859$). Кроме доверия к правительству, мы также просили респондентов оценить свое доверие к различным источникам информации, президенту и региональным органам власти, используя пятибалльную шкалу. Доверие к ученым измерялось шкалой из трех пунктов («Ученые работают на благо общества», «Ученые открыты и честны в том, что касается источников финансирования их работы», «Я доверяю ученым»; $\alpha = 0,763$). Для измерения других социально-психологических характеристик использовался ряд методик: шкала социального доверия из опросника World Values Survey (Срепаз et al., 2014); опросник «Социальные аксиомы» (SAS; Татарко, Лебедева, 2020; Leung, Bond, 2010); Опросник моральных оснований (MFQ; Сычев

и др., 2018; Graham et al., 2009); шкала «Вера в справедливый мир» (Нартова-Бочавер и др., 2013; Dalbert, 2001); шкалы «Авторитаризм правого толка», «Ориентация на социальное доминирование», «Вера в опасный и конкурентный мир» Дж. Даккита (Григорьев, 2017); шкала «Враждебность» из Опросника уровня агрессивности А. Басса и М. Перри (ВРАQ; адаптация С. Н. Ениколопова и Н. П. Цибульско-го), а также шкала патернализма (Белинская и др., 2004). Для оценки субъективного благополучия в исследовании использовались также шкалы РНQ-4 (Погосова и др., 2014), PSS-10 (Абабков и др., 2016). Страхи в отношении заражения коронавирусом, медицинских и экономических последствий пандемии респондентам предлагалось оценить по десятибалльной шкале (от «совсем не боюсь» до «очень сильно боюсь»).

Выдвинутые нами гипотезы подтвердились. Как показали результаты линейного регрессионного анализа ($R=0,606$; $R^2=0,360$; $F=49,358$; $p<0,001$), наиболее весомый вклад в недоверие к прививкам от COVID-19 вносят вера в искусственное происхождение пандемии и общая выраженность конспирологических убеждений, низкий социальный оптимизм, низкое доверие к президенту РФ и официальным СМИ, низкая оценка доброжелательности правительства РФ. При этом недоверие к прививкам от коронавируса связано со страхом экономических последствий пандемии, с желанием опеки со стороны государства, с доверием к региональной власти и с верой в справедливый мир (см. таблицу 15).

Признание необходимости вакцинации от COVID-19, как показывают результаты линейного регрессионного анализа ($R=0,603$; $R^2=0,359$; $F=75,951$; $p<0,001$), связано со страхом заражения коронавирусом, с социальным оптимизмом, с доверием к ученым и официальным СМИ, а также с верой в свою способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия. Негативный вклад в признание необходимости прививаться вносят вера в искусственное происхождение пандемии и конспирологическое мировоззрение (см. таблицу 16).

Таким образом, было показано, что страх заражения является одной из предпосылок признания необходимости прививок, но при этом наличие или отсутствие такого страха не является предиктором сформировавшегося негативного отношения к вакцинации. Этот вывод может иметь важное значение для организации информаци-

Таблица 15

Социально-психологические предикторы недоверия к прививкам от COVID-19 (N = 1205; R = 0,606; R² = 0,360; F = 49,358; p < 0,001)

Предикторы	B	S. E.	β	t	p
Константа	3,782	0,326		11,617	<0,001
Доверие к официальным СМИ	-0,129	0,038	-0,108	-3,436	0,001
Доверие к группам в социальных сетях	0,071	0,037	0,052	1,897	0,058
Общая вера в справедливый мир	0,131	0,036	0,104	3,654	<0,001
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	-0,214	0,044	-0,155	-4,829	<0,001
Самоэффективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	-0,121	0,033	-0,1	-3,692	<0,001
Вера в искусственное происхождение пандемии	0,211	0,038	0,176	5,521	<0,001
Конспирологические убеждения (Brotherton et al., 2013)	0,015	0,003	0,147	4,806	<0,001
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии	0,034	0,012	0,071	2,897	0,004
Желание опеки со стороны государства (субшкала патернализма)	0,025	0,007	0,083	3,469	0,001
Доверие к ученым	-0,123	0,031	-0,104	-3,936	<0,001
Оценка доброжелательности чиновников правительства РФ по отношению к гражданам	-0,087	0,045	-0,075	-1,926	0,054
Аутгрупповое доверие (WVS)	-0,101	0,043	-0,06	-2,366	0,018
Доверие к региональной власти	0,076	0,037	0,068	2,057	0,04
Доверие к президенту	-0,107	0,033	-0,123	-3,297	0,001

онных кампаний в поддержку массовой вакцинации населения: нагнетание страха заражения само по себе не может снизить недоверие к вакцинам, и основные усилия следует сосредоточить на повышении уверенности личности в своих силах противостоять пандемии, на снижении остроты чувства неконтролируемой угрозы и чувства неспособности влиять на ситуацию, которое лежит в основе конспирологических убеждений (Нестик и др., 2020).

Таблица 16

Социально-психологические предикторы признания
необходимости вакцинации от коронавируса
(N = 1205; R = 0,603; R² = 0,359; F = 75,951; p < 0,001)

Предикторы	B	S. E.	β	t	p
Константа	1,407	0,275		5,117	<0,001
Доверие к официальным СМИ	0,202	0,034	0,169	5,854	<0,001
Доверие к группам в социальных сетях	-0,092	0,035	-0,068	-2,616	0,009
Общая вера в справедливый мир	-0,091	0,035	-0,072	-2,605	0,009
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества	0,324	0,04	0,236	8,156	<0,001
Самоэффективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия	0,164	0,033	0,135	5,036	<0,001
Вера в искусственное происхождение эпидемии	-0,165	0,035	-0,137	-4,753	<0,001
Доверие к ученым	0,215	0,031	0,183	7,052	<0,001
Страх заражения коронавирусом	0,086	0,011	0,181	7,6	<0,001
Конспирологическое мировоззрение (Bruder et al., 2013)	-0,059	0,015	-0,103	-3,858	<0,001

Еще одно исследование было проведено нами по инициативе президиума РАН во время третьей волны пандемии в июле 2021 г., когда вакцинация от COVID-19 стала обязательной (N = 2054; 47% мужчин, 53% женщин; возраст от 18 до 84 лет; $M_{\text{возр}} = 37,8$; $SD = 13,2$). Исследование было направлено на выявление типов отношения личности к вакцинации, причин откладывания вакцинации или отказа от нее, в том числе на оценку распространенности ошибочных убеждений и псевдонаучных мифов, используемых в качестве аргументов для отказа от прививок.

Исследование проводилось в форме массового опроса городского населения в период с 26 по 31 июля 2021 г. по квотной выборке с использованием онлайн-панели OMI – единственной на сегодняшний день российской онлайн-панели, сертифицированной по международным стандартам ISO 20252:2019. После ремонта выборки и пере-

взвешивания выборочная совокупность репрезентирует взрослое городское население России по параметрам пола, возраста, образования, типу места проживания (величина города) и географии проживания (федеральные округа).

В исследовании наряду с анкетой, измеряющей отношение респондентов к пандемии и вакцинации, использовались следующие шкалы: шкала негативного отношения к вакцинации (Vaccination Attitudes Examination (VAX) Scale; Martin, Petrie, 2017; 12 пунктов; $\alpha=0,920$); разработанные нами и апробированные ранее шкалы методики «Отношение к вакцинации от COVID-19» (признание необходимости вакцинации ($\alpha=0,915$), недоверие к прививкам от COVID-19 ($\alpha=0,879$)), а также шкала субъективных норм, поддерживающих вакцинацию от COVID-19 (4, $\alpha=0,804$). Также нами была использована шестибалльная шкала для оценки воспринимаемого уровня консенсуса экспертов и властей по поводу вакцинации от коронавируса: «В нашей стране эксперты высказывают диаметрально противоположные мнения по поводу вакцинации», «Различные заявления властей о ситуации с пандемией у нас в стране часто противоречат друг другу» (2 обратных пункта; $\alpha=0,684$; $M=2,64$; $SD=1,16$).

Для оценки отношения к пандемии были использованы некоторые субшкалы из опросника «Отношение к эпидемиологической угрозе» (Нестик и др., 2020). Для контроля личностных характеристик использовался краткий пятифакторный Опросник личностных черт ТРИ (Сергеева и др., 2016; Gosling et al., 2003) и краткая версия шкалы «Ориентация на учет будущих последствий» (CFC) А. Стратмена в адаптации Т.А. Нестика (Нестик, 2020).

Также использовались методики для измерения социально-психологических характеристик личности: краткий портретный опросник ценностных ориентаций Ш. Шварца (Ten-Item Values Inventory – TIVI; Sandy et al., 2016); шкала социального доверия из опросника World Values Survey (Срепач et al., 2014); опросник «Социальные аксиомы» (SAS; Татарко, Лебедева, 2020; Leung, Bond, 2010); модифицированная для массовых опросов шкала «Вера в справедливый мир» (Нартова-Бочавер и др., 2013; Dalbert, 2001); шкалы «Авторитаризм правого толка», «Вера в опасный и конкурентный мир» Дж. Даккита (Григорьев, 2017); Опросник конспирологического мировоззрения (Bruder et al., 2013); Шкала патернализма (Белинская и др.,

2004); шкалы доверия к ученым (3 пункти; $\alpha=0,719$) и доверия к науке (Hartman et al., 2017; $\alpha=0,873$).

Как показали результаты исследования, готовность к вакцинации среди жителей российских городов остается крайне низкой: хотя каждый третий опрошенный уже сделал прививку, только 15% планируют вакцинироваться в ближайшие два месяца. Особенно низкие показатели готовности к вакцинации в возрастной группе от 35 до 44 лет (см. рисунок 12). При этом 55% готовы вакцинироваться в случае применения санкций. Наиболее важными критериями принятия решения о вакцинации являются ее эффективность и безопасность, наименее важными – наличие материального вознаграждения и мнение коллег.



Рис. 12. Результаты ответа на вопрос: «Скажите, пожалуйста, собираетесь ли вы в ближайшие два месяца делать себе прививку вакциной от коронавируса?» (% от всей выборки)

Готовность к вакцинации от коронавируса связана с предпочтением официальных источников информации (традиционные СМИ, сайты официальных медицинских организаций). Однако нами не обнаружено различий между планирующими вакцинацию и отказывающимися от нее по использованию социальных сетей и специализированной научной литературы. Нет между ними значимых различий и по уровню образования ($p>0,05$). Эти данные в целом не противоречат результатам других исследований, показавших, в частности, что рефлексивность и устойчивость к когнитивным искажениям не влияют на установки в отношении вакцинации (Tomljenovic et al., 2021). Вместе с тем уровень доверия к социальным институтам среди отказывающихся от вакцинации значительно ниже, чем среди тех, кто уже сделал прививку или планирует привиться в ближайшие месяцы (см. рисунок 13).

Раздел 1

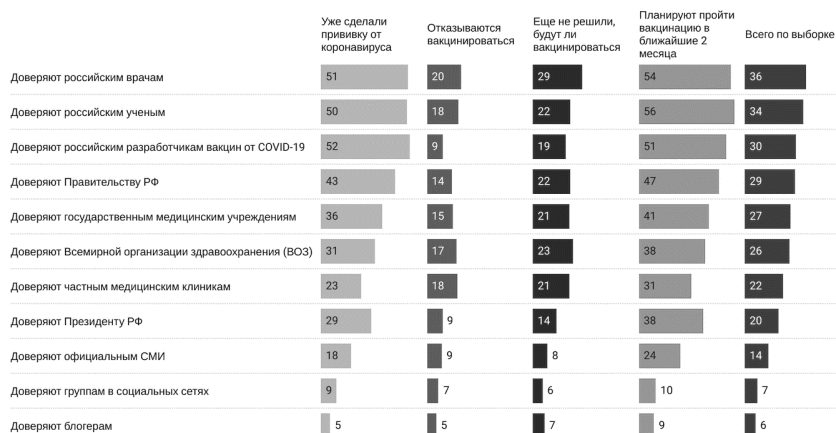


Рис. 13. Уровень институционального доверия в зависимости от готовности сделать прививку (% респондентов, выбравших варианты «скорее доверяю» и «полностью доверяю»)

Подавляющее большинство респондентов отмечают рассогласованность в заявлениях властей, а также отсутствие консенсуса среди экспертов по поводу вакцинации (см. рисунок 14). При этом 62% отказывающихся от прививки респондентов указывают на то, что знакомые им врачи не рекомендуют вакцинироваться.

Как известно, в условиях появления новых штаммов соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений остается не менее важным, чем вакцинация (Subramanian, Kumar, 2021). Одним



Рис. 14. Оценка согласованности мнений экспертов по поводу вакцинации (% респондентов, выбравших варианты ответа «скорее согласен» и «полностью согласен»)

из источников роста числа заболеваний осенью 2021 г. может быть отказ от соблюдения масочного режима после вакцинации: хотя среди уже сделавших прививку 59% утверждают, что соблюдают масочный режим, среди не вакцинировавшихся только 22% твердо уверены, что будут носить маску после прививки (см. рисунок 15).

Как Вам кажется, в какой мере за последние две недели Вы.... (% респондентов, привившихся против коронавируса)



Если Вы пройдете вакцинацию от COVID-19, какова вероятность того, что Вы после этого будете... (% от респондентов, которые еще не сделали прививку против коронавируса)



Рис. 15. Готовность соблюдать санитарно-эпидемиологические ограничения после вакцинации

Страх непредвиденных последствий вакцинации оказался наиболее выраженным среди всех тревог, связанных с пандемией, — даже более сильным, чем страх заражения близких. Среди пяти наиболее распространенных страхов, связанных с пандемией COVID-19, оказались опасения, что обнаружатся непредвиденные последствия вакцинации от коронавируса (68% респондентов), произойдет серьезный спад в экономике, который скажется на всех, снизится уровень жизни (67%), государство еще больше усилит контроль над жизнью граждан, будут введены новые ограничения (66%), придется жить многие годы в условиях повышенной эпидемиологической опасности (64%), коронавирусом заразятся близкие (63%), появятся новые опасные штаммы коронавируса, против которых нет вакцин (63%).

При этом только 33% боятся сами заразиться коронавирусом. Более половины опрошенных не верят в эффективность вакцин от ко-

ронавируса (55%), в том числе 31% среди тех, кто планирует сделать прививку в ближайшие месяцы.

Среди самых распространенных предубеждений в отношении вакцинации наибольшее внимание обращают на себя околонуточные мифы: так, 76% всех опрошенных убеждены, что привитые люди такие же заразные, как и не привитые; 59% планирующих сделать прививку считают, что вакцина на основе мертвого вируса лучше, чем синтетическая; 53% опрошенных убеждены в том, что прививка не защищает от новых штаммов коронавируса, а 61% верят, что она может вызвать опасные побочные эффекты – тромбы, аллергические реакции и т. п.

Более половины всех респондентов верят в то, что вакцинация не нужна тем, у кого высокий уровень антител (56%); что прививки малоэффективны против новых штаммов коронавируса (53%); что они менее эффективны, чем иммунитет, приобретенный вследствие перенесенного заболевания (51%); что они могут привести к ненормальной реакции организма на другие болезни или лекарственные препараты (52%).

Мы предположили, что доверие к вакцинам от COVID-19 и признание необходимости вакцинироваться будут связаны не только с доверием к социальным институтам и с дескриптивными нормами, но и с воспринимаемым консенсусом экспертов по поводу вакцинации. Кроме того, опираясь на результаты предшествующего исследования, проведенного в феврале 2021 г., мы предположили, что во время третьей волны страх заражения усиливает поддержку вакцинации, но не влияет на доверие к вакцинам от COVID-19.

Как показали результаты структурного моделирования в программе Amos v. 25 ($N = 2054$; хи-квadrat = 23,974; $df = 13$; $CMIN/DF = 1,844$; $p = 0,031$; $RMR = 0,020$; $GFI = 0,998$; $CFI = 0,999$; $RMSEA = 0,020$; 90% CI [0,006, 0,033]; $P_{close} = 1$), наиболее существенный вклад в отношение к вакцинации вносят дескриптивные нормы и воспринимаемый консенсус экспертов и представителей власти. Низкая оценка своей способности защитить себя и других от пандемии, а также отсутствие консенсуса экспертов не только негативно сказываются на поддержке вакцинации, но также подстегивают веру в конспирологические теории и ослабляют доверие к науке, что еще больше усиливает негативное отношение к любым прививкам (см. рисунок 16). Как мы

и ожидали, страх заражения коронавирусом позитивно сказывается на признании необходимости вакцинации. При этом он не только не снижает недоверие к прививкам от COVID-19, но, наоборот, даже усиливает его. Положительная связь между недоверием к вакцинам от коронавируса и страхом заражения может объясняться разными причинами. Во-первых, страх заболеть коронавирусом может быть связан с ошибочными представлениями о составе вакцин, якобы содержащих ослабленный вирус. Во-вторых, тревога за свое здоровье может повышать требовательность к эффективности и безопасности вакцин, разработанных в спешке. Наконец, страх заражения может сопровождаться страхом заразиться при посещении поликлиники или прививочного центра, т. е. может повышать требовательность не только к составу вакцины, но и к тому, как организована вакцинация.

В целом выявленная нами связь отношения к вакцинации с самооэффективностью личности и дескриптивными нормами хорошо объясняется теорией спланированного поведения и согласуется с другими исследованиями антипрививочных установок (Cordina et al., 2021; Graupensperger et al., 2021; Stout et al., 2020). Роль доверия к науке в формировании отношения к вакцинации также неоднократно отмечалась исследователями (см., например: Sturgis et al., 2021). Связь отношения к вакцинации и воспринимаемого консенсуса экспертов хорошо согласуется также с исследованиями отношения личности к глобальным рискам. По-видимому, роль согласия экспертов возрастает в тех случаях, когда речь идет о невидимой угрозе — эпидемиологической, радиационной или связанной с последствиями изменения климата (Человек в условиях глобальных рисков, 2020; van der Linden et al., 2015).

Поскольку откладывание вакцинации не равнозначно отказу от нее в долгосрочной перспективе, мы *предположили*, что на готовность вакцинироваться влияет не только доверие к разработанным на данный момент вакцинам, но и другие факторы, в том числе доверие к организации процесса вакцинации. Опираясь на проведенный нами анализ научных публикаций, посвященных факторам готовности к вакцинации, а также на результаты общероссийских опросов, касающихся отношения к вакцинации от коронавируса (ВЦИОМ, 2021; Коронавирус..., 2021; Что может изменить ситуацию..., 2021), мы предложили респондентам оценить по шестибальной шкале, на-

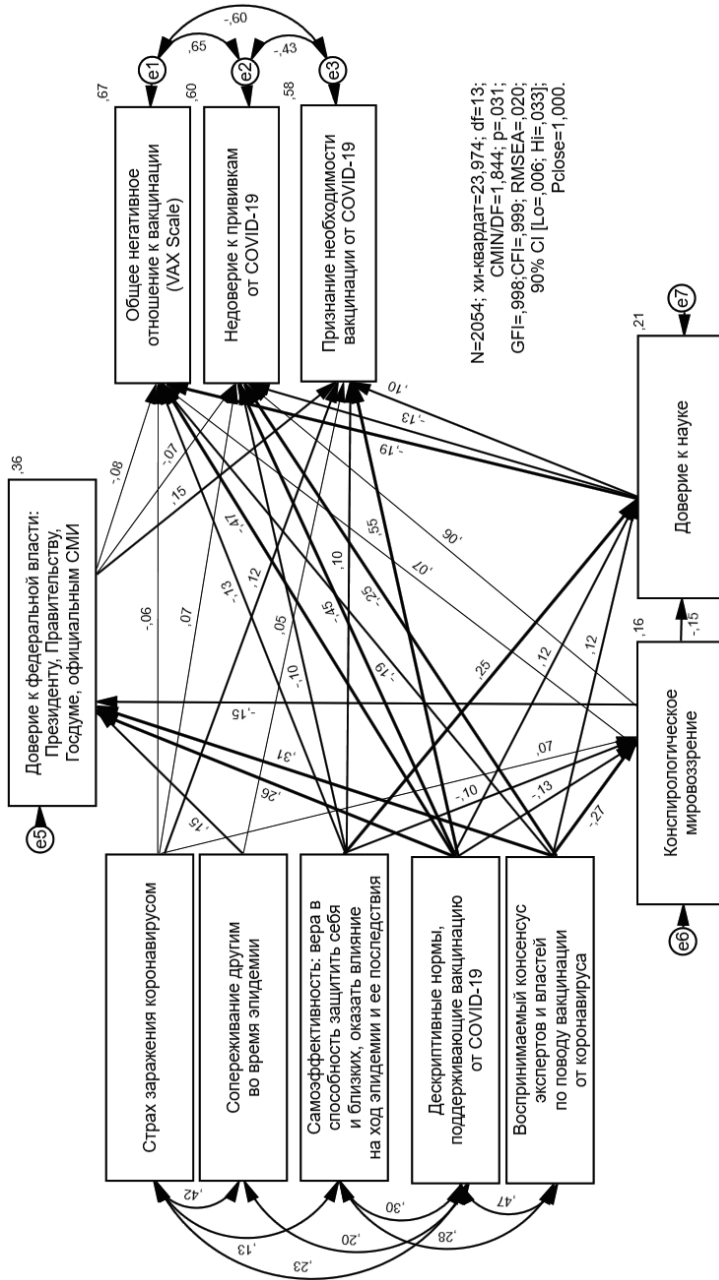


Рис. 16. Социально-психологические предпосылки отношения личности к вакцинации (графическое представление результатов структурного моделирования, N = 2054)

сколько для них будут важны те или иные критерии в случае принятия решения о прививке от COVID-19 (см. таблицу 17).

Как можно увидеть из таблицы, наиболее значимыми оказались критерии, связанные с эффективностью вакцины и организацией процесса вакцинации (наличие диагностики и квалифицированной консультации в пункте вакцинации, гарантия квалифицированной помощи, если что-то пойдет не так, и т. п.), тогда как наименее значимыми в целом по выборке — критерии, связанные с наличием тех или иных финансовых стимулов.

С помощью факторного анализа методом главных компонент с варимакс-вращением мы объединили все приведенные выше критерии в одиннадцать факторов, объясняющих 69% дисперсии значений: эффективность и безопасность вакцинации (24%), одобрение значимых других (10%), возможность защитить других людей (6%), наличие выбора (5%), наличие санкций (5%), возможность получить вознаграждение (5%), число людей, уже прошедших вакцинацию (4%), признание вакцины за рубежом (4%), риск заболеть в условиях затяжной пандемии (3%), ориентация на советы лечащего врача (3%), личный пример руководства (2%). На основе данных факторов с помощью кластерного анализа методом к-средних нам удалось выявить семь типов ожиданий в отношении вакцинации (см. рисунок 17).

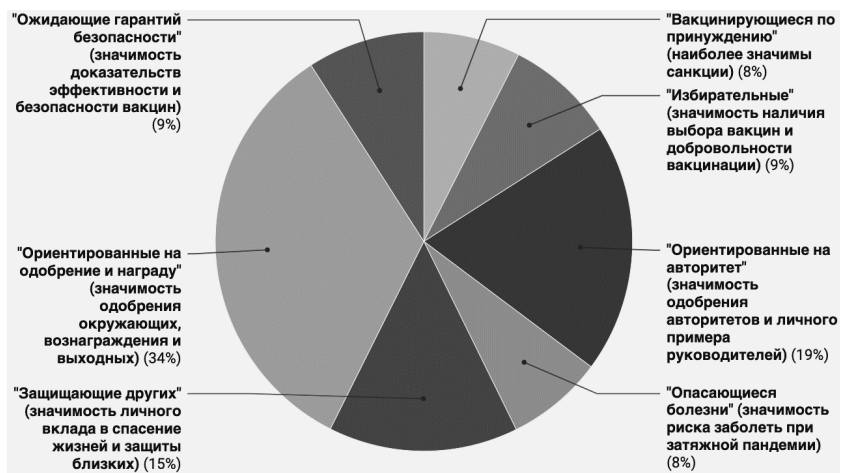


Рис. 17. Типы ожиданий в отношении вакцинации (% от всех респондентов)

Таблица 17
Критерии принятия решения о вакцинации
(% респондентов, выбравших варианты «важно» или «крайне важно»)

	По вы- борке в це- лом	Планируют привиться в ближай- шие два месяца	Отказы- ваются от вакци- нации	От 18 до 24 лет	От 25 до 34 лет	От 35 до 44 лет	От 45 до 54 лет	От 55 лет и старше
Если вы будете принимать решение о вакцинации или ревакцинации от COVID-19, насколько будут важны для вас перечисленные ниже критерии?	73	72,1	69,9	64,3	75,2	73,4	75,4	75
Окажут ли мне квалифицированную помощь, если что-то пойдет не так после вакцинации	69,5	71,6	66,1	63,3	70,9	70,7	69,1	72,2
Уверенность в том, что у меня нет противопоказаний	67,7	66,8	63,3	58,4	65,7	69,8	74,4	72,7
Насколько надежно вакцина защищает от заражения коронавирусом	67,3	69	66,6	60	67,4	70	70	68,8
Мое самочувствие перед вакцинацией	66,1	68,4	60	53,9	66,5	68,3	70,4	71,8
Насколько вакцина защищает от осложнений в случае заражения коронавирусом	64,7	67,7	62,9	55	67,6	66,1	64,5	68,1
Наличие диагностики на отсутствие противопоказаний и квалифицированной консультации в пункте вакцинации	64,7	61,6	65,8	57,2	65,2	69,6	64,8	65,7
Насколько я уверен(а) в отсутствии долгосрочных негативных последствий вакцинации	64,6	59,6	69,5	61,3	65,7	66,7	64,5	63
Добровольно ли я делаю выбор в пользу вакцинации								

Насколько прививка защищает против новых, более опасных штаммов коронавируса	63,1	64,4	56,1	50,1	61,5	66,4	70	70,1
Смогу ли я после вакцинации вернуться к нормальной жизни без ограничений	62,9	66,9	56,7	57,2	62,5	64,1	65,1	66,3
Насколько легко переносится прививка (отсутствие болей, сильного недомогания и т. п. в первые дни после вакцинации)	59	61,4	58,2	51,5	63,2	58,1	59,8	59,4
Наличие именно той вакцины, которой хотелось бы привиться	58,3	61,2	56,9	50,8	60,1	59,1	58,9	61,4
Смогу ли я защитить своих близких от заражения, если сделаю себе прививку	58	65,1	48,6	47,4	57,9	62,8	58,9	63
Какой именно вакциной я буду прививаться	57,7	62,7	56,1	54,7	56,4	60	59,3	59,1
Наличие информации о результатах вакцинации россиян в достоверных источниках	54,8	57,1	53,2	48,1	54,9	55,1	57,4	58,9
Как долго еще продлится пандемия	54,3	55,4	49,4	45,7	54,2	52,1	58,6	63,3
Есть ли у меня выбор между несколькими вариантами вакцин	53,2	53,9	54	48,8	53,9	55,1	54,1	53
Как давно разработана вакцина	52,1	51,2	58	45,4	52,7	54,7	51,4	56
Убедительные доказательства эффективности и безопасности вакцины, опубликованные в независимых специализированных СМИ	52,1	56,6	48,7	48,2	50,1	54,7	52,2	57
Доверяю ли я меликам, которые будут делать прививку	51,9	55	51,5	44,9	53,2	52,6	53,2	54,9

Продолжение таблицы 17

Если вы будете принимать решение о вакцинации или ревакцинации от COVID-19, насколько будут важны для вас перечисленные ниже критерии?	По вы-борке в це-лом	Планируют привиться в ближайшие два месяца	Отказы-ваются от вакци-нации	От 18 до 24 лет	От 25 до 34 лет	От 35 до 44 лет	От 45 до 54 лет	От 55 лет и старше
Удобство вакцинации (отсутствие очередей, не нужно долго ехать)	51,6	57,5	40,9	45,1	48,9	51,3	59,6	56,9
Насколько велика вероятность заразиться в том месте, куда я приду вакцинироваться	50,3	55,2	50,2	43,1	51,4	49,2	50,4	57,8
Насколько я понимаю, из чего состоит и как сделана вакцина	49,9	46,3	55,8	49,4	51,5	51,9	45,7	48,6
Где именно произведена вакцина, которой меня хотят вакцинировать	49,3	55,4	48	44,9	47,7	51,1	49,4	55,5
Положительные примеры успешности вакцинации у знакомых мне людей	49,3	54,1	43,6	44,7	51,3	48,5	49,8	50,7
Есть ли в моем окружении люди, которые заболели, хотя ранее уже вакцинировались этой вакциной	48,3	47,2	52	45,7	49,9	49,5	47,2	47,5
Признание вакцинны всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ)	46,6	47,2	43,2	45,9	51	41,8	45,3	46
Что говорят о вакцине медийские работники, с которыми я знаком(а)	45,6	43,9	47,4	40,5	48,5	47,9	44,6	42,9
Насколько велик риск заболеть, если я не буду прививаться	45,2	52,5	36,1	34,2	43,9	44,8	48,5	57,7

Будут ли введены какие-то ограничения для людей, не прошедших вакцинацию (к примеру, на передвижение, получение государственных услуг и т.п.)	43,7	44,3	45,4	41,1	42,2	44,8	49,3	42,8
Признается ли сертификат о вакцинации за рубежом	43,4	45,4	42,7	49,3	46,6	38,3	36,6	43,8
Что советует мне мой лечащий врач	42,5	47,5	34,9	38,9	39,7	44,7	44,1	48
Сколько людей уже сделали прививку этой вакциной	37,8	41,7	33,5	33,9	39,9	39,7	32,7	40,8
Насколько существенны санкции за отказ от вакцинации	37,6	36,1	39,4	36,6	38,9	37,5	41,1	32,8
Требуется ли от меня вакцинации работодатель	34,7	32,8	36	32,1	37,4	35,4	36,6	29,2
Предоставят ли мне оплачиваемые отгулы, дополнительные выходные дни в связи с прививкой	33,2	36,3	33,1	39,9	36,3	32,1	30,4	23,4
Возможность с помощью вакцинации внести свой вклад в преодоление пандемии, спасение жизней	32,9	47,9	20,2	28,4	31,3	31,3	36,4	40,2
Что советуют мне мои близкие	30,5	33,8	31,5	32,5	29,7	32,3	25	33
Личный пример руководства (прошли ли вакцинацию руководители моей организации)	27,4	32,9	23,5	26	28,7	29,4	23,5	27,2
Что говорят о вакцинации известные люди, которых я уважаю	23,6	25,3	23,7	23,1	21,2	23,3	25	28
Что думают о вакцинации мои друзья и знакомые	23,4	25,8	26,1	25,2	25,3	21,7	20,6	22,7

Продолжение таблицы 17

Если вы будете принимать решение о вакцинации или ревакцинации от COVID-19, насколько будут важны для вас перечисленные ниже критерии?	По вы-борке в це-лом	Планируют привиться в ближайшие два месяца	Отказы-ваются от вакци-нации	От 18 до 24 лет	От 25 до 34 лет	От 35 до 44 лет	От 45 до 54 лет	От 55 лет и старше
Что другие люди говорят или пишут в социальных сетях о вакцине	22,4	23	26,1	22,3	21,9	24,2	22,9	20,4
Получу ли я денежное или материальное вознаграждение в случае, если сделаю прививку	22,2	22,8	25,5	24,7	22,7	25	21,2	15,2
Позволят ли вакцинация принять участие в специальной лотерее с розыгрышем крупного приза (крупной суммы денег, машины, квартиры и т. п.)	16,8	21,7	16,3	20,7	16,9	15,2	14,8	16,4
Одобрят ли мое решение вакцинироваться знакомые и коллеги по работе	15,2	19,7	15,7	20	16,1	14,2	9,4	15,1

Для «вакцинирующихся по принуждению» (7,5% опрошенных) наиболее значимыми при принятии решения о вакцинации являются критерии, связанные с наличием различных ограничений и санкций. Типичный социально-демографический портрет: женщина средних лет (60% женщин; 78% в возрасте от 25 до 54 лет, только 3% старше 55 лет) с высшим образованием (57%), проживающая в городе с численностью менее 500 тыс. жителей (44%), среднего достатка. По сравнению с другими группами, представители данной группы чаще предпочитают получать информацию о вакцинации из социальных сетей и мессенджеров (30%). По сравнению с другими типами, они характеризуются наименее выраженным страхом заболеть коронавирусом и в целом менее других обеспокоены здоровьем других людей в условиях пандемии, меньше сопереживают тем, кто уязвим к ее последствиям, демонстрируют наименее высокий уровень генерализованного доверия. Среди них 65% убеждены в том, что опасность коронавируса преувеличена, сделали прививку только 17%, а 51% делать ее в ближайшие два месяца не планируют (см. рисунок 18). У них наиболее низкие показатели поддержки вакцинации от COVID-19 и ориентации на соблюдение санитарно-эпидемиологических мер. Представители данного типа проявляют низкий уровень авторитарного подчинения, наиболее высокие показатели популизма и антиэтатизма. Для них характерен наиболее высокий уровень снятия с себя ответственности за происходящее в стране и веры в конспирологические теории (см. таблицу 18).

Для «избирательных» (8,5%) важно наличие выбора вакцин и добровольности вакцинации. Типичный социально-демографический портрет: женщина средних лет (55% женщин; 60% в возрасте от 25 до 44 лет) с высшим образованием (59%), проживающая в городе с численностью более 500 тысяч (47% — жители городов-миллионников), с достатком средним или ниже среднего (52% не могут позволить себе покупку товаров длительного пользования). По сравнению с другими группами (см. рисунок 19), они чаще предпочитают получать информацию о вакцинации из специализированных научных изданий (33%) и официальных сайтов российских и международных медицинских организаций (31%). Для «избирательных» характерны наиболее высокая ориентация на ценность самостоятельности, более высокие показатели ориентации на учет будущих

Раздел 1



Рис. 18. Результаты ответа на вопрос: «Скажите, пожалуйста, вы собираетесь или не собираетесь в ближайшие два месяца делать себе прививку вакциной от коронавируса?» (% ответов по типам ожиданий от вакцинации)

последствий и добросовестности как черты личности. В этой группе экономические страхи выражены меньше, чем в других, но наиболее высок показатель убежденности в том, что государство должно заботиться о гражданах. С одной стороны, они склонны не доверять вакцинам от COVID-19, с другой – в большей степени, чем «вакцинирующиеся по принуждению», ориентированы на соблюдение санитарно-эпидемиологических правил сейчас и планируют соблюдать их после прививки. В этой группе 25% сделали прививку, 33% делать ее в ближайшие два месяца не планируют, а 5% еще не решили, будут ли прививаться.



Рис. 19. Результаты ответа на вопрос: «Из каких источников вы предпочитаете получать информацию/новости о вакцинации и вакцинах против коронавируса?» (% ответов по типам ожиданий от вакцинации; респонденты могли выбрать более одного предпочитаемого источника)

«Ориентированные на авторитет» (19,2%) ожидают одобрения со стороны авторитетов, для них значим личный пример руководителей. Типичный социально-демографический портрет: молодая женщина (53% женщины; 53% в возрасте от 18 до 34 лет) с высшим образованием (58%), проживающая в городе с численностью более 250 тысяч (48% – жители городов-миллионников), с достатком ниже среднего (54% не могут позволить себе покупку товаров длительного пользования). Информацию о вакцинации и вакцинах против коронавируса предпочитают получать из интернет-СМИ (62%), причем 27% представителей данного типа ориентируются на информацию в социальных сетях, а 24% – на блоги и видеоканалы в YouTube. В данной группе относительно высок уровень интереса к новостям о пандемии, наиболее высока выраженность страхов по поводу экономических последствий этого глобального кризиса, а также высок уровень тревоги по поводу возможного заражения близких и сопереживания другим людям в условиях пандемии. Недоверие к вакцинам от COVID-19 в данной группе сочетается с признанием необходимости вакцинации и готовностью соблюдать санитарно-эпидемиологические правила после прививки. В этой группе 28% сделали прививку, 29% делать ее в ближайшие два месяца не планируют, а еще 11% пока не приняли решения.

Респонденты, отнесенные к типу «опасающиеся болезни» (7,5%), более высоко, чем другие группы, оценивают значимость риска заболеть при затяжной пандемии. Типичный социально-демографический портрет: пожилая женщина (65% женщин; 55% старше 35 лет, причем 22% старше 55 лет) со средним или высшим образованием (48% не имеют высшего образования), проживающая в городе с численностью более 500 тысяч (47% – жители городов-миллионников) с достатком ниже среднего (54% не могут позволить себе покупку товаров длительного пользования). Информацию о вакцинации и вакцинах против коронавируса предпочитают получать из интернет-СМИ (44%), традиционных СМИ (34%) и от близких (39%). Хотя представители данного типа чувствительны к риску заболеть при затяжной пандемии, их страх заражения именно коронавирусом оказался умеренным. Каждый второй представитель данного типа (50%) считает, что опасность коронавируса преувеличена. При этом 82% считают, что прививки ослабляют организм и делают его уязвимым к другим инфекционным заболеваниям, а 72% – что прививки могут вызы-

Таблица 18

Социально-психологические характеристики в зависимости от типа ожиданий в отношении вакцинации (результаты анализа значимых различий; приводятся средние значения по шкалам)

Социально-психологические характеристики личности	Вакцинирующиеся по необходимости (N = 146)		Избирательные (N = 167)		Ориентированные на авторитет (N = 376)		Опасящиеся болезни (N = 147)		Защищающие других (N = 289)		Ориентированные на одобрение и награду (N = 656)		Ожидающие гарантий безопасности (N = 177)		Значимость различий по критерию Краuskла-Уоллиса χ^2 (DF = 6)
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
Страх заражения коронавирусом****	4,3	2,60	5,1	2,65	6,4	2,53	5,5	2,78	6,7	2,38	5,4	2,66	5,8	2,63	129,6
Страх заражения других людей коронавирусом****	4,9	2,82	5,8	2,91	7,1	2,59	6,2	2,97	7,3	2,37	6,0	2,85	6,4	2,75	120,7
Страх в связи с экономическими последствиями пандемии**	6,1	2,73	5,7	2,79	7,2	2,38	6,8	2,42	6,6	2,25	6,0	2,65	6,6	2,35	73,0
Социальный оптимизм: уверенность в благополучном преодолении пандемии за счет солидаризации общества**	2,6	0,94	2,9	0,98	3,1	0,87	2,6	0,86	3,3	0,86	3,2	0,84	2,8	0,90	163,1
Самозфективность: вера в способность защитить себя и близких, оказать влияние на ход эпидемии и ее последствия**	2,4	0,91	2,9	1,03	2,8	0,94	2,5	0,84	3,4	1,03	2,7	0,93	2,7	0,96	142,0
Сопереживание другим во время эпидемии**	3,1	1,12	3,5	1,00	4,0	0,76	3,5	0,89	3,8	0,79	3,6	0,92	3,5	0,98	138,1

Конспирологическая ориентация: вера в искусственное происхождение эпидемий**	4,1	0,91	3,7	1,14	3,6	1,03	4,1	0,90	2,8	1,01	3,5	0,95	3,9	0,99	258,5
Интерес к новостям о пандемии**	2,4	1,05	2,9	1,07	3,3	0,93	2,9	1,06	3,5	0,90	3,2	0,74	3,1	1,10	148,2
Добросовестность (TIPI-R) ****	5,4	1,34	5,8	1,10	5,7	1,12	5,7	1,18	5,4	1,23	5,0	1,17	5,8	1,13	169,0
Ориентация на учет будущих последствий (CFC) ****	4,4	0,87	4,6	0,85	4,5	0,75	4,5	0,82	4,5	0,85	4,2	0,57	4,6	0,89	126,3
Универсализм (TIVI) **	0,7	1,31	0,6	1,27	0,6	1,06	0,8	1,11	0,6	1,10	0,3	0,90	0,7	1,21	104,1
Самостоятельность (TIV) ***	0,7	1,05	0,9	1,02	0,5	0,96	0,7	0,98	0,7	0,98	0,2	0,87	0,8	0,96	151,2
Социальный пинизм (SAS) **	3,9	0,67	3,7	0,68	3,7	0,61	3,9	0,61	3,6	0,58	3,5	0,71	3,7	0,63	109,1
Социальная сложность (SAS) **	3,9	0,48	3,9	0,44	3,9	0,38	3,8	0,47	3,8	0,41	3,5	0,56	3,9	0,41	257,0
Воспринимаемая политическая самоэффективность**	1,6	0,76	1,9	1,01	2,1	1,01	1,8	1,02	2,2	1,06	2,4	1,00	1,9	0,98	144,2
Генерализованное доверие**	2,1	0,87	2,3	0,86	2,5	0,84	2,3	0,81	2,6	0,83	2,7	0,74	2,4	0,79	102,6
Доверие к федеральной власти: Президенту, Правительству, Госдуме, официальным СМИ**	1,9	0,96	2,2	1,07	2,5	0,99	2,0	1,01	2,8	0,99	2,6	1,04	2,1	1,05	157,9
Доверие к региональной власти: главы республик и губернаторы, региональные власти**	1,9	0,98	2,1	1,12	2,4	1,01	1,9	1,02	2,6	1,04	2,5	1,08	2,0	1,08	121,5
Доверие к институтам гражданского общества: бизнесу, массовым общественным организациям, благотворительным фондам **	2,1	0,76	2,3	0,75	2,6	0,72	2,2	0,82	2,6	0,64	2,5	0,86	2,4	0,82	101,9

Продолжение таблицы 18

	Вакцинирующиеся по необходимости (N = 146)		Избирательные (N = 167)		Ориентированные на авторитет (N = 376)		Опасящиеся болезни (N = 147)		Защищающие других (N = 289)		Ориентированные на одобрение и награду (N = 656)		Ожидающие гарантийности (N = 177)		Значимость различий по критерию Краскел-Уоллиса
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
Социально-психологические характеристики личности															
Доверие к науке****	3,9	1,17	4,0	1,24	3,9	0,98	3,6	0,99	4,6	0,94	3,9	1,08	3,9	0,99	145,9
Доверие к ученым****	3,9	1,21	4,1	1,27	4,4	1,02	3,6	1,03	4,8	0,93	4,2	1,12	4,0	1,10	187,0
Авторитарное подчинение**	2,2	0,99	2,4	1,13	2,7	1,02	2,4	0,99	2,9	1,06	3,0	0,95	2,3	1,08	152,4
Антиэлитаризм**	4,4	0,73	4,2	0,77	4,2	0,75	4,3	0,71	4,1	0,72	3,6	0,88	4,3	0,74	231,1
Индивидуалистическое (антиэгалитарское) мировоззрение***	3,9	0,88	3,6	0,98	3,5	0,78	3,9	0,77	3,1	0,89	3,5	0,62	3,8	0,92	177,2
Общая вера в справедливый мир***	2,7	1,41	3,2	1,33	3,3	1,36	2,7	1,32	3,0	1,27	3,6	1,23	2,9	1,32	117,4
Конспирологическое мировоззрение (Bruder et al., 2013) *****	8,5	2,14	8,1	2,23	8,0	2,07	8,4	2,31	7,5	1,88	7,3	2,23	8,3	1,96	100,6
Желание опеки со стороны государства (субшкала патернализма) *****	5,4	0,83	5,7	0,71	5,5	0,74	5,3	0,84	5,6	0,84	4,8	0,93	5,6	0,76	340,3
Снятие с себя ответственности (субшкала патернализма) *****	4,8	1,11	4,6	1,15	4,4	1,02	4,9	1,14	4,4	1,05	4,1	0,79	4,6	1,15	134,0
Общее негативное отношение к вакцинации (VAX Scale) ***	4,7	0,84	4,1	1,12	4,1	0,92	4,8	0,75	3,0	0,86	3,9	0,90	4,5	0,95	513,8

Недоверие к вакцинам от COVID-19**	5,0	0,87	4,4	1,22	4,5	1,05	5,2	0,79	3,2	1,04	4,1	1,10	4,9	1,04	467,7
Признание необходимости вакцинации от коронавируса**	2,3	1,06	3,0	1,44	3,3	1,23	2,3	0,96	4,4	1,05	3,3	1,20	2,7	1,26	451,1
Соблюдение санитарно-эпидемиологических правил в период пандемии*	2,1	0,74	2,5	0,86	2,6	0,70	2,4	0,78	2,6	0,78	2,6	0,88	2,4	0,84	65,1
Ориентация на соблюдение санитарно-эпидемиологических правил после прививки*	2,2	0,89	2,7	1,02	2,8	0,86	2,4	1,00	2,9	0,74	2,5	0,91	2,5	1,06	65,8

Обозначения: приведены средние значения по следующим шкалам: * — четырехбалльной, ** — пятибалльной, *** — шестибалльной, **** — семибалльной, ***** — десятибалльной; все различия значимы на уровне $p < 0,001$.

вать хронические заболевания. Среди всех выделенных нами типов «опасающиеся болезни» в наибольшей степени разделяют классические антипрививочные установки: здесь самый высокий уровень недоверия к любым прививкам (по шкале VAX), а также к вакцинам от COVID-19. В данной группе низок уровень уверенности в своей способности защитить себя и других от пандемии, низок уровень доверия социальным институтам, и при этом самый высокий уровень снятия с себя ответственности за происходящее в стране, высокая выраженность конспирологических убеждений и наиболее низкий уровень доверия к науке и ученым. В данной группе только 7% сделали прививку, 57% делать ее не планируют, а 7% еще не решили, будут ли прививаться. Среди представителей данного типа 67% отмечают, что знакомые им врачи не советуют прививаться, но отсутствие консенсуса среди экспертов по поводу вакцинации негативно сказывается на доверии к врачам в целом: российским врачам в этой группе доверяют только 19%.

«Защищающие других» (14,7%) рассматривают вакцинацию прежде всего как способ защитить близких и как вклад в спасение жизней. Типичный социально-демографический портрет: пожилые мужчина или женщина (48% мужчин, 52% женщин; 47% старше 45 лет, причем 25% старше 55 лет) с высшим образованием или ученой степенью (64% имеют законченное высшее образование), проживающие в городе с численностью жителей от 100 тысяч до 1 миллиона (52%), со средним достатком. Информацию о вакцинации и вакцинах против коронавируса предпочитают получать из традиционных СМИ – телевидения, радио и газет (60%). Среди них 50% доверяют федеральному правительству, 69% доверяют российским врачам. По сравнению с другими типами, «защищающие других» сильнее всего опасаются заразиться коронавирусом сами и больше переживают из-за возможного заражения других. В этой группе наиболее высок уровень интереса к новостям о пандемии, а также самая высокая уверенность в своей способности защитить от нее себя и близких. «Защищающие других» больше, чем другие типы, доверяют науке и ученым, а также в наибольшей степени поддерживают вакцинацию и соблюдают санитарно-эпидемиологические ограничения. В этой группе 59% уже сделали прививку от COVID-19, а еще 18% планируют сделать ее в ближайшие два месяца.

«Ориентированные на одобрение и награду» (33,5%) более высоко, чем другие группы, оценивают значимость одобрения окружающих, вознаграждения и выходных для прохождения вакцинации. Типичный социально-демографический портрет: молодой мужчина (60% мужчин, 55% в возрасте от 18 до 34 лет) со средним или высшим образованием (47% не имеют высшего образования, причем 26% закончили техникум), проживающий в городе с численностью более 250 тысяч (48% являются жителями городов-миллионников). По сравнению с другими типами, представители данной группы демонстрируют наиболее низкий уровень добросовестности и ориентации на учет будущих последствий, а также наименее высокую ориентацию на ценность самостоятельности. Вместе с тем, «ориентированные на одобрение и награду» больше доверяют людям, менее склонны противопоставлять народ и власть, характеризуются более высоким уровнем социального оптимизма и меньше верят в конспирологические теории. Слабо выраженное недоверие к вакцинам от COVID-19 сочетается у них с признанием необходимости вакцинации от коронавируса и с декларируемой ориентацией на соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений. В этой группе 24% сделали прививку, 39% делать ее не планируют, а 10% еще не решились, будут ли прививаться.

Наконец, для респондентов из группы «ожидающие гарантий безопасности» (9,1%) особенно важно наличие доказательств эффективности и безопасности вакцин. Типичный социально-демографический портрет: женщина средних лет (64% женщины, 56% в возрасте от 25 до 44 лет) с высшим образованием (56%), проживающая в городе с численностью более 250 тысяч (47% – жители городов-миллионников) с достатком ниже среднего (52% не могут позволить себе покупку товаров длительного пользования; 14% хватает на еду, но покупка одежды проблематична). Информацию о вакцинации и вакцинах против коронавируса предпочитают получать из интернет-СМИ (50%), в близком круге общения (47%), от знакомых врачей (42%), а также из специализированных научных изданий (28%). Как и среди ориентированных на авторитет, здесь 27% ориентируются на информацию в социальных сетях, а 24% – на блоги и видеоканалы в YouTube. Представители данного типа демонстрируют высокие показатели добросовестности и ориентации на учет будущих последствий, ценности универсализма и самостоятельности, уме-

ренный интерес к новостям о пандемии, декларируемое соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений. При этом для них характерны низкое доверие к социальным институтам и выраженное недоверие к вакцинам от COVID-19. Большинство представителей данного типа считают, что вакцинация проводится без полноценных обследований состояния здоровья перед введением прививки (86%); не вызывает доверия даже у самих врачей (78%); не вызывает доверия, так как статистика заболеваемости в нашей стране систематически искажается (76%); является способом обогащения фармацевтических компаний и медицинских работников (67%). В этой группе только 11% сделали прививку, 49% делать ее не планируют, а 6% еще не решили, будут ли прививаться.

Проведенный нами анализ значимых различий между типами показывает, что признание необходимости вакцинации может сочетаться как с высоким, так и с низким доверием к разработанным в данное время вакцинам от COVID-19. В целом сравнение типов ожиданий от вакцинации позволяет сделать вывод о том, что поддержка вакцинации связана с доверием государству и ученым, с ориентацией на учет долгосрочных последствий, с сопереживанием другим людям во время пандемии, а также с верой в свою способность защитить себя и близких от ее последствий.

Опираясь на результаты зарубежных и отечественных исследований отношения личности к вакцинации, в том числе проведенных нами в Институте психологии РАН, а также учитывая международный опыт вовлечения населения в вакцинацию (How to respond..., 2017; National Academies..., 2021; Operational guidance..., 2021), можно рекомендовать целый ряд мер поддержки вакцинации от коронавируса в России.

Ключевым условием успешности вакцинации населения является *обеспечение максимальной доступности вакцин* для жителей всех городов России. Вакцинация не должна требовать ожидания в очередях, а сами пункты вакцинации должны быть максимально приближены к основным маршрутам повседневного перемещения горожан.

В рамках информационной кампании необходимо подчеркивать, что природа заболевания COVID-19 уже *хорошо изучена*. При этом следует *открыто признавать наличие рисков и ограничений*: подчеркивание безупречности вакцины, отрицание возможных побочных эффектов может привести к обратным результатам (Betsch, Sachse, 2013).

Следует обеспечить воспринимаемый *консенсус экспертов* по поводу необходимости вакцинации и ее последствий (van der Linden et al., 2015). Например, при подготовке телепередач и публикаций в СМИ необходимо предоставлять экспертам возможность согласовать свою позицию по наиболее важным вопросам, связанным с вакцинацией.

Учитывая высокое доверие россиян к Российской академии наук (Отношение общества к ученым..., 2021), *необходимо предоставить ей возможность представлять официальную позицию научного сообщества по поводу необходимости и последствий вакцинации от COVID-19*. Наряду с прямыми обращениями к согражданам, РАН может предоставлять консолидированные, хорошо согласованные между собой экспертные комментарии по поводу наиболее типичных причин отказа россиян от вакцинации. Важно, чтобы такие комментарии демонстрировали способность РАН к комплексному подходу и оценке долгосрочных последствий вакцинации или отказа от нее — медицинских, психологических, демографических, экономических и др. Такие последствия могут быть оценены как на индивидуальном уровне, так и на уровне регионов и российского общества в целом.

Важно обеспечить корректное освещение в СМИ результатов исследований и рекомендаций организаций здравоохранения. Нередко выводы врачей искажаются, хотя в сложившихся условиях следует быть внимательными к каждому слову¹. Среди городских жителей 45% считают, что для стимулирования вакцинации необходимо давать больше разъяснений от экспертов — медиков и ученых, предоставлять полную открытую информацию об эффективности вакцин (Что может изменить ситуацию..., 2021).

1 Например, в «Российской газете» от 2 июня 2021 г. читаем: «„Хотя вакцина против COVID-19 защищает человека от серьезного заболевания и смерти, до сих пор не известно до конца, в какой степени она предохраняет от заражения вирусом и предотвращает его передачу другим людям“, — говорится в документе» (см.: <https://rg.ru/2021/07/02/vakciny-ot-covid-19-zashchishchaiut-ot-sereznoj-bolezni-i-smerti-minzdrav.html>). Между тем, в документе Минздрава, на который ссылаются авторы, формулировка другая: «Хотя вакцина против COVID-19 защищает человека от тяжелого течения заболевания и летального исхода, в настоящее время изучается, в какой степени она предотвращает его передачу другим людям» (см.: <https://minzdrav.gov.ru/news/2021/07/02/16927-utverzhdeny-vremennye-metodicheskie-rekomendatsii-poryadok-provedeniya-vaktsinatsii-vzroslogo-naseleniya-protiv-covid-19>).

Коммуникационная кампания должна быть сосредоточена не на страхе собственного заражения, а на *тревоге за близких* (Человек в условиях глобальных рисков, 2020). Нагнетание страха и тревоги без четких инструкций к действию или без рекомендаций, в действенность которых верит аудитория, приводит к обратным результатам (Ruiter et al., 2001), поэтому в рамках информационной кампании важно *делать сообщения эмоциональными, но избегать катастрофизации и алармизма*. Например, вместо фразы «Наблюдается рост числа заболеваний. Пройдите вакцинацию, защитите себя и близких!» лучше использовать пример (Vaccination and trust, 2017): фотография грустной женщины с подписью «Елизавета Ивановна, 50 лет, осталась вдовой. Своевременная вакцинация от COVID-19 предотвращает развитие осложнений. Это бесплатно. Выбрать дату и часы для вакцинации можно здесь: <...>. Позаботьтесь о своих близких, защитите их, помогите им вакцинироваться!»

Вакцинация должна остаться *добровольной*. В условиях низкого доверия к социальным институтам попытки принуждения к вакцинации усилят негативное отношение к ней среди колеблющихся (Behavioural considerations..., 2021), а также приведут к еще большему снижению доверия власти. Тем не менее, введение *обязательных вакцинационных паспортов* может быть эффективной мерой в отношении *высококонтактных групп, к которым ранее уже предъявлялись соответствующие требования* (например, санитарная книжка продавца), а также в отношении тех, кто планирует *выезд за границу*. *Меры, ограничивающие посещение публичных мест без QR-кодов*, могут быть эффективны в отношении *молодежи*, но только в условиях максимальной доступности вакцин (в том числе отсутствия больших очередей в пунктах вакцинации).

Противопоставление в СМИ российских и зарубежных вакцин по эффективности и безопасности является непродуктивным: оно усиливает восприятие противоречивости экспертных мнений, а также поддерживает конспирологические убеждения. Необходимо информировать о том, как продвигается решение вопроса о признании российских вакцин в Евросоюзе. Кроме того, необходимы признание и сертификация в России всех зарубежных вакцин, получивших одобрение ВОЗ. В отличие от российских, такие вакцины могут быть платными для граждан.

Вместо мер принуждения необходимо подчеркивать *преимущества вакцинации*, ее рациональность, представлять ее как возможность возвращения к нормальной жизни, как *способ подтверждения осмысленности своей жизни, возможности влиять на ее ход, наличия перспектив* (Нестик, 2020).

Указание числа заболевших и погибших вызывает эффект чувствительности к масштабу возможных жертв и блокирование эмпатии (Человек в условиях глобальных рисков, 2020). Для преодоления психологических защит при информировании о ходе вакцинации необходимо использовать *примеры, а не цифры*. Например, вместо фразы «Пандемия уже унесла жизни более <...> миллионов человек, более <...> миллионов переболели» более действенными будут описания конкретных, но типичных ситуаций, в которых ушли из жизни люди, дети остались без отца или матери и т. п., или ситуации, когда вовремя принятое решение о вакцинации позволило предотвратить худший исход. Важно приводить конкретные примеры людей, которые опасались прививки, но прошли вакцинацию без осложнений. Описание ситуаций, в которых герои новостных сюжетов или персонажи рекламы принимают решения о вакцинации, должно содержать *как можно меньше медицинской лексики, абстрактных понятий* (Солондаев и др., 2016).

Следует использовать психологический эффект избегания потерь: стремясь избежать угрозы, люди становятся более склонными к принятию риска. Действенными стимулами для принятия решения могут быть *воображаемые сценарии последствий отказа от вакцинации и запоздалых сожалений* (MacDonald et al., 2018), *рассказы людей, которые жалеют о том, что не вакцинировались ранее или не настаивали на том, чтобы их близкие прошли вакцинацию*.

Наши данные показывают, что более половины опрошенных горожан признают необходимость вакцинации. Необходимо опираться на так называемые *дескриптивные нормы – представления о поведении большинства* (Ерицын, 2017; Ерицын и др., 2018; Graupensperger et al., 2021): следует формировать через СМИ и социальные сети представление о том, что отношение россиян к вакцинации меняется, что большинство склоняется в пользу решения о прививке, что число привившихся растет и т. п.

Социальная реклама вакцинации должна быть ориентирована на изменение установок *через влияние значимых других* (Brewer et al.,

2017; Lin et al., 2021; Xiao, Borah, 2020): следует рассказывать о примерах, когда решение о вакцинации было принято под влиянием врача, с которым установились доверительные отношения, близких родственников и друзей, когда семья решила привиться, и вакцинация прошла без осложнений, что, в свою очередь, убедило их друзей вовремя привиться, и т. д.

Важно учитывать, что в период кризисов участие в конспирологических сообществах может быть связано с возросшей потребностью в социальной поддержке (Ramkissoon, 2021). Важно избегать демонстрации пренебрежительного отношения и унижительных формулировок в адрес россиян, откладывающих прививку, так как это только усилит приверженность антипрививочным сообществам и противопоставление.

Вместо прямых денежных выплат за вакцинацию следует использовать *косвенные финансовые стимулы* (например, ставить размер разовых социальных выплат, не предусмотренных законодательством, в зависимости от наличия прививки от COVID-19, снижать стоимость получения дополнительной медицинской страховки, снижать процентную ставку по некоторым кредитам и т. п.), а также *предоставлять дополнительные выходные*.

Основной акцент в ходе информационной кампании должен быть сделан не на борьбе с антипрививочниками, а на убеждении колеблющихся. Важно учитывать, что попытки спорить с убежденными противниками прививок в социальных сетях провоцируют эффект бумеранга: развенчание мифов закрепляет в памяти сами мифы (How to respond..., 2017; Nyhan et al., 2014). Исследования показывают, что ключевыми предпосылками веры в конспирологические теории являются переживание потери контроля и низкое социальное доверие (Нестик и др., 2020; Hornsey et al., 2021), поэтому следует повышать уверенность колеблющихся в том, что они в силах контролировать ситуацию, поддерживать их самооценку, демонстрировать доверие к их выбору.

Следует организовать выступления *лидеров общественного мнения* на телевидении и в социальных сетях (при этом лозунгов и личного примера недостаточно, необходимы *пояснение причин своего решения, рассуждение о том, что риски болезни намного выше, чем риски вакцинации*). Для усиления эффекта следует проводить публичные мероприятия, *объединяющие на одной коммуникационной площад-*

ке знаменитостей и экспертов, отстаивающих консолидированное мнение о необходимости вакцинации.

Основное внимание в пропаганде вакцинации необходимо уделить *гарантиям предоставления квалифицированной помощи, диагностики и консультаций* как непосредственно перед прививкой, так и после ее получения.

На решение о вакцинации влияет не только доверие к самим вакцинам, но и *доверие к организации процесса вакцинации* (MacDonald et al., 2015). Поэтому нужно подробнее рассказывать в СМИ и при консультировании пациентов о том, как определяются квоты при распределении числа доз вакцин по категориям населения и регионам России, как обеспечивается контроль за перевозкой и хранением, как проводится инструктаж медицинского персонала, привлеченного к проведению вакцинации, как предотвращаются ошибки при регистрации вакцинированных, по каким критериям и какими методами проводится диагностика вакцинируемых на выявление противопоказаний, как проводится мониторинг последствий вакцинации.

Важно различать отказ от вакцинации и ее откладывание по различным причинам. Необходимо *предоставить возможность для предварительной записи на вакцинацию теми препаратами, которые еще только проходят сертификацию или еще не поступили в массовое производство*. Наличие такой заявки должно предоставлять обладателю возможность вакцинироваться без очереди и в приоритетном порядке. Онлайн-регистрация намерений вакцинироваться даже без указания даты будет укреплять решимость сделать прививку в дальнейшем.

Необходимы *дифференцированный подход* к информированию о вакцинации с учетом социально-демографических и социально-психологических характеристик различных категорий россиян, *тестирование психологической эффективности сообщений* (через фокус-группы, онлайн-панели респондентов или по принципу поточной выборки интернет-пользователей).

Сообщения и стимулы, побуждающие к вакцинации, должны быть адресными. Так, «вакцинирующихся по принуждению» следует информировать об уже введенных и ожидаемых санкциях; «избирательным» необходимо предоставить информацию о доступности различных вакцин и подчеркивать добровольность их выбора; «ориентированным на авторитет» можно показывать личный пример ува-

Раздел 1

жаемых россиян и руководителей; «опасающихся болезни» следует информировать о безопасности процесса вакцинации, о влиянии вируса и вакцин на другие заболевания, предупреждать о длительном характере пандемии и подробно рассказывать о рисках, связанных с новыми штаммами коронавируса; «защищающим других» нужно показывать значимость их вклада в спасение жизней, возможность защитить близких им людей; «ориентированных на одобрение и награду» следует информировать о растущей поддержке вакцинации в российском обществе, о предоставляемых отгулах и льготах для привившихся; наконец, «ожидающим гарантий безопасности» следует предоставлять комментарии ученых, демонстрировать открытость и перепроверяемость статистической информации о результатах вакцинации в нашей стране. Психологическую сегментацию аудитории можно проводить с учетом результатов автоматизированного анализа цифровых следов интернет-пользователей (сообщений в социальных сетях, поисковых запросов и т. п.).

Как показала серия проведенных нами исследований, влияние пандемии на психологическое состояние общества носит противоречивый характер. С одной стороны, тревога по поводу последствий пандемии вызывает мобилизацию психологических ресурсов, поиск смысла происходящего, приверженность нормам и ценностям своей группы и сопереживание, усиливает потребность в планировании будущего. С другой стороны, актуализируются защитные механизмы, поддерживающие ощущение субъективного контроля за происходящим: возникает недооценка эпидемиологических рисков, усиливается убеждение в справедливости мира, растет подверженность вере в конспирологические теории. Противопоставление народа и власти, характерное для популизма, а также социальный цинизм оказываются парадоксальным образом сопряженными с верой в опасный мир, авторитарными установками и ожиданием опеки со стороны государства.

Наши исследования показывают, что отношение к санитарно-эпидемиологическим мерам и вакцинации тесно связано с социально-психологическими явлениями и процессами, обусловленными переживанием трудноконтролируемой угрозы. Наряду со страхом, наиболее весомый вклад в поддержку принимаемых мер и тем самым

в преодоление пандемии вносят оценка личностью своей способности влиять на ситуацию, а также уровня солидаризации общества. При этом страх заражения усиливает поддержку необходимости вакцинации, но не повышает доверия к вакцинам от COVID-19 и даже может сказываться на нем отрицательно.

Опираясь на проведенный нами анализ, можно выделить несколько перспективных направлений дальнейших исследований в данной области.

Одним из наиболее очевидных ограничений проведенных нами исследований является опора на самоотчеты респондентов. Для получения более надежных результатов необходимо соотнесение опросных данных с результатами анализа мобильности жителей городов, со статистикой заболеваемости, с данными видеонаблюдения, фиксирующего соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений (Bouffanais, Lim, 2020; Sharifi et al., 2021). Пандемия также обострила потребность в масштабных лонгитюдных исследованиях на репрезентативных общенациональных выборках (Allen et al., 2020). Можно с уверенностью сказать, что дальнейшее развитие исследований в области психологии пандемий будет тесно связано с формированием национальных и международных панелей респондентов, глобальных исследовательских консорциумов, а также с интеграцией данных, собираемых представителями социальных наук, медицинскими учреждениями и телекоммуникационными компаниями.

Наряду с ростом цифровой компетентности во время пандемии мы наблюдаем усиление страхов, связанных с использованием технологий для контроля над гражданами. Как было обнаружено в одном из наших исследований, проведенных в 2020 г. (N = 551), страх медицинских и экономических последствий пандемии повышает поддержку использования систем искусственного интеллекта для борьбы с пандемией и одновременно усиливает страх последствий внедрения этих технологий в повседневную жизнь (Человек в условиях глобальных рисков, 2020). Введение систем отслеживания контактов заболевших, автоматизированного наблюдения за состоянием здоровья и соблюдением санитарно-эпидемиологических ограничений горожанами имеет как положительные, так и отрицательные последствия для психологического благополучия общества. Одним из перспективных направлений исследований в ближайшие годы будет изучение социально-психологических предпосылок отноше-

ния личности и группы к вторжению государства и частных компаний в личную жизнь, оправдываемому глобальным кризисом и защитой граждан от эпидемиологических угроз.

Очень важно оценить психологические последствия различных сценариев развития пандемии, учитывая не только эпидемиологическую, но и социально-экономическую сторону дальнейших событий. Проведенное нами в июле 2021 г. исследование (N = 2054) свидетельствует о том, что появления новых штаммов опасаются 63% горожан. Как показывают прогнозы, коронавирус может развиваться в сторону увеличения смертоносности или в сторону повышения контагиозности (Kupferschmidt, 2021). Между тем мы все еще не знаем ответа на многие вопросы, в том числе следующие: как представления о тех или иных характеристиках инфекции влияют на готовность соблюдать ограничения и на отношение к вакцинации? Как возможное превращение COVID-19 в эндемичное заболевание повлияет на готовность общества к новым пандемиям? Как появление новых болезней будет влиять на отношение к другим рискам для здоровья? Как изменения в подходах к разработке лекарств и лечению будет влиять на доверие к системе здравоохранения и к науке в целом? Более фундаментальная проблема — определение социально-психологических предпосылок жизнеспособности личности и общества при разных уровнях воспринимаемой неопределенности взаимодействия человечества и вирусов.

Чрезвычайно перспективным является дальнейшее исследование динамики переживания эпидемиологической угрозы, а также влияния «траекторий эмоциональных состояний» на соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений. Известно, что сдвиг с переживания страха на переживание надежды или на смех повышает эффективность сообщений, призванных изменить поведение человека в отношении своего здоровья (Nabi, 2015; Nabi, Myrick, 2019). Несмотря на уже разработанные и проведенные эксперименты для изучения такого рода «потока эмоций» (Siegenthaler et al., 2021), прорыва в этой области можно ожидать при совмещении данных о поведении личности и мониторинга ее эмоциональных состояний по цифровым следам, видеокамерам или данным мобильных устройств. В ближайшие годы все более актуальной будет задача перехода от наблюдения динамики индивидуальных эмоциональных состояний к мониторингу массовых и коллективных переживаний

и их влияния на оценку глобальных рисков и соблюдение мер, направленных на смягчение их последствий.

В этой связи все более важное значение приобретают исследования, направленные на изучение коллективного копинга, совладания с трудными ситуациями в малых и больших социальных группах. Мы все еще мало знаем о том, как происходит саморегуляция эмоциональных состояний в семьях, а также в образовательных и трудовых коллективах, оказавшихся в условиях длительной эпидемиологической угрозы. Востребованными оказываются исследования коллективных переживаний, символического копинга как средства приручения новых угроз, а также преодоления культурно-исторической травмы (Емельянова, 2019).

Не менее важным является изучение механизмов, поддерживающих групповое научение, а также обращение к коллективной памяти как источнику решений при поиске способов предотвращения глобальных рисков и защиты от их последствий. Известно, что метафора войны, используемая многими руководителями и экспертами в начале пандемии, несмотря на ее доступность и связь с опытом мобилизации и солидаризации общества, может провоцировать поиск врагов, сдвиг к авторитарным установкам (Panzer *et al.*, 2021; Castro Seixas, 2021). Необходимо прояснить не только индивидуальные, но и групповые психологические факторы, влияющие на уязвимость общества и политических элит в отношении милитаристской риторики в период эпидемий.

Особенно актуальными становятся исследования, направленные на изучение механизмов преодоления выученной беспомощности, поддержки надежды и оптимизма при длительном переживании трудноконтролируемой угрозы. Нужны прикладные социально-психологические технологии, развивающие социальное воображение, рефлексивность и долгосрочную ориентацию в период пандемий. Уже очевидно, что вместе с изменением климата вероятность пандемий увеличивается (Thoradeniya, Jayasinghe, 2021; Meganck, Baric, 2021). Поэтому наряду с цифровой компетентностью (Солдатова и др., 2017) российское общество будет нуждаться в пандемической компетентности (Archila *et al.*, 2021), которая не сводится к знаниям о гигиене и способах передачи инфекционных заболеваний. Ее важной составляющей будут компетенции, связанные с пониманием своих переживаний в периоды эпидемий, с владением техниками психо-

логической самопомощи и оказания эмоциональной поддержки другим людям. В рамках исследований структуры и факторов формирования пандемической компетентности открываются возможности для предупреждения и преодоления отдаленных негативных психологических последствий пандемии, которые могут дать о себе знать спустя годы после завершения острой фазы пандемии COVID-19.

Еще одним важным направлением дальнейших исследований является моделирование динамики психологического состояния больших социальных групп во время пандемии и его влияния как на распространение заболевания, так и на эффективность ограничительных мер, вводимых государством. В области математического моделирования инфекционных заболеваний все более востребованными оказываются модели, учитывающие изменение отношения людей к эпидемической угрозе (Tyson et al., 2020), причем повышение точности моделей требует учета более широкого круга поведенческих факторов и более высокой гранулярности данных (Weston et al., 2018). Необходимо объединение усилий психологов, социологов, экономистов, эпидемиологов и математиков для создания таких моделей, которые позволяли бы оценить не только социально-экономические, но и психологические последствия действий правительства во время будущих пандемий.

Повышение адресности противоэпидемиологических мер требует фундаментальных исследований, и прежде всего — мониторинга социальных и психологических последствий пандемии. Для решения этой задачи необходимо создание Научного центра социологии и психологии чрезвычайных ситуаций и катастроф при Российской академии наук. Такой центр может иметь сетевую структуру, опираясь на уже существующие социологические и психологические исследовательские организации. Его создание позволит не только давать более комплексные и конкретные предложения по преодолению социальных последствий пандемии COVID-19, но и готовиться к будущим вызовам — эпидемиологическим, климатическим, техногенным.

Литература

Баранова В. А., Дубовская Е. М., Савина О. О. Опыт жизнедеятельности и ресурсы преодоления трудностей социальной изоляции в первый период пандемии COVID-19 у студентов // Со-

- циальная психология и общество. 2021. Т. 12. № 1. С. 10–25. doi: 10.17759/sps.2021120102
- Бовина И. Б.* Социальная психология здоровья и болезни. 2-е изд., испр. и доп. М.: Аспект-Пресс, 2008.
- Бойко О. М., Медведева Т. И., Ениколопов С. Н., Воронцова О. Ю., Казьмина О. Ю.* Психологическое состояние людей в период пандемии COVID-19 и мишени психологической работы // Психологические исследования. 2020. Т. 13. № 70. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.11.2021).
- Бохан Т. Г., Галажинский Э. В., Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И., Терехина О. В., Ульянич А. Л., Шабаловская М. В., Богомаз С. А., Видякина Т. А.* COVID-19 и субъективное благополучие: воспринимаемое воздействие, позитивные психологические ресурсы и защитное поведение // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2021. Т. 18. № 2. С. 259–275. doi: 10.17323/1813-8918-2021-2-259-275
- Гудков Л.* Популизм и российское общество: корни, особенности, перспективы // Популизм как общий вызов / Отв. ред. К. Кроуфорд, Б. И. Макаренко, Н. В. Петров. М.: Политическая энциклопедия, 2018. С. 80–89.
- Емельянова Т. П.* Коллективная память о событиях отечественной истории: социально-психологический подход. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019.
- Ениколопов С. Н., Казьмина О. Ю., Воронцова О. Ю., Медведева Т. И., Бойко О. М.* Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // Психолого-педагогические исследования. 2020. Т. 12. № 2. С. 108–126.
- Ерицын К. Ю.* Социально-психологические факторы принятия решения о вакцинации: Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2017.
- Ерицын К. Ю., Антонова Н. А.* Систематический обзор эмпирических исследований факторов отказа от вакцинации // Гигиена и санитария. 2018. Т. 97 (7). С. 664–670.
- Ермолаев В. В., Воронцова Ю., Насонова Д. К., Четверикова А. И.* Динамика социальных страхов у российских граждан в период первой и второй волны COVID-19. // Национальный психологический журнал. 2021. № 1 (41). С. 27–38. doi: 10.11621/npj.2021.0103
- Зиренко М. С., Корнилова Т. В.* Индивидуальные различия в решениях о физическом дистанцировании во время пандемии COVID-19 //

- Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2021. Т. 18. № 2. С. 276–286. doi: 10.17323/1813-8918-2021-2-276-286.
- Индекс страха: меньше всего COVID-19 боятся в Петербурге, на Кавказе и в Сибири. Росгосстрах Жизнь. 27 апреля 2020 г. URL: <https://rgsl.ru/news/indeks-strakha-menshe-vsego-covid-19-boyatsya-v-peterburge-na-kavkaze-i-v-sibiri> (дата обращения 20.6.2020).
- Коронавирус, прививки и обязательная вакцинация. Левада-Центр. 05.07.2021. URL: <https://www.levada.ru/2021/07/05/koronavirus-priivivki-i-obyazatelnaya-vaktsinatsiya> (дата обращения: 05.10.2021).
- Макушева М. О., Нестик Т. А.* Социально-психологические предпосылки и эффекты доверия социальным институтам в условиях пандемии // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 6. С. 427–447. doi: 10.14515/monitoring.2020.6.1770
- Налевайко Э.* Политический популизм и социальный страх // Социология. 2009. № 4. С. 36–49.
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 47–82. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.002
- Нестик Т. А., Дейнека О. С., Максименко А. А.* Социально-психологические предпосылки веры в конспирологические теории происхождения COVID-19 и вовлеченность в сетевые коммуникации // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 4. С. 87–104. doi: 10.17759/sps.2020110407
- Нестик Т. А., Журавлев А. Л.* Психология глобальных рисков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.
- Нестик Т. А., Никишина О. С.* Отношение к пандемии и временная перспектива личности: психометрические характеристики краткой версии Стэнфордского опросника временной перспективы // Ярославский психологический вестник. 2021. № 3 (51). С. 29–37.
- Нестик Т. А., Шестопал Е. Б., Селезнева А. В., Юревич А. В.* Психологическое состояние общества и политические процессы в современной России: к постановке проблем // Вопросы психологии. 2021. № 5 (в печати).
- Отношение общества к ученым и Российской академии наук: результаты всероссийского опроса. Официальный сайт РАН. 29.04.2021.

URL: <http://www.ras.ru/news/shownews.aspx?id=5d258b54-7eb4-420f-b9a0-b36dafb0a941> (дата обращения: 15.10.2021).

- Осколкова С. Н.* Амбулаторные случаи психических нарушений в период коронавирусной пандемии COVID-19 // Психиатрия. 2020. № 18 (3). С. 49–57. doi: 10.30629/2618-6667-2020-18-3-49-57
- Падун М. А., Белова С. С., Нестик Т. А.* Установки приверженности масочному режиму российских респондентов в период пандемии COVID-19 // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2021. Т. 18. № 4. С. 770–791. doi: 10.17323/1813-8918-2021-4-770-791
- Рассказова Е. И.* Психологические факторы поведения, связанного со здоровьем: на пути к интегративной модели // Теоретическая и экспериментальная психология. 2016. № 9 (4). С. 124–139.
- Рассказова Е. И., Иванова Т. Ю.* Мотивационные модели поведения, связанного со здоровьем: проблема «Разрыва» между намерением и действием // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2015. № 12 (1). С. 105–130.
- Рассказова Е. И., Леонтьев Д. А., Лебедева А. А.* Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 90–108. doi: 10.17759/cpp.2020280205
- Рассказова Е. И., Тхостов А. Ш.* Готовность к вакцинации против коронавируса как мера доверия официальным медицинским рекомендациям: роль тревоги и представлений // Национальный психологический журнал. 2021. № 1 (41). С. 76–90. doi: 10.11621/npj.2021.0107
- Решетников А. В., Присяжная Н. В., Павлов С. В., Вяткина Н. Ю.* Восприятие пандемии COVID-19 жителями Москвы // Социологические исследования. 2020. Т. 46. № 7. С. 138–143. doi: 10.31857/S013216250009481-2
- Солондаев В. К., Конева Е. В., Черная Н. Л.* Психологические факторы принятия решения о вакцинации // Сибирский психологический журнал. 2016. № 59. С. 125–136.
- Судьин С. А.* Два контекста health beliefs: перспективы интеграции // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. Социальные науки. 2010. № 2 (18). С. 64–69.
- Тхостов А. Ш., Рассказова Е. И.* Психологическое содержание тревоги и профилактики в ситуации инфодемии: защита от коронавируса или «порочный круг» тревоги? // Консультативная пси-

хология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 70–89. doi: 10.17759/crrp.2020280204

- Человек в условиях глобальных рисков: социально-психологический анализ: Коллективная монография / Под ред. Т. А. Нестика, А. Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020.
- Что может изменить ситуацию с вакцинацией? Отчет по результатам исследования. Москва, ЦСП «Платформа», ОМІ. 29.06.2021. URL: <https://pltf.ru/2021/06/29/chto-mozhet-izmenit-situacziyu-s-vakczinacziejissledovanie-omi-i-platformu> (дата обращения: 15.10.2021).
- Фишман Л. Г.* Популизм – это надолго // Полис. Политические исследования. 2017. № 3. С. 55–70. doi: 10.17976/jpps/2017.03.04
- Энштейн М.* Интровертная глобализация // Сноб. 30.03.20. URL: <https://snob.ru/profile/27356/blog/166008> (дата обращения: 19.10.2021).
- Abramowitz Sh.* Epidemics (especially Ebola) // Annual Review of Anthropology. 2017. V. 46 (1). P. 421–445.
- Ahorsu D. K., Lin C. Y., Imani V., Saffari M., Griffiths M. D., Pakpour A. H.* The fear of COVID-19 Scale: Development and initial validation // International Journal of Mental Health and Addiction. 2020. V. 1–9. doi: 10.1007/s11469-020-00270-8
- Ai P., Liu Y., Zhao X.* Big Five personality traits predict daily spatial behavior: Evidence from smartphone data // Personality and Individual Differences. 2019. V. 147. P. 285–291.
- Allen W. E., Altae-Tran H., Briggs J.* et al. Population-scale longitudinal mapping of COVID-19 symptoms, behaviour and testing // Nature Human Behavior. 2020. V. 4. P. 972–982. doi: 10.1038/s41562-020-00944-2
- Alper S., Bayrak F., Yilmaz O.* Psychological correlates of COVID-19 conspiracy beliefs and preventive measures: Evidence from Turkey // Current Psychology. 2020. P. 1–10. doi: 10.1007/s12144-020-00903-0
- Amelang M., Hasselbach P., Stürmer T.* Personality, cardiovascular disease, and cancer: First results from the Heidelberg Cohort Study of the Elderly // Zeitschrift für Gesundheitspsychologie. 2004. V. 12 (3). S. 102–115. URL: doi: 10.1026/0943-8149.12.3.102
- Arabam M., Mesri M., Karimy M.* et al. Health beliefs associated with preventive health behaviors for COVID-19: Findings in a sample drawn from a major city in Iran // JMIR Preprints. 2020. doi: 10.2196/preprints.21710
- Archila P. A., Danies G., Molina J.* et al. Towards Covid-19 Literacy // Science & Education. 2021 V. 30. P. 785–808. doi: 10.1007/s11191-021-00222-1

- Aschwanden D., Strickhouser J. E., Sesker A. A.* Psychological and behavioural responses to coronavirus disease 2019: The role of personality // *European Journal of Personality*. 2020. Jul 8. doi: 10.1002/per.2281
- Asendorpf J. B., Wilpers S.* Personality effects on social relationships // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998. V. 74. P. 1531–1544.
- Aunger R., Greenland K., Ploubidis G., Schmidt W., Oxford J., Curtis V.* The determinants of reported personal and household hygiene behaviour: A multi-country study // *PLoS One*. 2016. V. 11. doi: 10.1371/journal.pone.0159551
- Barakat A. M., Kasemy Z. A.* Preventive health behaviours during coronavirus disease 2019 pandemic based on health belief model among Egyptians // *Middle East Current Psychiatry*. 2020. V. 27 (43). doi: 10.1186/s43045-020-00051-y
- Barceló J., Sheen G.* Voluntary adoption of social welfare-enhancing behavior: Mask-wearing in Spain during the COVID-19 outbreak // *PLoS One*. 2020. V. 15 (12). doi: 10.1371/journal.pone.0242764
- Bayerlein M., Gyongyozsi G.* The impact of COVID-19 on populism: Will it be weakened? *Kieler Beiträge zur Wirtschaftspolitik*. 2020. URL: <https://bit.ly/2ZPzAXY> (дата обращения: 19.10.2021).
- Bavel J. J. V., Baicker K., Boggio P. S.* et al. Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response // *Nature Human Behavior*. 2020. V. 4. P. 460–471. doi: 10.1038/s41562-020-0884-z
- Behavioural considerations for acceptance and uptake of COVID-19 vaccines: WHO technical advisory group on behavioural insights and sciences for health, meeting report, 15 October 2020. Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
- Benkert R., Cuevas A., Thompson H. S., Dove-Meadows E., Knuckles D.* Ubiquitous yet unclear: A systematic review of medical mistrust // *Journal of Behavioral Medicine*. 2019. V. 45 (2). P. 86–101. doi: 10.1080/08964289.2019.1588220
- Betsch C., Sachse K.* Debunking vaccination myths: strong risk negations can increase perceived vaccination risks // *Health Psychology*. 2013. V. 32 (2). P. 146–155.
- Biswas N., Mustapha T., Khubchandani J., Price J. H.* The nature and extent of COVID-19 vaccination hesitancy in healthcare workers // *Journal Community Health*. 2021. doi: 10.1007/s10900-021-00984-3
- Blagov P. S.* Adaptive and dark personality traits in the covid-19 pandemic: Predicting health-behavior endorsement and the appeal of public-health

- messages // *Social Psychological and Personality Science* 2020. V. 12 (4). doi: 10.1177/1948550620936439
- Sharifi A., Khavarian-Garmsir A. R., Kummitha R. K.* Contributions of smart city solutions and technologies to resilience against the COVID-19 pandemic: A literature review // *Sustainability*. 2021. V. 13 (14). doi: 10.3390/su13148018
- Bogg T., Milad E.* Demographic, personality and social cognition correlates of coronavirus guideline adherence in a U. S. sample // *Health Psychology*. 2020. V. 39 (12). P. 1026–1036. doi: 10.1037/hea0000891
- Bouffanais R., Lim S. S.* Cities – try to predict superspreading hotspots for COVID-19 // *Nature*. 2020. V. 583. P. 352–355.
- Brewer N. T., Chapman G. B., Rothman A. J., Leask J., Kempe A.* Increasing vaccination: Putting psychological science into action // *Psychological Science in the Public Interest*. 2017. V. 18 (3). P. 149–207. doi: 10.1177/1529100618760521
- Brotherton R., French C., Pickering A.* Measuring belief in conspiracy theories: The generic conspiracist beliefs scale // *Frontiers in Psychology*. 2013. V. 4. doi: 10.3389/fpsyg.2013.00279
- Bruder M., Haffke P., Neave N., Nouripana N., Imhoff R.* Measuring individual differences in generic beliefs in conspiracy theories across cultures: Conspiracy mentality questionnaire // *Frontiers in Psychology*. 2013. V. 4. doi: 10.3389/fpsyg.2013.00225
- Cascini F., Pantović A., Al-Ajlouni Y. A., Failla G., Ricciardi W.* Attitudes, acceptance and hesitancy among the general population worldwide to receive the COVID-19 vaccines and their contributing factors: A systematic review // *EclinicalMedicine* 2021. V. 40. 101113. doi: 10.1016/j.eclinm.2021.101113
- Castro Seixas E.* War metaphors in political communication on covid-19 // *Frontiers in Sociology*. 2021. V. 5. doi: 10.3389/fsoc.2020.583680
- Cerami C., Santi G., Galandra C., Dodich A., Cappa S., Vecchi T., Crespi C.* COVID-19 outbreak in Italy: are we ready for the psychosocial and economic crisis? Baseline findings from the psychovid study. 2020. April 10. doi: 10.31234/osf.io/z7yuv
- Chan D. K., Yang S. X., Mullan B., Du X., Zhang X., Chatzisarantis N., Hagger M.* Preventing the spread of H1N1 influenza infection during a pandemic: autonomy-supportive advice vs controlling instruction // *Journal of Behavioral Medicine*. 2015. V. 38 (3). P. 416–426. doi: 10.1007/s10865-014-9616-z

- Chan H. F., Brumpton M., Macintyre A., Arapoc J., Savage D., Skali A., Stadelmann D., Torgler B.* How confidence in health care systems affects mobility and compliance during the COVID-19 pandemic // *PLoS One*. 2020. V. 15. doi: 10.1371/journal.pone.0240644
- Chan H. F., Moon J. W., Savage D., Skali A., Torgler B., Whyte S.* Can psychological traits explain mobility behavior during the COVID-19 pandemic? // *Social Psychological and Personality Science*. 2021. V. 12 (6). P. 1018–1029. doi: 10.1177/1948550620952572
- Chan H. F., Moon J. W., Savage D. A., Skali A., Torgler B., Whyte S.* Can psychological traits explain mobility behavior during the COVID-19 pandemic? // *CREMA Working Paper Series*. 2020. doi: 10.31234/osf.io/5q3jv
- Chen S., Liu J., Hu H.* A Norm-based conditional process model of the negative impact of optimistic bias on self-protection behaviors during the COVID-19 pandemic in three Chinese cities // *Frontiers in Psychology*. 2021. V. 12. doi: 10.3389/fpsyg.2021.659218
- Chung P. K., Zhang C. Q., Liu J. D., Chan D. K., Si G., Hagger M. S.* The process by which perceived autonomy support predicts motivation, intention and behavior for seasonal influenza prevention in Hong Kong older adults // *BMC Public Health*. 2018. V. 18 (65). doi: 10.1186/s12889-017-4608-x
- Clark C., Davila A., Regis M., Kraus S.* Predictors of COVID-19 voluntary compliance behaviors: An international investigation // *Global Transitions*. 2020. V. 2. P. 76–82. doi: 10.1016/j.glt.2020.06.003
- Cordina M., Lauri M. A., Lauri J.* Attitudes towards COVID-19 vaccination, vaccine hesitancy and intention to take the vaccine // *Pharmacy Practice*. 2021. V. 19. doi: 10.18549/pharmpract.2021.1.2317
- COVID-19 Mental Disorders Collaborators. Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic // *Lancet*. 2021. doi: 10.1016/S0140-6736(21)02143-7
- Cowling B. J., Ng D. M. W., Ip D. K. M., Liao Q., Lam W. W. T., Wu J. T., Lau J. T. F., Griffiths S. M., Fielding R.* Community psychological and behavioral responses through the first wave of the 2009 influenza A (H1N1) pandemic in Hong Kong // *The Journal of Infectious Diseases*. 2010. V. 202. P. 867–876. doi: 10.1086/655811
- Crepaz M. M. L., Polk J. T., Bakker R. S., Singh Sh. P.* Trust Matters: The Impact of Ingroup and Outgroup Trust on Nativism and Civicness // *Social science quarterly*. 2014. V. 95. № 4. P. 938–959. doi: 10.1111/ssqu.12082

- Curtis V., Aunger R., Rabie T. Evidence that disgust evolved to protect from risk of disease // Proceedings of the Royal Society Biological Sciences. Series B. 2004. V. 271 (4). P. 131–133. doi: 10.1098/rsbl.2003.0144
- Daniele G., Martinangeli A. F. M., Passarelli F., Sas W., Windsteiger L. Wind of Change? Experimental Survey Evidence on the Covid-19 Shock and Socio-Political Attitudes in Europe. CESifo Working Paper Series 8517, CESifo, 2020. URL: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3682017.
- Demirtaş-Madran H. A. Accepting restrictions and compliance with recommended preventive behaviors for COVID-19: A discussion based on the key approaches and current research on fear appeals // Frontiers in Psychology. 2021. V. 12. doi: 10.3389/fpsyg.2021.558437
- den Daas C., Hafner M., de Wit J. Out of sight, out of mind: cognitive states alter the focus of attention // Experimental Psychology. 2013. V. 60 (5). P. 313–323.
- Determann D., de Bekker-Grob E. W., French J., Voeten H. A., Richardus J. H., Das E., Korfage I. J. Future pandemics and vaccination: Public opinion and attitudes across three European countries // Vaccine. 2016. V. 34 (6). P. 803–808. doi: 10.1016/j.vaccine.2015.12.035
- de Waal J. R. Globalism Project 2020: populist beliefs down but conspiracy beliefs up? // November 12, 2020. YouGov-Cambridge Center, 2020. URL: <https://yougov.co.uk/topics/international/articles-reports/2020/11/12/globalism-project-2020-populist-beliefs-down-consp>.
- Doty R. M., Peterson B. E., Winter D. G. Threat and authoritarianism in the United States, 1978–1987 // Journal of Personality and Social Psychology. 1991. № 61. P. 629–640.
- Duncan L. A., Schaller M., Park J. H. Perceived vulnerability to disease: Development and validation of a 15-item self-report instrument // Personality and Individual Differences. 2009. V. 47. P. 541–546.
- Durham P., Casman A. Incorporating individual health-protective decisions into disease transmission models: A mathematical framework // Journal of The Royal Society Interface. 2012. V. 9 (68). P. 562–570.
- Edelman Trust Barometer. 2021. URL: <https://www.edelman.com/trust/2021-trust-barometer> (дата обращения: 17.10.2021).
- Edelman Trust Barometer 2020. Global Report. URL: <https://www.edelman.com/trust/2020-trust-barometer> (дата обращения: 03.08.2021).
- Eicher V., Bangerter A. Social representations of infectious diseases // The Cambridge Handbook of Social Representations (Cambridge Handbooks

- in Psychology) / Eds G. Sammut, E. Andreouli, G. Gaskell, J. Valsiner. Cambridge: Cambridge University Press, 2015. P. 385–396. doi: 10.1017/CBO9781107323650.031
- El-Elimat T., AbuAlSamen M. M., Almomani B. A., Al-Sawalha N. A., Alali F. Q.* Acceptance and attitudes toward COVID-19 vaccines: A cross-sectional study from Jordan // *PLoS One*. 2021. V. 16 (4). doi: 10.1371/journal.pone.0250555
- Epstein J. M., Parker J., Cummings D., Hammond R. A.* Coupled contagion dynamics of fear and disease: Mathematical and computational explorations // *PLoS One*. 2008. V. 3. P. 1–11.
- Meganck R. M., Baric R. S.* Developing therapeutic approaches for twenty-first-century emerging infectious viral diseases // *Nature Medicine*. 2021. V. 27. P. 401–410. doi: 10.1038/s41591-021-01282-0
- Evans J., Fast S., Markuzon N.* Modeling the social response to a disease outbreak // *Social Computing, Behavioral-Cultural Modeling and Prediction* / Eds A. M. Greenberg, W. G. Kennedy, N. D. Bos. 2013. *Lecture Notes in Computer Science*. V. 7812. Springer–Berlin–Heidelberg, 2013.
- Evans W. D., French J.* Demand creation for COVID-19 vaccination: overcoming vaccine hesitancy through social marketing // *Vaccines (Basel)*. 2021. V. 9 (4). doi: 10.3390/vaccines9040319
- Faulkner J., Schaller M., Park J. H., Duncan L. A.* Evolved disease-avoidance mechanisms and contemporary xenophobic attitudes // *Group Processes and Intergroup Relations*. 2004. V. 7. P. 333–353.
- Flamand C., Fritzell C., Obale P., Quénel Ph.* The role of risk proximity in the beliefs and behaviors related to mosquito-borne diseases: The case of Chikungunya in French Guiana // *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*. 2017. V. 97 (2). P. 344–355.
- Franzen A., Wöhner F.* Coronavirus risk perception and compliance with social distancing measures in a sample of young adults: Evidence from Switzerland // *PLoS One*. 2021. V. 16 (2). doi: 10.1371/journal.pone.0247447
- Fullerton M. K., Rabb N., Mamidipaka S., Ungar L., Sloman S. A.* Evidence against risk as a motivating driver of COVID-19 preventive behaviors in the United States // *Journal of Health Psychology*. 2021. publication. doi: 10.1177/13591053211024726
- Funk S., Salathe M., Jansen V. A. A.* Modelling the influence of human behavior on the spread of infectious diseases: A review // *The Journal of the Royal Society Interface*. 2010. V. 7. P. 1247–1256.

- Götz F. M., Gvirtz A., Galinsky A. D., Jachimowicz J. M. How personality and policy predict pandemic behavior: Understanding sheltering-in-place in 55 countries at the onset of COVID-19 // *American Psychologist*. 2021. V. 76 (1). P. 39–49. doi: 10.1037/amp0000740
- Graupensperger S., Abdallah D. A., Lee C. M. Social norms and vaccine uptake: College students' COVID vaccination intentions, attitudes, and estimated peer norms and comparisons with influenza vaccine // *Vaccine*. 2021. V. 39 (15). P. 2060–2067. doi: 10.1016/j.vaccine.2021.03.018
- Habersaat K. B., Betsch C., Danchin M. et al. Ten considerations for effectively managing the COVID-19 transition // *Nature Human Behavior*. 2020. V. 4. P. 677–687. doi: 10.1038/s41562-020-0906-x
- Hamm J. A., Smidt C., Mayer R. C. Understanding the psychological nature and mechanisms of political trust // *PLoS One*. 2019. V. 14 (5). doi: 10.1371/journal.pone.0215835
- Harper C. A., Satchell L., Fido D., Latzman R. Functional fear predicts public health compliance in the COVID-19 pandemic // *PsyArchiv*. 2020. 1 April. doi: 10.31234/osf.io/jkfu3
- Harris R. J., Hall J., Zaidi A., Andrews N. J., Dunbar J. K., Dabrera G. Effect of vaccination on household transmission of SARS-CoV-2 in England // *The New England Journal of Medicine*. 2021. V. 385. P. 759–760. doi: 10.1056/NEJMc2107717
- Harris K., English T., Harms P. D., Gross J. J., Jackson J. J. Why are extraverts more satisfied? Personality, social experiences and subjective well-being in college // *European Journal of Personality*. 2017. V. 31. P. 170–186.
- Harvey N. Behavioral fatigue: Real phenomenon, naïve construct or policy contrivance? // *Frontiers in Psychology*. 2020. V. 11. doi: 10.3389/fpsyg.2020.589892
- Hornsey M., Finlayson M., Chatwood G., Begeny C. Donald Trump and vaccination: The effect of political identity, conspiracist ideation and presidential tweets on vaccine hesitancy // *Journal of Experimental Social Psychology*. 2020. V. 88. doi: 10.1016/j.jesp.2019.103947
- Household Pulse Survey. CDC, 2020. URL: <https://www.cdc.gov/nchs/covid19/pulse/mental-health.htm> (дата обращения: 14.10.2021).
- How to respond to vocal vaccine deniers in public. WHO Regional Office for Europe. Copenhagen, 2017. URL: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0005/315761/Vocal-vaccine-deniers-guidance-document.pdf (дата обращения: 28.12.2021).

- Karimi E., Schmitt K., Akgunduz A.* Effect of individual protective behaviors on influenza transmission: An agent-based model // *Health Care Management Science*. 2015. V. 18. P. 318–333.
- King D., Kamble Sh., DeLongis A.* Coping with influenza A/H1N1 in India: empathy is associated with increased vaccination and health precautions // *International Journal of Health Promotion and Education*. 2016. P. 1–12. doi: 10.1080/14635240.2016.1174950
- Knotek E. S., Schoenle R., Dietrich A.* et al. Consumers and COVID-19: A real-time survey // *Economic Commentary*. Federal Reserve Bank of Cleveland. 2020. V. 8. P. 1–6. doi: 10.26509/frbc-ec-202020
- Kupferschmidt K.* Evolving threat // *Science*. 2021. V. 373 (6557). P. 844–840. doi: 10.1126/science.373.6557.844.
- Lam M. E.* United by the global COVID-19 pandemic: divided by our values and viral identities // *Humanit Soc Sci Commun*. 2021. V. 8. № 31. doi: 10.1057/s41599-020-00679-5
- Lazarus J. V., Ratzan S. C., Palayew A.* et al. A global survey of potential acceptance of a COVID-19 vaccine // *Nature Medicine*. 2020. doi: 10.1038/s41591-020-1124-9
- Lazarus J., Wyka K., White T.* et al. COVID-VAC: The second global study of COVID-19 vaccine acceptance, 14 August 2021, PREPRINT (Version 1) available at Research Square. doi: 10.21203/rs.3.rs-780128/v1
- Li J., Yang A., Dou K., Wang L., Zhang M., Lin X.* Chinese public's knowledge, perceived severity and perceived controllability of COVID-19 and their associations with emotional and behavioral reactions, social participation and precautionary behavior: A national survey // *BMC Public Health*. 2020. V. 20 (1). P. 1589. doi: 10.1186/s12889-020-09695-1
- Lieder F., Griffiths T. L., Hsu M.* Overrepresentation of extreme events in decision making reflects rational use of cognitive resources // *Psychological Review*. 2018. V. 125 (1). P. 1–32. doi: 10.1037/rev0000074
- Lin C., Tu P., Beitsch L. M.* Confidence and receptivity for COVID-19 vaccines: A rapid systematic review // *Vaccines*. 2021. V. 9 (1). P. 16. doi: 10.3390/vaccines9010016
- Lindholt M., Jørgensen F. J., Bor A.* et al. Early adoption of face masks in Denmark during COVID-19: Assessing risk-compensation through psychological predictors, behavioral correlates and interrupted time-series analyses // *PsyArXiv Preprints*. 2020. doi: 10.31234/osf.io/2aycn
- Lobato E. J., Powell M., Padilla L. M., Holbrook C.* Factors predicting willingness to share COVID-19 misinformation // *Frontiers in Psychology*. 2020. V. 11. 566108. doi: 10.3389/fpsyg.2020.566108

- Lührmann A., Maerz S. F., Grahn S., Alizada N., Gastaldi L., Hellmeier S., Hindle G., Lindberg S. I.* Autocratization surges – resistance grows // Democracy Report. Varieties of Democracy Institute (V-Dem). 2020. URL: <https://www.v-dem.net/en/publications/democracy-reports>.
- MacDonald N. E., Butler R., Dubé E.* Addressing barriers to vaccine acceptance: An overview // Human vaccines and immunotherapeutics. 2018. V. 14 (1). P. 218–224. doi: 10.1080/21645515.2017.1394533
- MacDonald N. E.* Vaccine hesitancy: definition, scope and determinants // Vaccine. 2015. V. 33. P. 4161–4164.
- Mallapaty S.* COVID vaccines slash viral spread – but Delta is an unknown // Nature. 2021. V. 596. P. 17–18. doi: 10.1038/d41586-021-02054-z
- Marks D. F.* The Hans Eysenck affair: Time to correct the scientific record // Journal of Health Psychology. 2019. V. 24 (4). P. 409–420. doi: 10.1177/1359105318820931
- McCann S. J. H.* Threatening times, “strong” presidential popular vote winners and the victory margin, 1824–1964 // Journal of Personality and Social Psychology. 1997. V. 73 (1). P. 160–170.
- McKee M., Gugushvili A., Koltai J., Stuckler D.* Are Populist Leaders Creating the Conditions for the Spread of COVID-19?; Comment on “A Scoping Review of Populist Radical Right Parties’ Influence on Welfare Policy and its Implications for Population Health in Europe” // International Journal of Health Policy and Management. 2021. V. 10 (8). P. 511–515. doi: 10.34172/ijhpm.2020.124
- Miguel F. K., Machado G. M., Pianowski G., Carvalho L. F.* Compliance with containment measures to the COVID-19 pandemic over time: Do antisocial traits matter? // Personality and individual differences. 2021. V. 168. doi: 10.1016/j.paid.2020.110346
- Mistry D., Litvinova M., Pastore y Piontti A.* et al. Inferring high-resolution human mixing patterns for disease modeling // Arxiv. 2020. URL: <https://arxiv.org/abs/2003.01214>.
- Nabi R. L.* Emotional flow in persuasive health messages // Health Communication. 2015. V. 30 (2). P. 114–124. doi: 10.1080/10410236.2014.974129
- Nabi R. L., Myrick J. G.* Uplifting fear appeals: considering the role of hope in fear-based persuasive messages // Health Communication. 2019. V. 34 (4). P. 463–474. doi: 10.1080/10410236.2017.1422847
- National Academies of Sciences, Engineering and Medicine. Strategies for Building Confidence in the COVID-19 Vaccines. Washington, DC: The National Academies Press, 2021. doi: 10.17226/26068

- Nekliudov N. A., Blyuss O., Cheung K. Y., Petrou L., Genuneit J., Sushentsev N., Levadnaya A., Comberiat P., Warner J. O., Tudor-Williams G., Teufel M., Greenhawt M., DunnGalvin A., Munblit D.* Excessive media consumption about COVID-19 is associated with increased state anxiety: Outcomes of a large online survey in Russia // *Journal of Medical Internet Research*. 2020. V. 22 (9). e20955. doi: 10.2196/20955
- Nyhan B., Reifler J., Richey S., Freed G. L.* Effective messages in vaccine promotion: a randomized trial // *Pediatrics*. 2014. V. 133 (4). doi: 10.1542/peds.2013–2365
- Operational guidance: Acceptance and uptake of COVID-19 vaccines. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, 2021. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
- Oraby T., Bauch C. T.* Bounded rationality alters the dynamics of paediatric immunization acceptance // *Scientific Reports*. 2015. V. 5 (1). doi: 10.1038/srep10724
- Pandemic Fatigue – Reinvigorating the Public to Prevent COVID-19. Policy Framework for Supporting Pandemic Prevention and Management: Revised Version November 2020. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/337574> (World Health Organization, 2020).
- Panzeri F., Di Paola S., Domaneschi F.* Does the COVID-19 war metaphor influence reasoning? // *PLoS One*. 2021. V. 16 (4). doi: 0.1371/journal.pone.0250651
- Peters H., Götz F. M., Ebert T.* et al. Regional personality predicts the early spread of COVID-19 and social distancing behavior. 2020. August 6. doi: 10.31234/osf.io/sqh98
- Petherick A., Goldszmidt R., Andrade E. B.* et al. A worldwide assessment of changes in adherence to COVID-19 protective behaviours and hypothesized pandemic fatigue // *Nature Human Behaviour*. 2021. V. 5. P. 1145–1160. doi: 10.1038/s41562-021-01181-x
- Pfafftheicher S., Nockur L., Böhm R., Sassenrath C., Petersen M.* The emotional path to action: Empathy promotes physical distancing during the COVID-19 pandemic // *PsyArchiv*. 2020. March 23. doi: 10.31234/osf.io/y2cg5
- Prooijen J.-W.* The psychology of conspiracy theories. Oxon, England: Routledge, 2018.
- Prooijen J.-W.* An existential threat model of conspiracy theories // *European Psychologist*. 2020. V. 25 (1). P. 16–25. doi: 10.1027/1016-9040/a000381

- Prunas O., Warren J. L., Crawford F. W.* et al. Vaccination with BNT162b2 reduces transmission of SARS-CoV-2 to household contacts in Israel // medRxiv. 2021. Jul 20. doi: 10.1101/2021.07.13.21260393
- Rae Myers J.* Effects of need for cognitive closure and age on medical-related beliefs of African Americans // IAFOR Journal of Psychology and the Behavioral Sciences. 2019. V. 5 (2). P. 43–53. doi: 10.22492/ijpbs.5.1.04
- Ramkissoon H.* Social Bonding and Public Trust/Distrust in COVID-19 Vaccines // Sustainability. 2021. V. 13. 10248. doi: 10.3390/su131810248
- Report of the SAGE Working Group on Vaccine Hesitancy, 2014. URL: https://www.who.int/immunization/sage/meetings/2014/october/1_Report_WORKING_GROUP_vaccine_hesitancy_final.pdf (дата обращения: 19.10.2021).
- Rodriguez C. G., Gadarian S. K., Goodman S. W., Pepinsky T.* Morbid polarization: Exposure to COVID-19 and partisan disagreement about pandemic response // COVID and Terror Management. 2020. August 31. doi: 10.31234/osf.io/wvyr7
- Ruiter R. A. C., Abraham C., Kok G. J.* Scary warnings and rational precautions: a review of the psychology of fear appeals // Psychology and Health. 2001. V. 16. P. 613–630. doi: 10.1080/08870440108405863
- Sallam M.* COVID-19 Vaccine Hesitancy Worldwide: A Concise Systematic Review of Vaccine Acceptance Rates // Vaccines. 2021. V. 9 (2). P. 160. doi: 10.3390/vaccines9020160
- Salathé M., Bonhoeffer S.* The effect of opinion clustering on disease outbreaks // The Journal of the Royal Society Interface. 2008. V. 5 (29). P. 1505–1508.
- Shanahzi H., Ahmadi-Livani M., Pahlavanzadeh B.* et al. Assessing preventative health behaviors from COVID-19 based on the Health Belief Model (HBM) among people in Golestan province: A cross-sectional study in Northern Iran // Research Square. 2020. doi: 10.23203/rs.3.rs-24871/v1
- Chevallier C., Sijilmassi A., Safra L.* Impact of COVID-19 exposure on punishment responsiveness // PsyArchiv. 2020. 7 April. doi: 10.31234/osf.io/jy97m
- Siegenthaler P., Ort A., Fahr A.* The influence of valence shifts in fear appeals on message processing and behavioral intentions: A moderated mediation model // PLoS One. 2021. V. 16 (9). doi: 10.1371/journal.pone.0255113
- Siritzky M., Condon D. M., Weston S. J.* Role of personality in shaping pandemic response: Systemic sociopolitical factors drive country differenc-

- es // Social Psychological and Personality Science. 2021. March. doi: 10.1177/19485506211001668
- Stout M. E., Christy S. M., Winger J. G., Vadaparampil S. T., Mosher C. E.* Self-efficacy and HPV vaccine attitudes mediate the relationship between social norms and intentions to receive the HPV vaccine among college students // *Journal of Community Health*. 2020. V. 45 (6). P. 1187–1195. doi: 10.1007/s10900-020-00837-5
- Strong P.* Epidemic psychology: a model // *Sociology of Health and Illness*. 1990. V. 12. P. 249–259. doi: 10.1111/1467-9566.ep11347150
- Sturgis P., Brunton-Smith I., Jackson J.* Trust in science, social consensus and vaccine confidence // *Nature Human Behavior*. 2021. doi: 10.1038/s41562-021-01115-7
- Subramanian S. V., Kumar A.* Increases in COVID-19 are unrelated to levels of vaccination across 68 countries and 2947 counties in the United States // *European Journal of Epidemiology*. 2021. doi: 10.1007/s10654-021-00808-7
- Sullivan D., Landau M. J., Rothschild Z. K.* An existential function of enmity: Evidence that people attribute influence to personal and political enemies to compensate for threats to control // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2010. V. 98 (3). P. 434–449. doi: 10.1037/a0017457
- Swami V., Furnham A., Smyth N., Weis L., Lay A., Clow A.* Putting the stress on conspiracy theories: Examining associations between psychological stress, anxiety and belief in conspiracy theories // *Personality and Individual Differences*. 2016. V. 99. P. 72–76. doi: 10.1016/j.paid.2016.04.084
- Tannenbaum M. B., Hepler J., Zimmerman R. S., Saul L., Jacobs S., Wilson K., Albarracín D.* Appealing to fear: A meta-analysis of fear appeal effectiveness and theories // *Psychological Bulletin*. 2015. V. 141 (6). P. 1178–1204. doi: 10.1037/a0039729
- The Governance for Happiness. Global Survey results. Conducted by George Ward & Schoen Consulting, October 2019. URL: https://yes-ukraine.org/files/pdf/Happiness_report_2019.pdf (дата обращения: 15.07.2021).
- The psychology of epidemics // *The Lancet*. 1890. V. 135 (3462). P. 35–36. doi: 10.1016/S0140-6736(02)06138-X
- Thoradeniya T., Jayasinghe S.* COVID-19 and future pandemics: a global systems approach and relevance to SDGs // *Global Health*. 2021. V. 17 (59). doi: 10.1186/s12992-021-00711-6
- Tomljenovic H., Bubic A., Erceg N.* Contribution of rationality to vaccine attitudes: Testing two hypotheses // *Journal of Behavioral Decision Making*. 2021. V. 1 (12). doi: 10.1002/bdm.2260

- Totterdell P., Holman D., Hukin A.* Social networkers: Measuring and examining individual differences in propensity to connect with others // *Social Networks*. 2008. V. 30 (4). P. 283–296.
- Turiano N. A., Mroczek D. K., Moynihan J., Chapman B. P.* Big 5 personality traits and interleukin-6: Evidence for “healthy neuroticism” in a US population sample // *Brain, Behavior and Immunity*. 2013. V. 28. P. 83–89. doi: 10.1016/j.bbi.2012.10.020
- Turiano N. A., Weston S. J., Čukić I. et al.* Is healthy neuroticism associated with mortality? Evidence from a 14-study coordinated analysis // *Innovation in Aging*. 2018. V. 2. P. 785–786. doi: 10.1093/geroni/igy023.2910
- Tyson R. C., Hamilton S. D., Lo A. S., Baumgaertner B. O., Krone S. M.* The timing and nature of behavioral responses affect the course of an epidemic // *Bulletin of Mathematical Biology*. 2020. V. 82 (1). P. 14. doi: 10.1007/s11538-019-00684-z
- UN Policy Brief: COVID-19 and the need for action on mental health. 2020. URL: <https://unsdg.un.org/sites/default/files/2020-05/UN-Policy-Brief-COVID-19-and-mental-health.pdf> (дата обращения: 14.10.2021).
- Vaccination and trust. How concerns arise and the role of communication in mitigating crises. WHO Regional Office for Europe. Geneva: World Health Organization; 2017. URL: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/329647/Vaccines-and-trust.pdf (дата обращения: 19.10.2021).
- van der Linden S. L., Clarke C. E., Maibach E. W.* Highlighting consensus among medical scientists increases public support for vaccines: evidence from a randomized experiment // *BMC Public Health*. 2015. V. 15. P. 1207. doi: 10.1186/s12889-015-2541-4
- van Wees D. A., Heijne J. C., Heijman T. et al.* A multidimensional approach to assessing infectious disease risk: Identifying risk classes based on psychological characteristics // *American Journal of Epidemiology*. 2019. V. 188 (9). P. 1705–1712. doi: 10.1093/aje/kwz140
- Venkatesan S., Nguyen-Van-Tam J. S., Siebers P. O.* A novel framework for evaluating the impact of individual decision-making on public health outcomes and its potential application to study antiviral treatment collection during an influenza pandemic // *PLoS One*. 2019. V. 14 (10). doi: 10.1371/journal.pone.0223946
- Weston D., Hauck K., Amlôt R.* Infection prevention behaviour and infectious disease modelling: a review of the literature and recommendations

- for the future // *BMC Public Health*. 2018. V. 18. P. 336. doi: 10.1186/s12889-018-5223-1
- Weston S. J., Jackson J. J.* Identification of the healthy neurotic: Personality traits predict smoking after disease onset // *Journal of Research in Personality*. 2015. V. 54. P. 61–69. doi: 10.1016/j.jrp.2014.04.008
- Willer R.* The effects of government-issued terror warnings on presidential approval ratings // *Current Research in Social Psychology*. 2004. V. 10. P. 1–12.
- Williamson L. D., Bigman C. A.* A systematic review of medical mistrust measures // *Patient Education and Counseling*. 2018. V. 101 (10). P. 1786–1794. doi: 10.1016/j.pec.2018.05.007
- Xiao X., Borah P.* Do norms matter? Examining norm-based messages in HPV vaccination promotion // *Health Communication*. 2020. doi: 10.1080/10410236.2020.1770506
- Yaqub O., Castle-Clarke S., Sevdalis N., Chataway J.* Attitudes to vaccination: acritical review // *Social Science and Medicine*. 2014. V. 112. P. 1–11. doi: 10.1016/j.socscimed.2014.04.018
- Zajenkowski M., Jonason P. K., Leniarska M., Kozakiewicz Z.* Who complies with the restrictions to reduce the spread of COVID-19? Personality and perceptions of the COVID-19 situation // *Personality and Individual Differences*. 2020. V. 166. doi: 10.1016/j.paid.2020.110199
- Zettler I., Schild C., Lilleholt L., Böhm R.* Individual differences in accepting personal restrictions to fight the COVID-19 pandemic: Results from a Danish adult sample. Version: 23 March 2020. doi: 10.31234/osf.io/pkm2a

Психопатологические состояния во время пандемии COVID-19

*С. Н. Ениколопов, Т. И. Медведева, О. М. Бойко,
О. Ю. Воронцова, О. Ю. Казьмина*

doi: 10.38098/fund_21_0442_03

Пандемия COVID-19 с полным правом относится к стихийным бедствиям, которые вызывают коллективную психическую травму — «массивный коллективный стресс» — за счет не только угрозы жизни и здоровью, но и из-за своего воздействия на ткань социальной жизни, разрушения связей между людьми и чувства общности (Александровский и др., 1991; Сорокин, 2012).

Из стрессогенных характеристик стихийных бедствий, которые оказывают влияние на формирующийся ответ, у пандемии COVID-19 наблюдаются неопределенная продолжительность, множественность одновременно действующих психотравмирующих факторов, к которым относится ожидание заражения болезнью (собственного или близких), имеющей потенциально смертельно опасные осложнения. Невидимость опасности, способность вируса SARS-COV-2 передаваться быстро и незаметно создает эффект, по своему действию сходный с радиоактивным поражением и реакцией на него (Дворянчиков, Стариченко, Ениколопов, 2005; Pappas et al., 2009). Исследования Н. Н. Пуховского о воздействии радиации во время аварии на Чернобыльской АЭС и наблюдения Питирима Сорокина за пандемией испанки 1917 г. показывают, что состояние людей в ходе протяженной во времени критической ситуации не является стабильным (Пуховский, 1993; Сорокин, 2012).

Уже в самом начале пандемии, когда еще сложно было осознать масштабы надвигающегося бедствия, специалисты подчеркивали стрессогенное действие как самой пандемии, так и мер борьбы с ней (Brooks et al., 2020; Hossain, Sultana, Purohit, 2020) и говори-

ли о возможных негативных последствиях. Специалисты в области психического здоровья предполагали возможность декомпенсации как у людей с уже диагностированными психическими заболеваниями, так и у тех, кто ранее не обращался за помощью: увеличение депрессивной и тревожной симптоматики, нарушения сна (Lin et al., 2020), появление/рост суицидальных мыслей, рост соматизации (Мелик-Пашаян, Сукиасян, Амерханян, 1992), увеличение потребления алкоголя, повышение уровня домашнего насилия (Clay, Parker, 2020). В связи с этим предполагался рост потребности в помощи специалистов в области психического здоровья (Seeley, 2003).

22 марта 2020 г. отделом медицинской психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья» был начат цикл исследований в формате дистанционного опроса с использованием Google forms, что дало возможность в краткие сроки собрать большой объем информации, не подвергая опасности заражения ни исследователей, ни респондентов.

Целью исследований являлось изучение динамики во время пандемии COVID-19 в России таких психопатологических показателей, как соматизация, депрессия, тревога, стресс, качество сна, суицидальный риск. Кроме того, изучались особенности состояния людей, ранее обращавшихся за психиатрической помощью.

Для сбора данных использовался анонимный онлайн-опрос с применением Google forms. Респонденты могли выбирать, в каком объеме участвовать в исследовании: ответить только на вопросы общей части или же дополнительно заполнить ряд опросников. Анализировались данные, собранные с 22 марта 2020 г. по 13 января 2021 г. Всего в опросе приняло участие 1632 человека. На разных этапах исследования различались набор используемых методик и количество анализируемых ответов.

Методический инструментарий составили:

- блок социодемографических вопросов, вопросы по поводу соблюденияемых противоэпидемических правил, вопросы об оценке респондентом наличия заболевших в окружении и об оценке своего состояния (уровне тревоги, подавленности, качестве сна, склонности к риску, мыслях о суициде), а также предлагалось в свободной форме высказать свое мнение о происходящем;

- симптоматический опросник (Symptom Check List-90-Revised – SCL-90-R; Derogatis, Savitz, 2000) в русскоязычной адаптации (Тарабрина, 2001);
- опросник COPE (Carver, Scheier, Weintraub, 1989) в адаптации Е. И. Рассказовой и др. (Рассказова, Гордеева, Осин, 2013).
- опросник конструктивного мышления (Constructive thinking inventory – CTI; Epstein, 2001) в русскоязычной адаптации (Лебедев, Ениколопов, 2004).

Статистический анализ данных осуществлялся с помощью SPSS.

Динамика психопатологических показателей во время первой волны COVID-19

Целью данного исследования было оценить динамику психопатологической симптоматики на начальном этапе пандемии COVID-19 в России. Представлен анализ ответов на опрос, полученных с 22.03.20 по 22.06.20 (всего 908 ответов).

Для оценки динамики психопатологической симптоматики использовался опросник SCL-90-R. Ответы были разбиты на три группы: 1) полученные с 22 по 30 марта, т. е. до принятия официальных мер по борьбе с пандемией, 2) полученные с 31 марта по 12 мая, в период введения режима самоизоляции и других мер противодействия пандемии; 3) полученные с 12 мая по 22 июня, в период ослабления и постепенной отмены ограничений. Кроме того, оценивалось изменение значений параметров SCL-90 в зависимости от того, есть ли у респондента знакомые, заболевшие коронавирусом.

Для сопоставления социодемографических показателей в группах использовались критерии χ^2 Пирсона и t Стьюдента, наличие тренда изменения значений параметров с течением времени оценивалось с помощью критерия Джонкхиера–Терпстры.

Группы респондентов, ответивших на опрос в выделенные периоды времени, не различались по таким социодемографическим показателям, как пол и возраст. В группе респондентов, ответивших 12 мая–22 июня был выше процент людей со средним образованием, чем в группе ответивших в марте. Однако во всех группах большинство ответивших имели высшее образование, и по этому показателю группы статистически не различались.

Анализ показал статистически значимый тренд роста психопатологической симптоматики на протяжении исследования (см. таблицу 1). На уровне статистической тенденции показан тренд возрастания враждебности и сенситивности.

Таблица 1

Результаты анализа тренда психопатологической симптоматики по мере развития пандемии (критерий Джонкхиера–Терпстра)

	Соматизация	Общий индекс тяжести	Индекс тяжести наличного дистресса	Депрессия	Навязчивости	Враждебность	Сенситивность
Std. J-T Statistic	3,351	2,427	2,258	2,279	2,109	1,798	1,876
p	0,001	0,015	0,024	0,023	0,035	0,072	0,061

На рисунках 1–2 показаны средние значения параметров SCL-90 в заданные периоды времени.

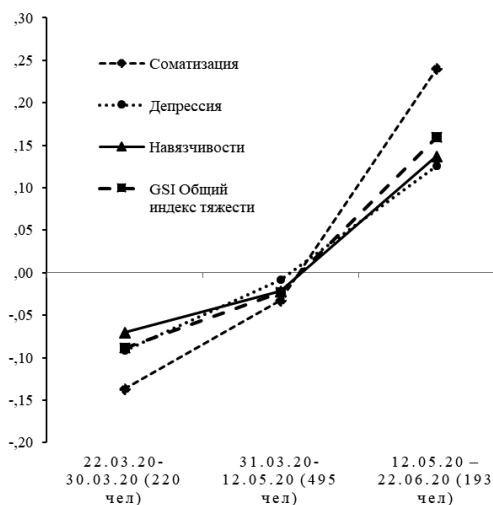


Рис. 1. Динамика показателей SCL-90: средние стандартизированные значения (z-score) параметров соматизации, депрессии, навязчивости и общий индекс тяжести

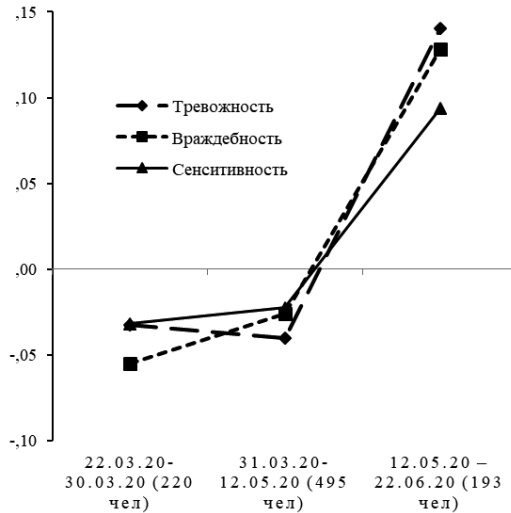


Рис. 2. Динамика показателей SCL-90: средние стандартизированные значения (z-score) параметров враждебности, сенситивности и тревожности

Враждебность, сенситивность и тревожность начинают статистически значимо расти в третьем периоде (после 12 мая, см. рисунок 2), в то время как соматизация, депрессия, навязчивости и интегральные индексы растут с самого начала опроса (с 30 марта, см. рисунок 1).

Для оценки изменения психопатологической симптоматики (параметров SCL-90) в зависимости от наличия заболевших в ближайшем окружении были рассмотрены три группы ответов на вопрос: «Есть ли среди ваших знакомых больные коронавирусом?». Ответ «нет» был получен от 405 респондентов, уверенных, что среди их знакомых нет больных коронавирусом; ответ «не уверен» дали 253 человека (в этой группе объединены два вида ответов: «не знаю» и «не знаю точно, но думаю, что есть»); ответ «есть» дали 250 человек.

Анализ показал статистически значимый тренд роста всей психопатологической симптоматики при появлении заболевших в кругу знакомых (см. таблицу 2).

При этом рост фобий, навязчивости и психотизма связан с предположением о наличии заболевших и почти не увеличивается при появлении реальных больных (см. рисунок 3).

Таблица 2

Результаты анализа роста психопатологической симптоматики в зависимости от наличия заболевших в ближайшем окружении (критерий Джонкхиера–Терпстра)

Психопатологическая симптоматика	Std. J-T Statistic	p
Соматизация	4,95	0
Тревожность	4,394	0
Враждебность	3,812	0
Паранойальность	2,643	0,008
Психотизм	3,912	0
Депрессия	3,819	0
Навязчивости	3,05	0,002
Сенситивность	3,487	0
Фобия	2,47	0,013
GSI Общий индекс тяжести	4,52	0
PDSI Индекс тяжести дистресса	3,584	0

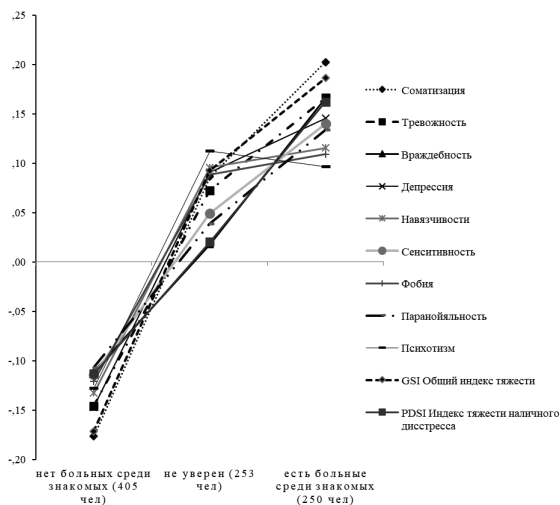


Рис. 3. Зависимость клинической симптоматики от наличия заболевших среди знакомых. Средние стандартизированные значения (z-score) параметров SCL-90

Таким образом, показано, что с 22 марта по 22 июня 2020 г. во всей выборке растет психопатологическая симптоматика: статистически значимо растут соматизация, депрессия, навязчивости и все интегральные параметры, в том числе общий уровень тяжести. Это согласуется с данными исследований, проведенных в Китае (Tian et al., 2020), Италии, Испании, Дании (Cellini et al., 2020; Odriozola-González et al., 2020; Sonderskov et al., 2020). Метаанализ уже опубликованных данных по психологическим последствиям пандемии COVID-19 для широкой публики выявил более низкое психологическое благополучие и более высокие показатели тревожности и депрессии, по сравнению с показателем до COVID-19 (Vindegaard, Benros, 2020). Отмечается устойчивый тренд роста всей психопатологической симптоматики при появлении заболевших в близком окружении.

Показано, что рост враждебности, сенситивности и тревожности связаны с личным переживанием опасности пандемии, которая усиливается при появлении заболевших среди ближайшего окружения.

Наличие роста психопатологической симптоматики после смягчения или отмены ограничений позволяет предполагать сохранение отдаленных последствий в течение длительного времени, что отмечается и другими исследователями (Нестик, 2020).

Изменение качества сна во время пандемии COVID-19

Целью исследования являлся анализ факторов нарушения сна во время пандемии COVID-19. Представлен анализ 1250 ответов на опрос, полученных с 22 марта по 22 июня 2020 г., из них 908 человек заполнило опросник SCL-90-R, 556 – СТИ, 728 – СОРЕ. При ответе на вопрос о качестве сна респонденту было предложено сделать выбор по шкале Лайкерта от 0 до 10 (где 10 – «прекрасно сплю»). Выборка была разделена на две группы: «нарушенный сон» (качество сна оценивалось от 0 до 5 баллов) и «группа сравнения» (от 6 до 10 баллов). Группы статистически не различались по социодемографическим показателям.

Для сопоставления социодемографических показателей в группах использовались критерии χ^2 Пирсона и t Стьюдента, наличие тренда изменения значений параметров с течением времени оценивалось с помощью критерия Джонкхиера–Терпстра, для выявления корреляций использовался коэффициент корреляции Спирмена.

Анализ показывает ухудшение качества сна по мере развития пандемии (см. рисунок 4).

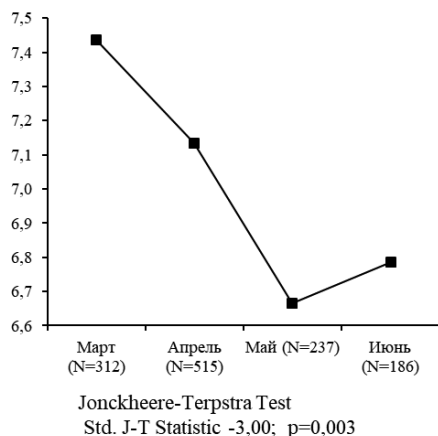


Рис. 4. Динамика качества сна (N = 1250) в первую волну пандемии COVID-19

Обнаружены отрицательные корреляции между уровнем удовлетворенности сном и индексом тяжести наличного дистресса (PDSI) в SCL-90-R (r Спирмена $-0,366$ при $p < 0,0001$) (см. рисунок 5).

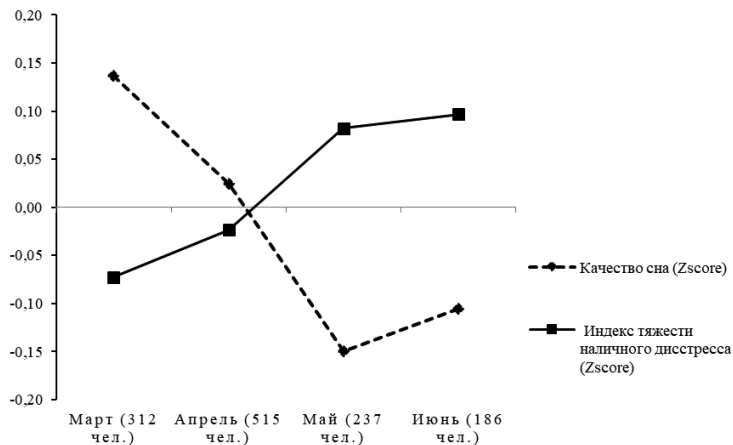


Рис. 5. Качество сна и выраженность дистресса по мере развития пандемии

Раздел 1

Выявлено статистически значимое увеличение психопатологической симптоматики в группе с нарушениями сна по всем параметрам SCL-90-R (см. таблицу 3).

Данные опросника СТИ демонстрируют снижение общего уровня конструктивного мышления за счет более низкого уровня эмоционального совладания у людей с нарушенным сном, а также бо-

Таблица 3

Сравнение психопатологических параметров, результатов COPE и СТИ в группах с нарушением сна и без нарушения

Параметры	Группа сравнения	«Нарушения сна»	p
SCL-90 (N = 908)	N = 787	N = 119	
SOM (Соматизация)	0,52±0,49	0,70±0,55	0,000
OC (Навязчивости)	0,67±0,57	0,99±0,78	0,000
INT (Сенситивность)	0,62±0,58	0,85±0,70	0,000
DEP (Депрессия)	0,76±0,67	1,20±0,88	0,000
ANX (Тревожность)	0,55±0,61	0,87±0,75	0,000
HOS (Враждебность)	0,53±0,54	0,75±0,69	0,000
PHOV (Фобия)	0,39±0,49	0,56±0,71	0,001
PAR (Паранойяльность)	0,44±0,48	0,65±0,59	0,000
PSY (Психотизм)	0,27±0,33	0,45±0,51	0,000
GSI Общий индекс тяжести	0,55±0,43	0,84±0,56	0,000
PDSI Индекс тяжести наличного дистресса	1,42±0,42	1,73±0,54	0,000
PSI Число утвердительных ответов (число беспокоящих симптомов)	31,33±17,69	40,39±17,82	0,000
СТИ (N = 556)	N = 476	N = 80	
Общая шкала конструктивного мышления	96,71±12,75	92,94±12,77	0,015
Шкала эмоционального совладания	88,38±19,95	82,13±20,73	0,010
Шкала категорического мышления	34,46±7,69	37,03±8,19	0,006
Шкала личностно-суеверного мышления	10,66±3,40	11,54±3,53	0,035
COPE (N = 728)	N = 632	N = 96	
Использование инструментальной поддержки	10,46±2,68	11,13±2,53	0,022
Использование успокоительных	6,41±3,08	7,31±3,53	0,009

лее высокие показатели по шкалам категорического мышления и личностно-суеверного мышления. Данные опросника COPE показывают более высокие уровни использования инструментальной поддержки, а также успокоительных у представителей группы с нарушениями сна.

Рост нарушений сна свидетельствует о том, что продолжительность пребывания в стрессовой ситуации может играть важную роль в снижении качества сна (Юматов и др., 2016). Нарастание стресса во время пандемии при наличии таких predisпозиций, как сниженные конструктивное мышление и эмоциональное совладание, ухудшает качество сна. Важную роль здесь играет уменьшение проактивного потенциала копинг-стратегии «поиск социальной инструментальной поддержки», которое обусловлено тем, что люди с низким уровнем эмоционального совладания нуждаются прежде всего в эмоциональной поддержке, инструментальная поддержка нерелевантна этой потребности. Использование инструментальной поддержки (которая по смыслу вопросов является скорее информационной) является конструктивным копингом, но для людей с нарушением сна может оказаться неэффективной. При этом противоречивость и неоднозначность имеющейся информации о коронавирусной инфекции может ухудшать состояние (Ениколопов и др., 2020).

Увеличение уровня копинг-стратегии «употребление успокоительных» у группы респондентов, ниже оценивающих качество своего сна после начала пандемии, может быть связано как с тем, что они менее терпимы к небольшим флуктуациям качества своего сна, так и с более высоким уровнем их психопатологической симптоматики. Кроме того, необходимо помнить, что в опроснике COPE шкала «употребление успокоительных» включает и употребление алкоголя, а не только психофармакологических средств. В таком случае большее употребление алкоголя для регуляции сна может иметь негативные в долгосрочной перспективе последствия.

Таким образом, полученные данные показывают, что нарушение качества сна является не единичной психической реакцией, а симптомом комплексного психологического неблагополучия в ответ на продолжительное пребывание в ситуации стресса. Нарушения сна на фоне продолжительного стресса проявляются у людей со сниженной способностью к эмоциональному совладанию и опосредованы тем, что вместо обращения за эмоциональной поддерж-

кой, в которой они больше всего нуждаются, они ищут информационную поддержку, в то время как при текущей противоречивости и неоднозначности имеющейся информации о коронавирусе такая стратегия может только ухудшить их состояние.

Динамика депрессивной симптоматики и суицидальных идей во время первой волны COVID-19

Целью данного исследования являлся анализ роста депрессивной симптоматики и суицидальных идей во время пандемии COVID-19.

В исследовании представлен анализ ответов 908 респондентов на опрос, проведенный с 22.03.20 по 22.06.20. Использовались SCL-90-R, COPE, а также был задан вопрос, беспокоят ли респондента в последнее время мысли о том, чтобы покончить с собой (выбор по шкале Лайкерта от 0 до 4).

Оценивалось изменение депрессивной симптоматики и выраженности суицидальных идей с течением времени. Для этого ответы были разбиты на три группы: 1) полученные до принятия официальных мер борьбы с пандемией в России (с 22 по 30 марта), 2) полученные при введении режима самоизоляции и других мер противодействия пандемии (с 31 марта по 12 мая), 3) полученные в период ослабления и постепенной отмены ограничений (с 12 мая по 22 июня).

Для статистического анализа использовались методы корреляционного анализа (Spearman), тренд роста депрессивной симптоматики оценивался с помощью критерия Джонкхиера–Терпстра (Jonckheere–Terpstra test), сравнение частоты суицидальных ответов в разные периоды времени проводилось с помощью точного критерия Фишера (Fisher's Exact Test).

Группы респондентов, ответивших на опрос в разные периоды времени, не отличались по таким социодемографическим показателям, как пол и возраст. В группе респондентов, ответивших с 12 мая по 22 июня, был выше процент людей со средним образованием, чем в группе ответивших в марте, однако во всех группах большинство ответивших имели высшее образование и по этому показателю группы статистически не различались.

Анализ показал статистически значимую положительную корреляцию между выраженностью суицидальных мыслей и психопатологической симптоматикой в SCL-90, при этом наиболее высоким

оказался коэффициент корреляции суицидальных мыслей с депрессивной симптоматикой (коэффициент Спирмена 0,450, $p < 0,001$).

Анализ показал статистически значимый тренд роста депрессивной симптоматики по мере развития пандемии COVID-19: чем больше времени прошло от начала пандемии в России, тем выше выраженность симптоматики (критерий Джонкхиера–Терпстра, $\text{Std } J\text{-}T_{\text{stat.}} = 2,51$; $p = 0,012$), средние значения депрессивной симптоматики по SCL-90R ($0,75 \pm 0,70$ в начале опроса; $0,81 \pm 0,66$ в середине; $0,93 \pm 0,81$ в конце опроса) (см. рисунок 6).

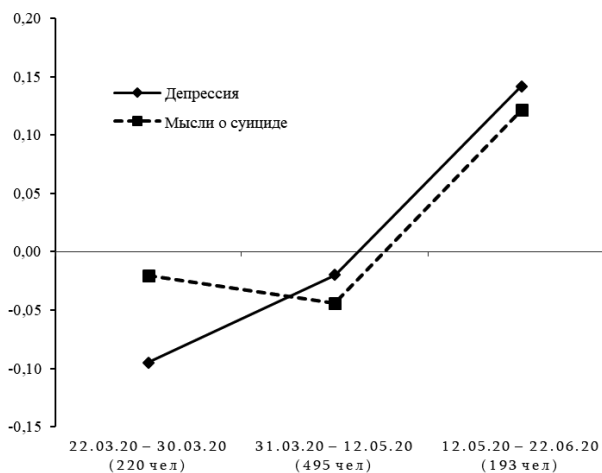


Рис. 6. Динамика показателей депрессии (по SCL-90R) и выраженности мыслей о суициде: средние стандартизированные значения (z-score)

В то время как показатели депрессивной симптоматики демонстрируют устойчивый рост на протяжении всего опроса, динамика суицидальных мыслей несколько отличается: рост суицидальных мыслей наблюдается в конце опроса. При этом статистически значимо не растет частота положительных ответов о суицидальных мыслях (любой выбор в вопросе о суицидальных идеях кроме «совсем нет»): в начале опроса 13%, в середине 11,7%, в конце 16,5% ($\chi^2 = 2,895$; $p = 0,235$), но к концу опроса растет их интенсивность. Вопрос о наличии суицидальных идей позволял выбор из пяти вариантов («совсем нет», «немного», «умеренно», «сильно», «очень сильно»). Рассмотрение частоты ответов, в которых выраженность суицидальных

Раздел 1

мыслей «сильно» и «очень сильно», показывает статистически значимый рост в последний период времени (см. рисунки 6–7) (Fisher's Exact Test 5,92; $p=0,046$). Таким образом, относительно динамики суицидальных идей можно сделать вывод не об увеличении частоты их появления, а об усилении их интенсивности (см. рисунок 7).

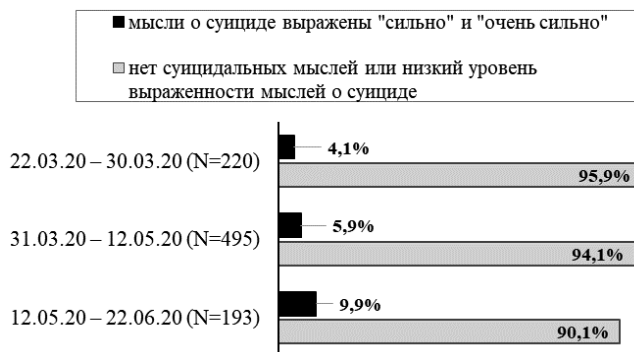


Рис. 7. Частота выраженности мыслей о суициде в разные периоды времени

Выраженность депрессии статистически значимо связана с текущей ситуацией пандемии: она растет с появлением вируса в городе, с появлением заболевших среди знакомых, с увеличением страхов заболеть и умереть, страхов смерти других. Чем выше показатель депрессии, тем больше используется способов защиты от заражения. Суицидальные мысли не связаны с появлением больных в городе и среди знакомых, со страхами заражения себя и близких.

Выраженность депрессии статистически значимо коррелирует с наличием различных соматических заболеваний (или подозрений в их наличии) и с отнесением себя к группе риска по заражению коронавирусом.

Не выявлено связи суицидальных мыслей с наличием соматических заболеваний. И при депрессивной симптоматике, и при суицидальных идеях выявлена связь с оценкой своего психологического состояния как менее благополучного (с тревогой, подавленностью, нарушениями сна). Однако в отличие от депрессивной симптоматики, которая связана со снижением активности, выраженность суицидальных идей со снижением активности не связана (раздел «Оценка своего психологического состояния» в таблице 2). Кроме

Таблица 4

Связь депрессивной симптоматики и мыслей о суициде с социодемографическими показателями и оценкой своего состояния (корреляции по Спирмену)

Социодемографические показатели и оценка своего состояния	Депрессия	Мысли о том, чтобы покончить с собой
<i>Социодемографические показатели</i>		
Возраст	-0,220**	-0,170**
Пол	0,138**	-0,092*
Семейное положение	-0,106*	-0,107*
Наличие детей	-0,212**	-0,210**
<i>Оценка опасности пандемии, страхи за себя и близких</i>		
Вирус в городе	0,121*	
Вирус у знакомых	0,165**	
Боюсь тяжело заболеть	0,132*	
Боюсь умереть	0,188**	
Боюсь тяжелого состояния или смерти других	0,112*	
Изменение материального положения	-0,107*	
Материальное благополучие	-0,114*	
<i>Способы защиты</i>		
Не покидаю дом	0,100*	
Ношу маску	0,099*	
Ношу перчатки		-0,079*
Сумма способов	0,116*	
Делали запасы	0,143**	
<i>Оценка своего физического состояния</i>		
Заболевания обмена веществ	0,102*	
Иммунodefицит	0,119*	
Не указанные заболевания	0,129**	
Отношусь к группе риска	0,099*	
<i>Оценка своего психологического состояния</i>		
Готов рисковать		0,109**
Тревога	0,494**	0,233**
Хороший сон	-0,352**	-0,140**
Подавленность	0,682**	0,322**
Активность	-0,120*	
Нужна помощь психолога	0,465**	0,231**

Обозначения к таблицам 4–6: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$.

Раздел 1

того, при повышении выраженности суицидальных идей растет готовность к риску.

Анализ показал значимые положительные корреляции между выраженностью депрессивной симптоматики и суицидальных идей и способами совладания со стрессовой ситуацией во время пандемии COVID-19: с «мысленным уходом», «концентрацией на эмоциях», «отрицанием», «поведенческим уходом от проблем», «использованием успокоительных или алкоголя», и отрицательные корреляции с «положительным переформулированием», «активным совладанием», «использованием юмора» (см. таблицу 5).

Таблица 5

Связь депрессивной симптоматики и мыслей о суициде с копинг-стратегиями (корреляции по Спирмену)

Опросник COPE	Депрессия	Мысли о том, чтобы покончить с собой
Положительное переформулирование	-0,211**	-0,186**
Мысленный уход	0,384**	0,122*
Концентрация на эмоциях	0,442**	0,167**
Использование инструментальной социальной поддержки	0,174**	
Активное совладание	-0,184**	-0,176**
Отрицание	0,253**	0,159**
Юмор	-0,167**	-0,109*
Поведенческий уход от проблемы	0,282**	0,170**
Эмоциональная социальная поддержка	0,151**	
Использование успокоительных	0,385**	0,304**
Принятие		-0,116*
Планирование		-0,202**

При этом выраженность депрессивной симптоматики связана с более высоким уровнем использования инструментальной и эмоциональной социальной поддержки. Связи выраженности суицидальных мыслей с использованием поддержки не выявлено. При росте

мыслей о суициде снижаются принятие и планирование, для депрессии такой зависимости не выявлено.

Рост выраженности суицидальных мыслей отстает по времени от роста депрессивной симптоматики: анализ результатов опроса показал значимый рост депрессивной симптоматики на протяжении всего опроса и рост выраженности суицидальных идей в конце опроса. Вероятно, суицидальные идеи появляются или усиливаются не сразу, а как отложенный эффект стресса.

Повышение интенсивности суицидальных мыслей, как и увеличение депрессивной симптоматики, связано с неконструктивными копингами («мысленным уходом», «концентрацией на эмоциях», «отрицанием» и др.), но, в отличие от депрессивной симптоматики, сопровождается снижением способности к «принятию» и «планированию». В то же время наблюдаются и существенные различия: увеличение показателей депрессивной симптоматики связано с ориентацией на «другого» человека, а выраженность суицидальных идей никак с этим не связана.

Депрессивная симптоматика растет вместе с различными страхами и опосредована неконструктивными способами совладания со стрессом. Однако эти страхи «объективированы», респонденты с депрессивной симптоматикой понимают, чего именно они боятся, с чем связана их тревога, стараются что-то делать для своей безопасности, у них присутствуют и конструктивные копинг-стратегии (поиск поддержки).

Выраженность мыслей о суициде на фоне пандемии COVID-19 связана с высоким уровнем стресса, который не объясняется «объективной» угрозой заражения и страхами за свою жизнь и жизнь близких, а переживается как «неопределенная» тревога, вероятно связанная с мерами противодействия пандемии — ограничениями социального взаимодействия, одиночеством, неопределенностью. При росте суицидальных идей «другие» люди не влияют на ощущение опасности, отсутствуют переживания за них; способы совладания с ситуацией также не связаны с другими. Аналогичные данные получены в колумбийском исследовании, показавшем влияние ощущения социальной принадлежности и доступности социальной поддержки от других людей на уровень суицидальности: при низком уровне социального капитала уровень суицидальности значительно растет (Caballero-Dominguez, De Luque-Salcedo, Campo-Arias, 2021).

При этом связь выраженности суицидальных идей с ростом готовности к риску и при одновременной сохранной активности и снижении планирования повышают риск суицидального поведения.

Таким образом, несмотря на то что депрессивная симптоматика является важным фактором суицидального риска, исследование показало, что во время пандемии COVID-19 рост депрессивной симптоматики и суицидальных мыслей обусловлены разными факторами.

Рост депрессивной симптоматики связан с различными страхами и опосредован неконструктивными способами совладания со стрессом. Однако присутствуют и конструктивные копинг-стратегии (поиск поддержки).

Выраженность мыслей о суициде связана с высоким уровнем стресса, который не объясняется «объективной» угрозой заражения, а переживается ими как «неопределенная» тревога, вероятно, связанная с ограничениями социального взаимодействия, одиночеством, неопределенностью.

Увеличение показателей депрессивной симптоматики связано с ориентацией на «другого» человека, а выраженность суицидальных идей никак с этим не связана.

Маркеры тревоги в интерпретациях происходящего в ходе пандемии COVID-19

Методы компьютерного лексического анализа высказываний о какой-либо проблеме позволяют выделить лексику, характерную для разных психологических состояний, выявить имплицитные характеристики текста, неочевидные при смысловом анализе. Результаты могут быть полезны для скрининговых исследований психологического неблагополучия, анализа состояния по высказываниям в соцсетях, для интерпретации результатов, полученных методами искусственного интеллекта, выявляющих психологические состояния по текстам.

Целью исследования было выявление лексических особенностей высказываний о пандемии COVID-19 людей с высоким уровнем тревоги.

Материал исследования был получен с 22 марта по 15 июня 2020 г. Оценивались ответы на открытый вопрос «Что Вы думаете о сложившейся ситуации в мире и стране», использовался Опросник кон-

структивного мышления (СТИ), в опросе предлагалось оценить свой уровень тревоги по десятибалльной шкале Лайкерта.

На основе ответа на вопрос об уровне тревоги тексты были разделены на группы: тексты людей с высоким (>6) и низким уровнем тревоги. Была оценена частотность встречаемости лексики в этих двух массивах текстов. Для этого были применены методы компьютерного анализа текстов: частотного лексического анализа PLATIn, позволяющего оценивать выраженность в тексте лексики, принадлежащей к тематическим группам слов с семантикой различных психологических состояний и личностных установок; использовалась также программа Linguistic Inquiry and Word Count (LIWC) (Pennebaker et al., 2015) для подсчета в тексте доли слов, обозначающих психологические процессы, эмоции, когнитивные операции и т. д. Кроме того, высказывания были оценены экспертами как «эмоциональный ответ» («*мне очень страшно*», «*катастрофа*» и др.) или «рациональный ответ» («*хорошо, если большинство видов работ переведут на удаленку, тогда можно больше путешествовать и работать из любого места*», «*Всё сложно, но я верю в здравый смысл*»).

Всего получено 550 свободных высказываний о пандемии (109 мужчин и 441 женщина). Группу высокой тревоги составили 176 человек, низкой – 374 человека. Высокая тревога была у тех, кто старше ($39,72 \pm 12,23$ и $41,15 \pm 10,23$ – средний возраст для низкой и высокой тревоги), в группу с высокой тревогой попали 20% всех мужчин и 34,7% женщин.

Для статистического анализа использовались χ^2 Пирсона и корреляция по Спирмену.

В группе с высокой тревогой было статистически значимо меньше рациональных ответов (19,9% против 28,6% при низкой тревоге); значимо больше эмоциональных ответов (47,7% против 30,5%) (критерий χ^2).

Корреляционный анализ показал статистически значимые связи между высоким уровнем тревоги и особенностями мышления (СТИ): отрицательную корреляцию с конструктивным мышлением ($-0,346^{**}$), с эмоциональным ($-0,373^{**}$) и поведенческим совладанием ($-0,103^*$); положительную корреляцию с категорическим ($0,229^{**}$) и личностно суеверным мышлением ($0,140^{**}$) (корреляция по Спирмену).

Компьютерный лексический анализ показал различия в частоте использования лексики из разных категорий (ниже приведены

категории, по которым различие составляло не менее 30%) (см. таблицу 6).

Выявленная экспертами-психологами при качественном анализе повышенная эмоциональность текстов людей с высоким уровнем тревоги нашла подтверждение в результатах компьютерного лексического анализа: много отрицательных эмоций, увеличена лексика негатива, беспокойства, гнева, страдания, несправедливости, что может быть обусловлено снижением способности к эмоциональному совладанию, как показал опросник СТИ.

Снижение лексики согласия показывает, что в группе с высокой тревогой нет согласия с ситуацией и/или с принимаемыми мерами, но нет и высказывания идей преодоления, которые могли бы выразиться в словах из словарей лексики сопротивления и протеста. Это может отражать, с одной стороны, недовольство ситуацией, и такие особенности мышления, как категоричность (СТИ) – склонность людей видеть мир только как «черный или белый», без различения деталей. При этом люди с высокой тревожностью чаще занимают пассивную позицию, что может быть связано с личностно-суеверным мышлением, которое позволяет избежать слишком сильного расстройства из-за неудач благодаря уничтожению надежд и энтузиазма.

В группе с высокой тревогой снижена лексика перцепции, чувствования, видения. Вероятно, это связано с трудностями описывать свое состояние, и, возможно, с проявлениями алекситимии. Частое использование темы тела, здоровья и смерти отражает связь высокой тревоги с текущей ситуацией пандемии, со страхами заболеть или умереть.

Более частое использование тем семьи, религии и денег может отражать текущие потребности и способы справиться с тревогой. Можно было бы предположить, что более частое использование тем религии у людей с высоким уровнем тревоги может быть связано с обращением к религии для совладания с ситуацией, однако в нашем исследовании показано, что в группе с высокой тревогой преобладает личностно-суеверное мышление.

Таким образом, лексический анализ высказываний о пандемии позволил выделить лексику, характерную для состояния высокой тревоги. Это, в первую очередь, лексика повышенной эмоциональности с преобладанием отрицательных эмоций негатива, беспокойства,

Таблица 6
Процент лексических единиц в группах текстов

Лексические единицы	Тревога высокая N= 176	Тревога низкая N= 374
Критерий	>6	≤6
Доля глаголов 2 лица	0,32	1,22
LIWC: Они	2,49	1,83
Словарь: Лексика страдания	5,44	4,06
LIWC: Негатив	7,80	5,96
LIWC: Беспокойство	3,27	2,40
LIWC: Гнев	2,77	2,05
Словарь: Лексика сопротивления	0,18	0,31
Словарь: Тематическая_Протест	0,14	0,24
LIWC: Согласие	0,09	0,55
Словарь: Социальное неравенство и несправедливость	0,51	0,35
Словарь: Катастрофы	0,09	0,17
Словарь: Молодежный жаргон	0,37	0,59
LIWC: Вульгаризм_Табу	0,14	0,31
Словарь: Обсценная лексика	0,28	0,20
Словарь: Прецедентные, архаизмы, междометия и др.	0,09	0,17
Словарь: Тематическая_Власти	0,05	0,11
Словарь: Национальные отношения	0,05	0,02
Словарь: Тематическая_ЖКХ	0,09	0,26
LIWC: Семья	0,28	0,17
LIWC: Деньги	2,35	1,70
LIWC: Религия	0,09	0,07
LIWC: Биология	2,08	1,35
LIWC: Тело	0,46	0,31
LIWC: Здоровье	1,38	0,83
LIWC: Секс	0,14	0,24
LIWC: Смерть	1,11	0,63
LIWC: Перцепция	1,34	2,10
LIWC: Видение	0,14	0,41
LIWC: Чувствование	0,37	0,96

гнева, страдания, несправедливости. Также выявлено более частое использования тем тела, здоровья и смерти, которые связаны с высоким уровнем страха за свою жизнь и здоровье.

Состояние людей с психиатрическими проблемами во время пандемии

Целью исследования была оценка переживания стресса во время пандемии людьми, ранее обращавшимися к психиатру.

Материалом исследования стали данные опроса, проведенного с 22 марта по 26 июня 2020 г. Был задан вопрос «Обращались ли вы когда-нибудь к психиатру», использовался опросник SCL-90-R. Для анализа брались только те ответы, в которых респонденты явно обозначили ситуацию с пандемией в городе их проживания.

Наличие тренда изменения значений параметра в зависимости от появления заболевших в окружении оценивалось с помощью критерия Джонкхиера–Терпстра.

Всего было проанализировано 673 ответа. Среди них 151 респондент ответил, что ранее обращался к психиатру (они составили группу «обращались к психиатру»), 522 человека составили «группу сравнения». Выставленный психиатром диагноз не уточнялся в том числе и потому, что формулировка диагноза зачастую носит реабилитационный характер и не отражает реальный, поэтому необходимо понимать, что исследуемая группа нозологически гетерогенна. Группы статистически не различались по возрасту, средний возраст $40,6 \pm 12,3$ для «группы сравнения» и $40,2 \pm 11,3$ для «обращавшихся к психиатру». На уровне статистической тенденции среди обращавшихся к психиатру было больше женщин (среди мужчин обращались к психиатру 15%, среди женщин 23%).

Для анализа выраженности переживаемого стресса в зависимости от появления больных в окружении респондента рассматривалось четыре подгруппы ответов (см. таблицу 7).

На графике показано изменение «общего индекса тяжести стресса» в зависимости от появления больных в окружении респондента в группе обращавшихся ранее за психиатрической помощью и контрольной группе (рисунок 8).

Применение критерия Джонкхиера–Терпстра показало, что наблюдаемый рост статистически значим в обеих группах (для «об-

Таблица 7

Количество участников в группах
в зависимости от наличия заболевших в окружении

Наличие заболевших в окружении	Вся выборка	Контрольная группа	Обращались к психиатру
В городе нет, знакомых нет	151	136	15
В городе много, знакомых нет	184	141	43
В городе много, про знакомых не уверен	147	116	31
В городе много, знакомые есть	191	129	62
Всего	673	522	151

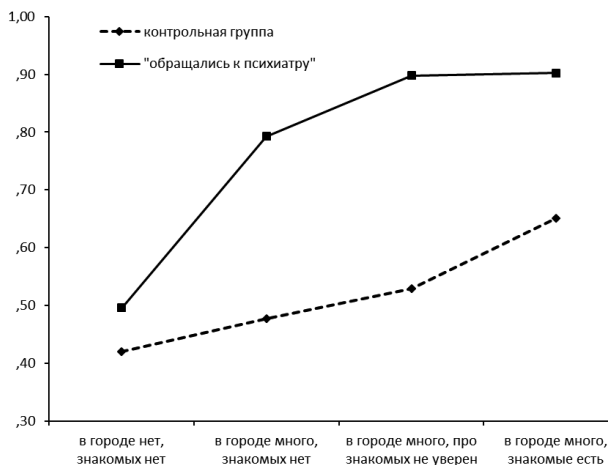


Рис. 8. Зависимость выраженности стресса (параметр GSI, «Общий индекс тяжести») от наличия заболевших среди знакомых

рашавшихся ранее за психиатрической помощью» Std J-T Statistic = 2,077 при $p = 0,038$; для группы сравнения Std J-T Statistic = 4,442 при $p = 0,000$).

Респонденты, которые ответили, что ранее обращались к психиатру, тяжелее переносят стресс, связанный с пандемией, что соответствует данным лонгитюдного исследования в Германии (Bendau et al., 2021). Если в ситуации отсутствия в городе заболевших уровень

тяжести состояния в группе обращавшихся ранее к психиатру выше, но это отличие незначительно (0,42 и 0,50), то по мере ухудшения эпидемиологической обстановки в этой группе отмечается значительный рост показателей, который появляется сразу, как только появляются заболевшие в городе. Мы видим, что для людей, ранее обращавшихся за психиатрической помощью, появление больных в городе является более сильным стрессовым фактором, чем для людей из группы сравнения. Кроме того, результаты анализа показывают: появление подозрений в том, что есть заболевшие среди близких и знакомых, в группе обращавшихся за психиатрической помощью по своему стрессовому воздействию равнозначно появлению реальных заболевших. В группе сравнения значительный рост уровня тяжести состояния отмечается только при появлении реальных больных. Итак, для группы обращавшихся к психиатрам неопределенность, сомнения, неуверенность, подозрения, что есть заболевшие и среди знакомых, являются такими же по воздействию стрессовыми факторами, как уже подтвержденные факты, что может быть связано с низкой толерантностью к неопределенности у людей данной группы. Это также может быть следствием трудностей дифференциации между фантазиями и объективной реальностью, показателем нарушения тестирования реальности и указывать на одно из направлений поддерживающей работы. Например, известно, что при хорошем контакте с врачом или психотерапевтом человек, страдающий психическим заболеванием, способен использовать его мнение для сверки с реальностью своих страхов и опасений. В этой ситуации также полезной может стать помощь в снижении субъективной неопределенности и в определении необходимых и достаточных защитных противоэпидемических мер.

Таким образом, полученные данные показывают, что люди, ранее обращавшиеся за психиатрической помощью, в ситуации пандемии COVID-19 более уязвимы к действию стресса и их состояние может потребовать повторного обращения за психиатрической и психотерапевтической помощью, к чему должны быть готовы специалисты области психического здоровья. Люди, обращавшиеся ранее за психиатрической помощью, переживают более сильный стресс от полученной информации о состоянии дел в городе, где они проживают. Предполагаемая близость угрозы для них субъективно практически эквивалентна реальной угрозе, что, вероятно, связано с имеющими-

ся у них нарушениями тестирования реальности и может частично компенсироваться при хорошем контакте со специалистом в области психического здоровья.

Анализ интерпретаций ситуации пандемии людьми, обращавшимися за психиатрической помощью

Восприятие опасности пандемии и информационного потока, который ее сопровождает, личностные особенности и психологические механизмы приспособления человека к угрожающей ситуации — все это находит свое отражение в индивидуальной интерпретации происходящего.

Смысловой анализ интерпретаций происходящего позволяет выделить такие важные особенности восприятия, как эмоциональная оценка ситуации, то, как человек оценивает эффективность принимаемых мер, доверие к информации, получаемой от властей, представителей области здравоохранения и ученых. Анализ интерпретаций происходящего дает возможность выделить мишени помощи людям, страдающим психическими заболеваниями, что способно ускорить и сделать более эффективной работу специалистов области психического здоровья, повысить качество оказываемой ими помощи.

Целью исследования стал анализ интерпретаций ситуации пандемии людьми, ранее обращавшимися за психиатрической помощью.

Всего было проанализировано 659 ответов на открытый вопрос «Что вы думаете о сложившейся ситуации в мире и стране», полученных с 22 марта 2020 г. по 13 января 2021 г., из которых 152 — от людей, обращавшихся ранее за психиатрической помощью, а 506 — от респондентов группы сравнения.

Для статистической обработки ответ на задаваемый вопрос кодировался экспертами-психологам. Были выделены следующие типы интерпретаций (в скобках приводим примеры ответов): 1) отрицание («*большая профанация*»), 2) теория заговора («*системный кризис спроектирован и запущен кем-то, кому это на руку*»), 2) рационализация («*все всё делают как нужно, минимизируют потери и заражения, насколько это возможно в каждой стране*»), 4) эмоциональный ответ («*кошмар*»). Кроме того, кодировалось упоминание следующих тем: «экономические проблемы», «неопределенность», «агрессия», «упоминание себя», «упоминание других», «осуждение других», «осуж-

Раздел 1

дение властей», «есть тема будущего», «замкнутое пространство/изоляция», «ощущение принадлежности», «негативный образ будущего», «надежды на окончание», «юмор», «позитивный образ будущего», «забота о других», «ощущение собственного вклада в борьбу с коронавирусом».

В анализе использовались ответы на вопросы об оценке своего состояния (уровня тревоги, подавленности), которые позволяли выбрать ответ по шкале Лайкерта от 0 до 10, вопрос о страхе за себя и/или близких, который позволял выбор по дихотомической шкале.

Для сравнения групп использовался критерии t Стьюдента и χ^2 Пирсона.

Группы не обращавшихся ранее за психиатрической помощью (группа 1, $N = 507$) и обращавшихся (группа 2, $N = 152$) статистически не различались по возрасту, процент обращавшихся к психиатру женщин был выше (см. таблицу 8).

Анализ показал, что респонденты, обращавшиеся ранее за психиатрической помощью, переживают более сильную тревогу, подавленность и страхи за себя и других (см. таблицу 9).

Анализ интерпретаций показал, что в группе обращавшихся к психиатру чаще негативно оценивается настоящее и будущее, что может отражать субъективные переживания незащищенности, опасности и объясняться трудностями совладания с тревогой и неопределенностью, которые возникают в ситуации пандемии или усиливаются ею (см. таблицу 10).

Результаты показывают смещение фокуса внимания у людей, обращавшихся ранее за психиатрической помощью, в сторону фиксации на собственном состоянии (чаще пишут о себе), что может

Таблица 8
Социодемографические характеристики выборки

Характеристики	Всего ($N = 659$)	Группа 1	Группа 2	Различия между группами
Пол				$p = 0,047$
Мужчины	133	87,2%	17,3%	
Женщины	526	75,5%	24,59%	
Возраст	$41,7 \pm 11,8$	$42,0 \pm 11,7$	$40,5 \pm 11,5$	$p = 0,171$

Таблица 9

Различия между группами по показателям тревоги, подавленности, страха за себя или других

Показатели	Группа 1	Группа 2	p
Тревога	4,774±2,590	5,533±2,489	0,000
Подавленность	3,861±2,988	4,945±2,926	0,000
Не боюсь	0,278±0,448	0,195±0,397	0,007

Таблица 10

Оценка различий интерпретаций между группами (в %)

Интерпретации	Группа 1	Группа 2	χ^2
Теория заговора	16,17	9,87	0,033
Про себя	13,21	20,39	0,022
Есть тема будущего	16,77	27,63	0,003
Негативный образ будущего	9,47	15,79	0,028
Взгляд на ситуацию из будущего	1,38	3,95	0,046
Плюсы ситуации	0,99	3,30	0,042
Гнев	2,17	5,92	0,023
Негативный образ настоящего	1,58	3,64	0,041
Любопытство, интерес	2,37	5,92	0,029

говорить о большей эгоцентричности их позиции по сравнению с контрольной группой.

Более низкий процент обращений к теориям заговора у группы респондентов, ранее обращавшихся к психиатру, вероятно, связан с тем, что от такого рода интерпретаций их может защищать наличие опыта получения психиатрической помощи, который помогает с доверием относиться к медицинской информации о COVID-19. Однако это может свидетельствовать и о наличии опыта признания собственных убеждений не соответствующими действительности, что приводит к настороженности в отношении своих выводов.

Таким образом, анализ интерпретаций ситуации пандемии COVID-19 людьми, обращавшимися ранее к психиатру, показал

выраженную амбивалентность их эмоциональных реакций, сосредоточенность на собственных переживаниях, более сильные тревожные и депрессивные реакции, а также такие негативные в долгосрочной перспективе компенсаторные стратегии по отношению к ситуации неопределенности, как фантазии о будущем негативно-го характера. Всё это должно учитываться специалистами и может стать целью их дальнейшей работы.

Исследование показало рост уровня психопатологической симптоматики (соматизация, депрессия, снижение качества сна и т. д.) во время первой волны пандемии в России; особенно этот рост заметен при появлении заболевших в ближайшем окружении. Рост психопатологической симптоматики, продолжившийся после смягчения или отмены ограничений, позволяет предполагать сохранение их отдаленных последствий в течение длительного времени.

Был зафиксирован рост интенсивности суицидальных идей, которые в свою очередь связаны с ростом депрессивной симптоматики, но обусловлены другими факторами. Было установлено, что увеличение показателей депрессивной симптоматики связано с ориентацией на «другого» человека и страхов за него, а выраженность суицидальных идей никак с этим не связана.

Высказывания респондентов о пандемии и ситуации в стране и мире отражают их эмоциональное состояние. Так, при высоком уровне тревоги в высказываниях имеет место повышенная эмоциональность с преобладанием отрицательных эмоций, беспокойства, гнева, страдания, чувства несправедливости. На смысловом уровне отмечается более частое использование тем тела, здоровья и смерти, которые связаны с высоким уровнем страха за свои жизнь и здоровье.

Результаты исследований демонстрируют большую уязвимость к стрессу от пандемии COVID-19 людей, ранее обращавшихся за психиатрической помощью. Предполагаемая близость угрозы для них по своему воздействию аналогична реальной угрозе, что, вероятно, связано с имеющимися у них нарушениями тестирования реальности и может частично компенсироваться при хорошем контакте со специалистом в области психического здоровья. Их интерпретации происходящего амбивалентны, эгоцентричны и указывают на неэффективность компенсаторных стратегий в долгосрочной перспективе.

Полученные результаты говорят о важности следующих мер:

- подготовки специалистов сферы соматического здоровья к увеличению потока пациентов с соматизированными формами тревоги и депрессии;
- налаживания сотрудничества специалистов соматической медицины со службой психического здоровья;
- усиления информирования о доступных в настоящее время способах снижения уровня стресса.

Пандемия COVID-19 еще не закончилась и продолжает оказывать влияние на психологическое состояние людей. Поэтому изложенные результаты, обобщая данные, полученные в 2020 г., не являются окончательными. Проводя аналогии с другими психотравмирующими ситуациями, такими как взрыв Всемирного торгового центра в Нью-Йорке (Hamwey et al., 2020), землетрясение в Армении (Мелик-Пашаян, Сукиасян, Амерханян, 1992), авария на ЧАЭС (Пуховский, 1993), можно предположить, что последствия пандемии COVID-19 будут отражаться на психическом состоянии людей еще в течение многих лет, даже после окончания непосредственного распространения инфекции (DiGrande et al., 2011). Поэтому необходимо продолжение исследований психопатологических проявлений, характера изменения базовых убеждений в зависимости от субъективной стрессогенности и длительности ситуации, индивидуально-личностных факторов и их вклада в переживание пандемии.

Литература

- Александровский Ю., Лобастов О., Спивак Л., Шукин Б.* Психогении в экстремальных условиях. М.: Медицина, 1991.
- Дворянчиков Н. В., Стариченко Н. В., Ениколопов С. Н.* Особенности восприятия и переживания «невидимого» стресса военнослужащими, работающими с источниками ионизирующих излучений // Журнал практического психолога. 2005. № 1. С. 49–54.
- Ениколопов С. Н., Бойко О. М., Медведева Т. И., Воронцова О. Ю., Казьмина О. Ю.* Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // Психолого-педагогические исследования. 2020. Т. 12. № 2. С. 108–126.

- Лебедев С. В., Ениколопов С. Н.* Адаптация методик исследования посттравматических стрессовых расстройств // Психологическая диагностика. 2004. № 3. С. 19–38.
- Мелик-Пашаян М. А., Сукиасян С. Г., Амерханян К. Т.* Соматизированные психические нарушения у лиц, пострадавших при землетрясении // Экспериментальная и клиническая медицина. 1992. Т. 32. № 1. С. 64–69.
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2. С. 47–83.
- Пуховский Н. Н.* Психопатология антропогенных катастроф // Медицина катастроф. 1993. № 1. С. 3.
- Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н.* Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 1. С. 82–118.
- Сорокин П. А.* Человек и общество в условиях бедствий: влияние войны, революции, голода, эпидемии на интеллект и поведение человека, социальную организацию и культурную жизнь. СПб.: Мирь, 2012.
- Тарабрина Н. В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2001.
- Юматов Е. А., Глазачев О. С., Быкова Е. В., Потапова О. В., Дудник Е. Н., Перцов С. С.* Взаимосвязь эмоционального стресса и сна // Вестник Международной академии наук. Русская секция. 2016. № 1. С. 5–14.
- Bendau A., Plag J., Kunas S., Wyka S., Strohle A., Petzold M. B.* Longitudinal changes in anxiety and psychological distress, and associated risk and protective factors during the first three months of the COVID-19 pandemic in Germany // Brain and Behavior. 2021. V. 11 (9). doi: 10.1002/brb3.1964
- Brooks S. K., Webster R. K., Smith L. E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N., Rubin G. J.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence // The Lancet. 2020. V. 395 (10227). P. 912–920.
- Caballero-Dominguez C. C., De Luque-Salcedo J. G., Campo-Arias A.* Social capital and psychological distress during Colombian coronavi-

- rus disease lockdown // *The Journal of Community Psychology*. 2021. V. 49 (2). P. 691–702.
- Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K.* Assessing coping strategies: a theoretically based approach // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. V. 56 (2). P. 267–283.
- Cellini N., Canale N., Mioni G., Costa S.* Changes in sleep pattern, sense of time and digital media use during COVID-19 lockdown in Italy // *Journal of Sleep Research*. 2020. 15 May.
- Clay J. M., Parker M. O.* Alcohol use and misuse during the COVID-19 pandemic: a potential public health crisis? // *The Lancet Public Health*. 2020. V. 5 (5). doi: 10.1016/S2468-2667(20)30088-8
- Derogatis L. R., Spitzer R. L.* The SCL-90-R and the Brief Symptom Inventory (BSI) in primary care // *Handbook of psychological assessment in primary care settings* / Eds M. E. Maruish. Mahwah, N.J: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 2000. P. 297–334.
- DiGrande L., Neria Y., Brackbill R. M., Pulliam P., Galea S.* Long-term post-traumatic stress symptoms among 3,271 civilian survivors of the September 11, 2001, terrorist attacks on the World Trade Center // *American Journal of Epidemiology*. 2011. V. 173 (3). P. 271–281.
- Epstein S.* CTI: Constructive Thinking Inventory: professional manual. Lutz, FL: Psychological Assessment Resources, 2001.
- Hamwey M. K., Gargano L. M., Friedman L. G., Leon L. F., Petrson L. J., Brackbill R. M.* Post-traumatic stress disorder among survivors of the September 11, 2001 world trade center attacks: a review of the literature // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. V. 17 (12). P. 4344.
- Hossain M. M., Sultana A., Purohit N.* Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence // *Epidemiology and Health*. 2020. V. 42. doi: 10.4178/epih. e2020038
- Lin L.-Y., Wang J., Ou-yang X.-Y., Miao Q., Chen R., Liang F.-X., Zhang Y.-P., Tang Q., Wang T.* The immediate impact of the 2019 novel coronavirus (COVID-19) outbreak on subjective sleep status // *Sleep Medicine*. 2021. V. 77. P. 348–354.
- Odriozola-González P., Planchuelo-Gómez Á., Irurtia-Muñiz M. J., de Luis-García R.* Psychological symptoms of the outbreak of the COVID-19 crisis and confinement in the population of Spain // *Journal of Health Psychology*. 2020. October 30. doi: 10.1177/1359105320967086

Раздел 1

- Pappas G., Kiriaze I. J., Giannakis P., Falagas M. E.* Psychosocial consequences of infectious diseases // *Clinical Microbiology and Infection*. 2009. V. 15 (8). P. 743–747.
- Pennebaker J. W., Boyd R. L., Jordan K., Blackburn K.* The development and psychometric properties of LIWC2015: Report. University of Texas at Austin, 2015. doi: 10.15781/T29G6Z
- Seeley K.* The psychotherapy of trauma and the trauma of psychotherapy: Talking to therapists about 9–11 // *International Affairs*. 2003. V. 1100. P. 3355.
- Sonderskov K. M., Dinesen P. T., Santini Z. I., Ostergaard S. D.* The depressive state of Denmark during the COVID-19 pandemic // *Acta Neuropsychiatrica*. 2020. V. 32 (4). P. 226–228.
- Tian F., Li H., Tian S., Yang J., Shao J., Tian C.* Psychological symptoms of ordinary Chinese citizens based on SCL-90 during the level I emergency response to COVID-19 // *Psychiatry Research*. 2020. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112992
- Vindegaard N., Benros M. E.* COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence // *Brain, Behavior and Immunity*. 2020. V. 89. P. 531–542.

Когнитивные и эмоциональные особенности отношения пользователей социальных сетей к пандемии

А. Л. Журавлев, Д. А. Китова

doi: 10.38098/fund_21_0442_04

Как известно, 11 марта 2020 г. Всемирная организация здравоохранения назвала вспышку COVID-19 пандемией, а главный санитарный врач страны Г. Онищенко отметил следующее: «...ВОЗ объявил пандемию коронавируса: главное — без паники и не терять бдительность» (Гамов, 2020). Этот призыв определяет основные психологические векторы пандемии, такие как возможность проявления панических настроений или беспечности в отношении мер социальной изоляции и применения средств индивидуальной защиты. Еще одной особенностью пандемии, которая имела выраженные психологические последствия, стало ее чрезвычайно быстрое распространение по всему миру: «...вирус, включая Россию, отметился во многих странах и континентах... в Америке, в Азии, в Европе и в Африке...» (там же). Дополнительной особенностью пандемии, также вызвавшей значимые психологические последствия, стали меры социальной изоляции — закрытие границ, прекращение железнодорожного и авиасообщения. Важно также, что пандемия оказала значимое отрицательное воздействие на экономики всех стран мира. И наконец, существенной с психологической точки зрения стала волна политических протестов против социальных ограничений, прокатившаяся по всему миру, что требует пристального внимания специалистов к социально-психологическим особенностям развития пандемии. Сложившаяся ситуация не только ломает привычный уклад жизни большого количества людей, но и вызывает множество вопросов, ответы на которые пока неочевидны и требуют специального изучения.

Исследование выполнено при поддержке РФФИ, проект № 20-04-60177.

Основные экономические проблемы в период зарождения пандемии можно определить следующими новостными строками: экономика мира в коллапсе, сотни тысяч людей остаются без работы, социальные ограничения и требования санитарной безопасности (ношение масок, к примеру) вызывают в западном мире протесты и бурные выступления, разработка вакцин порождает жесткую конкуренцию на фармацевтическом рынке и т. д.

Сбор информации о влиянии пандемии на экономические стороны развития общества осуществляется в режиме мониторинга во всем мире. Не стала исключением и Россия. Так, опросы, проведенные среди россиян Аналитическим центром НАФИ в конце марта и начале апреля 2020 г., выявили ведущие финансовые стратегии населения, используемые в условиях пандемии: в случае недостаточности сбережений россияне берут в долг у знакомых (49%), сокращают свои расходы (36%), находят дополнительную подработку (15%), оформляют кредит или используют кредитную карту (13%). Были опрошены 1600 россиян из 50 регионов, проживающие в 136 населенных пунктах (Лисицына, Фейнберг, 2020). Исследования этого же аналитического центра, проведенные среди представителей бизнеса, показали, что 69% российских предпринимателей считают влияние пандемии коронавируса на российскую экономику максимально негативным, 43% из них уверены, что ситуация нормализуется через год, а 73% указали, что бизнес остро нуждается в государственной поддержке, без которой основной массе предпринимателей выжить не удастся (Российский бизнес..., 2020).

Вместе с тем исследования вскрыли целый ряд труднообъяснимых с психологической точки зрения последствий сложившейся экономической ситуации. Так, например, на вопрос «Что вы ожидаете от будущего года лично для вас и вашей семьи?» 70% опрошенных ответили, что «год будет... удачным или хорошим», и лишь 25% респондентов ожидали, что «год будет скорее трудным» или «очень плохим», но при этом о будущем 2021 года для мира в целом они высказались менее оптимистично: удачным и хорошим прогнозировали его только 40%, а трудным и плохим — 51% респондентов.

В XXI веке развитие общества проходит в условиях доступности Интернета и информационно-психологических войн. Как одно из следствий, рубеж XX и XXI столетий отмечен взрывом протестной активности масс — американцев, греков, арабов, украинцев, рус-

ских и мусульман, которых не устраивает сложившийся порядок вещей. В этих условиях население России (особенно молодое поколение) объективно подвержено воздействию внешних и внутренних оппонентов, ориентированных на расшатывание политической стабильности и смену государственного строя, которые осуществляют через призывы к участию в протестных выступлениях. При этом понятно, что в любой стране мира у многих людей есть проблемы, требующие перемен. Это объективный процесс развития цивилизации, который обычно происходит двумя путями — либо революционно, через слом существующего порядка, либо эволюционно, через постепенное развитие, с сохранением культурных традиций.

В современных условиях одним из политических средств оппозиции чаще всего становится Интернет. Динамика возникновения оппозиции в сетевом информационном пространстве рассмотрена, например, в работе Д. Джуриса (Juris, 2004). Как утверждает автор, процессы социальных изменений формируют ряд типовых социально-протестных движений, в которые вовлекаются подростки и школьники. Группы типа толпы являются важной стороной жизни подростков, и членство в таких образованиях имеет важные последствия для их психологического и физического здоровья (Нестик и др., 2017). Молодому поколению в целом присуща готовность к участию в массовых мероприятиях, включая групповые протестные движения, где можно заявить о своей автономности и самостоятельности. Исследуются различные формы поведения неформальных групповых образований, в том числе подростковых толп (с риском для жизни и здоровья, агрессивно настроенных и т. п.), их характеристики по психологическим основаниям.

В основе протестных движений, конечно, лежат рациональные компоненты, такие как коллективные представления, мнения группы, групповые интересы и цели, но в не меньшей мере они определяются и аффективными потребностями, к которым относятся коллективные переживания, социальные чувства и настроения, как правило, не до конца осознаваемые, особенно в толпе (Психологические исследования..., 2018).

Как показал анализ СМИ, проблема коронавирусной инфекции лидирует среди основных социальных проблем в России. По данным ВЦИОМ, при ответе на вопрос «Каким россиянам запомнился 2020 год?» были получены следующие ответы: коронавирус (61% опро-

шенных), поправки к Конституции РФ (29%), самоизоляция, врачи, дистанционное обучение (каждое слово по 23%). Очевидно, что большинство событий связано с пандемией. Это относится и к событиям мирового уровня. Так, среди мировых событий 2020 г. респонденты указали на пандемию коронавируса в 42% ответов. Вместе с тем, в обыденном сознании россиян (и не только россиян) систематически звучат мнения о пандемии коронавируса как средстве гибридной и биологической войны, с помощью которого осуществляются глобалистские цели захвата власти в мире с уничтожением национальных суверенных государств, что также указывает на выраженный эмоциональный фон отношения к проблеме.

Психологическое воздействие пандемии и ее последствия также стали самостоятельной социальной проблемой. В частности, психологами отмечается, что люди, переживающие карантин или самоизоляцию, подвержены риску внезапного гнева, который возникает, если члены семьи одновременно подвергались изоляционным ограничениям в течение нескольких недель или месяцев подряд (Vavel et al., 2020). В эпидемиологический период в научный оборот вошли не только такие общие понятия, как «коронакризис», но и понятия с узко психологическим контекстом, такие как «вынужденная близость» и «вынужденная близость с семьей». Изучение проблемы позволило сделать выводы о том, что для предупреждения агрессивных форм поведения и насилия в семье необходимо сформировать более терпимое отношение к стрессу, что может усилить положительные эмоции, уменьшить негативные психологические симптомы, снизить их вред для здоровья и повысить адаптивные характеристики членов семьи в условиях острого стресса (там же). Выявлено, что во время вспышек болезней беспокойство населения может резко возрастать после первой смерти, что усиливается одновременным тиражированием сообщений в многочисленных СМИ. Учеными отмечается, что несмотря на эти сложные психологические обстоятельства жизнедеятельности населения в период эпидемий большинство медицинских работников (работающих в изоляторах и больницах) не проходят специализированной подготовки по оказанию психологической (тем более — психиатрической) помощи. В частности, как следствие этого обстоятельства, предполагается, что массовый карантин вызовет серьезные стрессы и беспокойство, а чувство страха может оказаться наиболее сохраняющимся его следствием. Извест-

но, что в такой ситуации уязвимы не только пациенты, но и сами медицинские работники. Как итог можно констатировать, что эпидемия COVID-19 выявила потенциальные пробелы в услугах по охране психологического здоровья населения во время чрезвычайных ситуаций (Lima et al., 2020).

Отмеченные особенности когнитивных и эмоциональных компонентов отношения населения к событиям в стране, связанным с распространением пандемии, выступают значимой социальной проблемой, способной привести к непредсказуемым общественным последствиям, а их учет является актуальной научно-практической проблемой, требующей пристального внимания. Такое понимание ситуации стало основанием для нашего обращения к анализу психологических особенностей отношения населения к коронавирусной инфекции.

В настоящее время можно указать на ряд важных социогуманитарных исследований, зародившихся в условиях пандемии. Среди *теоретических* работ следует выделить такие, как фундаментальная оценка стоимости рыночных активов в условиях неопределенности рынков из-за текущего экономического спада (Т. Н. Юрьевич), национальная безопасность и особенности развития России в период пандемии (В. А. Масликов), математическая модель распространения коронавирусной инфекции (А. А. и В. А. Шамрай), перспективы развития и модернизации сферы здравоохранения в России в целом и в регионах, а также оценка их эффективности (М. А. Ревенкова), прогнозируемые последствия эпидемии COVID-19 для мировой экономики (А. В. Махова, Г. Р. Бабич), дистанционное образование во время пандемии (С. В. Шайтура), государственная поддержка внешнеторговой деятельности предприятий (Е. К. Евстегнеева), сельскохозяйственный потенциал страны и роль сельскохозяйственных потребительских кооперативов в снабжении населения в условиях пандемии (Б. Р. Юлдыбаев) и т. д.

В условиях пандемии был рассмотрен и ряд научно-практических проблем: особенности обращения использованных индивидуальных средств защиты в условиях пандемии коронавируса (С. А. Донцов), последствия влияния пандемии на покупательскую способность населения (А. А. Токшаринов), мотивационный институт поддержки продовольственной системы в условиях импортозамещения (М. В. Муравьева), методы борьбы с распространени-

ем эпидемии коронавируса путем административных взысканий (В. С. Белкин), проблема правовых злоупотреблений в условиях угрозы безопасности жизни и здоровью (В. В. Богдан), действие условий договора на авиаперевозки в связи с пандемией (Е. А. Гринемаер).

Необходимо обратить внимание на исследования зарубежных авторов, которые начались практически на этапе зарождения пандемии: стратегии сохранения бизнеса в условиях принудительных ограничений хозяйственной деятельности (Мэтью Кан), особенности принятия управленческих решений политиками, предпринимателями и менеджерами в сфере здравоохранения (Ларс Питер Хансен), поведенческие стратегии безработных в условиях беспрецедентных увольнений (Дэвид Фиглио), эмоциональное благополучие детей в условиях социальных угроз (Диллон Браун), поиск источников информации с высоким уровнем доверия со стороны населения и динамика эмоциональных состояний на разных этапах развития пандемии (Элен Питерс) и т. д. (подробнее см.: Cornwall, 2020). Позже, в процессе *развития* пандемии, стали исследоваться и новые ситуации, такие как динамика восприятия угроз и защитные механизмы, проявившиеся в поведении американцев (Wise et al., 2020); особенности противодействия дезинформации о коронавирусе в социальных сетях (Pennuscook et al., 2020); возрастание числа преступлений на этнической почве в связи с распространением коронавируса (Russell, 2020); динамика формирования волонтерских групп в Великобритании в условиях пандемии (Booth, 2020) и т. д.

В современной литературе можно выявить большое количество психологических исследований в контексте анализа пандемии и ее последствий: изучаются восприятие угроз социального контекста и психологические особенности изменения научной коммуникации; специфика согласования индивидуальных и коллективных интересов, анализ проблем лидерства, стресса и его преодоления; характер психологического сопротивления эпидемиологической ситуации и динамика протекания коллективных эмоций; анализ психологического самочувствия людей в условиях экономической депривации и безработицы, — в частности, его отражения в социальных сетях и т. д. Этот список можно продолжить.

Важно указать и на ряд частных исследований, отражающих основные психологические условия протекания пандемии в России: о «психологии смыслов» (Е. В. Федосенко), о суицидах (Е. Б. Лю-

бов, П. Б. Зотов), о психологических особенностях переживания неопределенности (И. Г. Скотникова, П. И. Егорова, Ю. Л. Дубинская., Л. С. Жиганов), о влиянии массмедиа на психологические реакции людей в ситуации эпидемии коронавируса (Т. А. Кубрак, В. В. Латынов), о социально-психологическом контексте распространения коронавирусной инфекции (Д. В. Ушаков, А. В. Юревич, Т. А. Нестик, М. А. Юревич), об общественных настроениях и субъектности сетевого сообщества в период пандемии (на примере социальной сети Твиттер) (Ю. В. Ковалева, А. Л. Журавлев).

В отдельную группу целесообразно объединить исследования, проведенные в Интернете, который давно уже выступает наиболее оперативным ресурсом репликации социальных процессов. Изучаются следующие проблемы: особенности продвижения бизнеса в социальных сетях в период кризиса (Д. А. Торгушникова); массовые коммуникации с молодежью в социальных сетях на примере кампании самоизоляции из-за коронавируса (М. Р. Душкина); анализ социальной реакции на пандемию коронавируса на примере социальной сети «В контакте» (Г. К. Молотков, С. С. Гончаров); пандемия коронавируса как драйвер цифровизации экономики (Т. В. Шагинян); эпидемия в зеркале медийного дискурса: факты, оценки, позиции (В. И. Карасик); информационная политика массмедиа в кризисных ситуациях, – в частности, формирование контента и управление коммуникациями (Т. А. Кубрак, В. В. Латынов) и др.

Таким образом, научный потенциал разработки проблемы можно определить как практически безграничный, затрагивающий разнообразные сферы жизнедеятельности общества и все основные отрасли социогуманитарных наук.

Исследование когнитивной структуры интереса пользователей социальных сетей «Яндекс» и «Google» к пандемии (по материалам онлайн-запросов)

Исследование, результаты которого мы здесь хотим изложить, было посвящено изучению особенностей протекания пандемии коронавируса посредством анализа интернет-ресурсов (подробнее см.: Журавлев, Китова, 2020а). Целью работы стал не только анализ закономерностей становления и развития интереса пользователей к коронавирусной инфекции, но и более широкая констатация воз-

возможностей изучения психологических явлений в Интернете (Китова, 2019).

На первом этапе данного исследования в качестве теоретической платформы был использован такой психологический феномен, как «интерес» к коронавирусной инфекции. Известно, что интересы людей определяют направление их деятельности, формируют мотивы жизнедеятельности и социального поведения: «Категория интереса выработана в истории социальной мысли для обозначения реальных причин общественных и индивидуальных действий, которые неизбежно должны пройти через *сознание* людей» (Здравомыслов, 1986, с. 19). Обращение к феномену сознания переводит анализируемую категорию в область интересов психологического сообщества, которое рассматривает интерес как объективно обусловленную *направленность сознания*, или как *осознанную потребность* (Р. Е. Гукасян и С. Н. Кожевников). Таким образом, под интересом мы будем понимать *избирательную направленность* личности на изучение/познание определенных предметов и явлений окружающей действительности. *Объектом* исследования выступили пользователи поисковой системы «Google», а *предметом* – запросы информации о коронавирусной инфекции.

Для получения информации о закономерностях *формирования* интереса к коронавирусной инфекции мы обратились к публичному web-приложению корпорации «Google» – Google Trends. Оно показывает, как часто определенный термин ищут в Интернете относительно к общему объему поисковых запросов.

Следующая позиция связана с тем, что приложение Google Trends позволяет увидеть популярность слова с визуализацией по регионам: по всему миру, континентам, странам и т. д. Избранный нами режим «по всему миру» показал, что запрос «коронавирус» популярен в различных регионах мира и на различных языках (см. рисунок 1). Числа на рисунке 1 указывают на уровень интереса к термину «коронавирус» по отношению к наиболее высокому показателю для определенного региона в конкретный период времени (динамика популярности): 100 баллов означает наивысший уровень популярности запроса. Как мы видим, начиная со второй половины января 2020 г. запросы с термином «коронавирус» стали активно появляться в поисковой системе «Google», в первой половине апреля они достигли своего пика, в мае стали сокращаться в режиме ломаной кри-

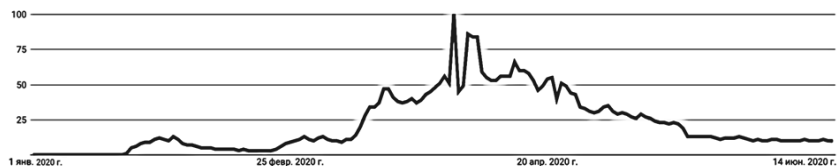


Рис. 1. Динамика популярности (в %) термина «коронавирус» в поисковой системе «Google» с 1 января по 14 июня 2020 г.

вой, а в июне 2020 г. стабилизировались на относительно низком уровне.

Интерес к проблемам распространения коронавирусной инфекции проявляют пользователи практически всех стран мира, имеющие доступ к поисковому сервису «Google»: на рисунке 2 отражена степень популярности запросов по коронавирусу, осуществленных из разных стран мира.

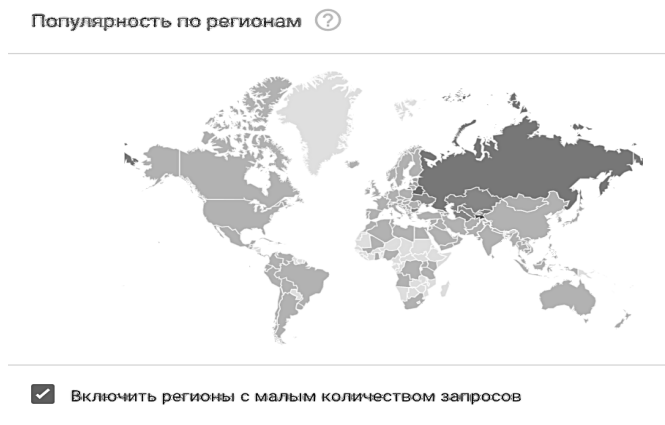


Рис. 2. Степень популярности термина «коронавирус» у пользователей поисковой системы «Google» разных стран мира (глубина оттенков серого соответствует интенсивности запросов; состояние на 20.03.2020 г.)

Обобщая результаты, можно отметить, что интерес к данной теме проявляют практически все жители планеты, которым доступен анализируемый ресурс (данные за приведенный выше период времени – январь–июнь 2020 г), его можно охарактеризовать как *активный*

и глобальный. Это первая позиция. Вторая связана с тем, что существует ряд факторов, которые обуславливают интенсивность или умеренность интереса к проблеме коронавирусной инфекции, усиливая его (в феврале) или снижая (в мае и июне) в сравнении с «пиковой активностью» (практически в 10 раз). Природа этих изменений требует дальнейшего специального анализа.

К сожалению, динамика популярности слов, предлагаемая приложением Google Trends, позволяет увидеть лишь *относительные* характеристики интереса к термину, но не дает возможности анализировать характеристики запросов в ином измерении, — количественном, например.

Для анализа количественных характеристик запросов о коронавирусе (интенсивности) нами были выбраны три наиболее популярных запроса в поисковой системе «Google» за 2019 г. Такими оказались запросы «Евровидение – 2019», «30-летие падения Берлинской стены» и «Бой Хабиба Нурмагомедова и Дастина Пуарье». Ниже, на рисунке 3 размещен график, который отражает наиболее популярные запросы в Google за 2019 г. в сопоставлении с популярностью запросов «коронавирус» в 2020 г.

На рисунке 3 наглядно видно, что все наиболее яркие события, зафиксированные в системе «Google» в 2019 г., выраженно теряют свою значимость в соотношении с запросом «коронавирус». Таким образом, интенсивность интереса к «коронавирусу» можно охарак-

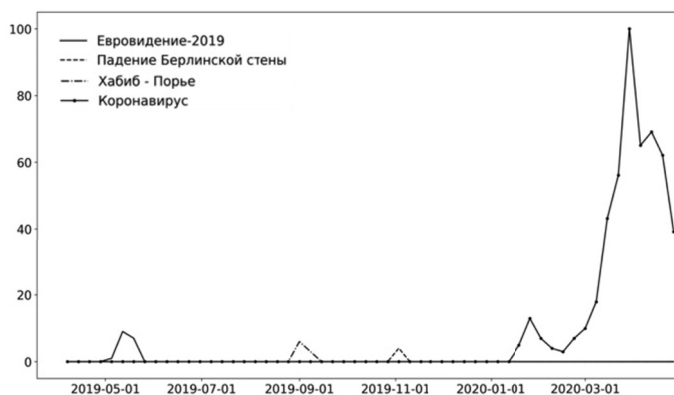


Рис. 3. Интенсивность запросов «коронавирус» весной 2020 г. в сравнении с наиболее популярными запросами 2019 г.

теризовать не только как достаточно выраженную, но и как исключительно высокую.

Какие же факторы оказывают воздействие на психологическую выраженность интереса к информации о пандемии? Для ответа на этот вопрос мы обратились к статистическим данным, отражающим особенности протекания пандемии в различных странах мира. Для первичного анализа использовались статистические данные о случаях заражения коронавирусом и числе смертей от коронавирусной инфекции в целом по России и отдельно по Москве. Полученные данные мы сопоставили с динамикой запросов по термину «коронавирус» (см. рисунок 4).

Сравнительный анализ запросов в поисковой системе «Google» с количеством заболевших коронавирусом россиян и числом смертей показывает высокую соотносимость данных между запросами по термину «коронавирус» и количеством заболевших. Можно утверждать, что уровень интереса к коронавирусной инфекции пользователей Google прямо соотносится с интенсивностью распро-

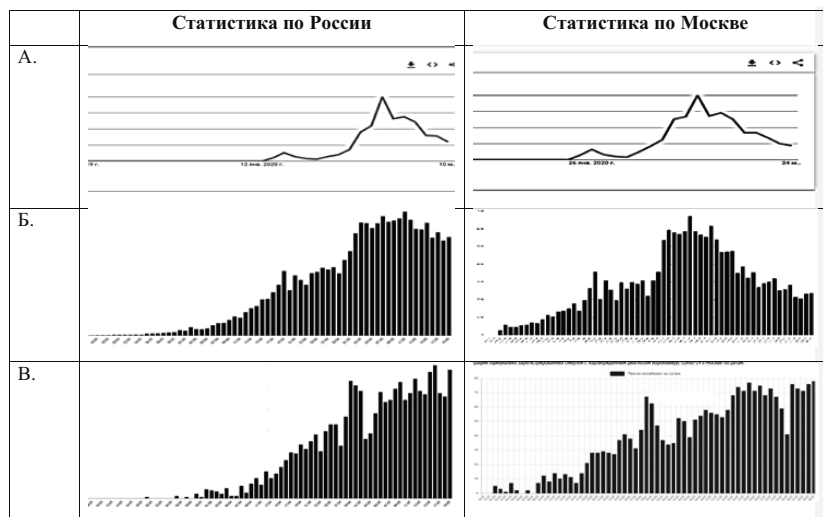


Рис. 4. А) Популярность термина «коронавирус» в Google Trends в России с 12 января до 10 марта 2020 г. и в Москве с 26 января по 24 марта 2020 г. Б) Количество заболевших в России с 16 марта по 19 мая 2020 г. и в Москве с 30 марта по 30 мая 2020 г. В) Число смертей в России с 16 марта по 19 мая 2020 г. и в Москве с 30 марта по 30 мая 2020 г.

странения пандемии: чем больше количество заболевших, тем выше интерес к ней. Как наглядно представлено на рисунке 4, такого рода синхронность показателей количества запросов термина «коронавирус» и числа смертей от одноименной инфекции не выражена.

Наличие указанного рода взаимосвязей, а именно степени распространения пандемии и уровня интереса к ней, можно проследить и по Москве, где пандемия в тот период уже пошла на спад. Представленные графики наглядно демонстрируют близкие к линейному характеру взаимосвязи частоты выявленных случаев заражения коронавирусной инфекцией и количества соответствующих запросов.

Если взять за основу сформулированное выше предположение о линейной взаимосвязи количества заболевших в конкретном регионе и количества запросов о коронавирусе, то интерес к информации о пандемии в различных странах мира должен проявляться по-разному. В частности, должен быть выражен следующий эффект: чем выше количество заразившихся коронавирусной инфекцией в конкретном регионе, тем выше к ней интерес пользователей Google, проживающих на данной территории. Кроме того, различными должны быть сроки появления анализируемых запросов, динамика их интенсивности, а также сроки «угасания» интереса к пандемии.

Для проверки выдвинутого предположения снова обратимся к статистике запросов Google. Так, на рисунке 5 представлена популярность запросов «коронавирус» в шести странах мира: Китае, Италии, Республике Корея, Испании, Гонконге и России. Основанием анализа запросов именно из этих стран является тот факт, что к июню 2020 г. пандемия именно в них прошла свои пиковые значения и стабильно продолжала снижаться.

Даже при беглом взгляде на данные рисунка 5 становится очевидно, что представленные графики запросов пользователей, несомненно, отражают информацию о характере протекания пандемии в этих странах. Так, в Китае пик запросов пришелся на середину февраля, а в Италии и Республике Корея — на начало марта, что соотносится с реальными этапами протекания пандемии в этих странах. Из графиков также видно, что если Корея сравнительно быстро справилась с пандемией, то в Италии период борьбы с ней оказался более продолжительным. Испанию, в свою очередь, отличает от всех остальных стран протяженность пикового периода пандемии, и, как видно из графика запросов, это единственная страна со «срезанным», тра-

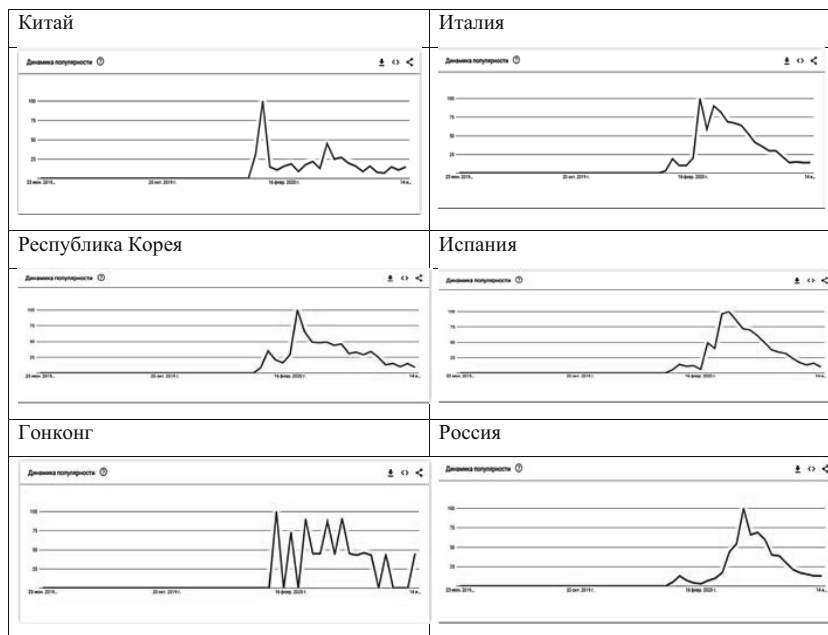


Рис. 5. Динамика популярности термина «коронавирус» в различных странах мира (за период 23.06.2019–14.06.2020)

пециевидным пиком, характеризующим затяжной период нахождения страны на стадии плато.

Еще одной особенностью, которую можно проследить, опираясь на запросы пользователей, является «молниеносный» выход на пик пандемии в Китае и Италии, которые первыми приняли ее удары и оказались не готовы к неожиданно масштабному и интенсивному распространению инфекции. Печально известен факт, связанный с кризисом здравоохранения в Италии: заразившимся не хватало больничных коек, оборудования, препаратов, наблюдался острый дефицит медперсонала. Другие страны Евросоюза имели время (хотя и непродолжительное) для осознания масштабов катастрофы, разработки диагностических тестов, введения карантинных мер, подготовки больниц и медперсонала. В этом отношении значительные преимущества по протяженности времени выхода на плато получила Российская Федерация, что также заметно на графике соответствующих запросов. Для «мягкого вхождения» в пандемию у России

были, возможно, и другие преимущества. Например, журналисты издания *The New York Times* выразили мнение, что западные санкции позволили России накопить огромные финансовые резервы и РФ оказалась подготовлена к пандемии коронавируса лучше всех стран (NYT: санкции помогли..., 2020). Как бы то ни было, но режим медленного (постепенного) «восхождения» на пик пандемии помог России оперативно подготовиться к принятию «удара», чего не случилось в Китае или Италии. Снова возвращаясь к Китаю, можно отметить, что для этой страны «молниеносным» оказался не только вход в кризис, но и выход из него, что не является характерным для других стран. В этом отношении можно рассуждать и дальше, но цель анализа иная.

Несмотря на многообразие сценариев протекания пандемии, общим для всех анализируемых стран является тот факт, что статистика запросов в поисковой системе «Google» практически в синхронном режиме запечатлела историю развития пандемии на территории каждой из переживших ее стран. В этом аспекте можно обратить внимание и на ситуацию в Гонконге, которая еще раз демонстрирует и уникальность протекания пандемии в различных странах мира, и отражение ее характера в поисковых запросах жителей соответствующих территории. Это явление — взаимосвязь количества заболевших и поисковых запросов — можно определить как закономерное в условиях первой волны пандемии.

Несомненен тот факт, что всемирный интерес к пандемии коронавирусной инфекции, отраженный на общемировом (глобальном) графике запросов термина «коронавирус» (см. рисунок 1), является итогом «лоскутного», «мозаичного» отражения частных историй заражения людей в различных странах мира, а не продуктом «совместного проживания» или переживания одного общего (единичного) случая. Для точности понимания данного феномена в качестве такого «совместного проживания единичного случая», можно указать на «солидарный» интерес пользователей к «Евровидению» или бою Хабиба Нурмагомедова и Дастина Пуарье, о которых говорилось выше.

Общим выводом из приведенных рассуждений становится утверждение о том, что интерес к пандемии с психологической точки зрения детерминирован стремлением людей к персональной безопасности. В качестве альтернативной детерминации можно ука-

зять, например, на сочувствие к заболевшим (или умершим) людям в разных уголках мира (хотя наличие у пользователей сочувственного отношения приведенными примерами никак не отрицается). Личностный характер переживаний, усиливаясь по мере приближения пандемии к месту проживания (пребывания) конкретных людей, приобретает региональный, общегосударственный или глобальный размах, но при этом является итогом *частных переживаний* людей, т. е. выявленный характер переживаний нельзя назвать солидарным социально-психологическим состоянием мирового сообщества, хотя он и носит глобальный характер.

Перейдем к рассмотрению результатов второго этапа эмпирических исследований. Если говорить о пандемии в терминах теорий чрезвычайных ситуаций, то ее возникновение и развитие проходит несколько стадий, изучение каждой из которых может давать с трудом соотносимые между собой результаты. Наше исследование было направлено на изучение психологических особенностей проявления интереса пользователей поисковых систем «Google» и «Yandex» (наиболее часто используемых в России брендов) к пандемии коронавируса. Их интерес изучался на протяжении более семи месяцев — с начала апреля и до конца ноября 2020 г.

Полученные результаты позволили выделить характерные особенности проявления интереса пользователей к информации о пандемии коронавируса и обозначить три основных этапа, которые трудно соотносимы между собой как по продолжительности временных периодов протекания, так и по интенсивности проявленного интереса к анализируемой информации.

Изначально предполагалось, что интерес к информации о пандемии коронавируса будет выражаться в характере поисковой активности пользователей, направленной на поиск конкретной информации. Необходимость исследования «цифровых следов», т. е. уже совершенных пользователями действий, потребовало обращения к праксиметрическим методам психологического анализа и опоры на уже известные в науке и доказавшие свою валидность психологические концепции.

Объектом исследования выступили пользователи поисковых систем «Google» и «Yandex», предметом — содержание их запросов, реализованных в условиях пандемии, которые включали в себя слово «коронавирус». Было обработано более одного миллиона запросов.

Целью исследования стало выявление психологических факторов интереса пользователей поисковых систем к информации о коронавирусной инфекции.

Теоретическими основаниями исследования выступили положения об *интересе личности* как психологическом феномене. В самом обобщенном виде теоретические позиции можно свести к следующим пунктам: интересы функционируют на основе ведущих потребностей человека, определяют характер его социальной активности, характеризуются осознанностью, направленностью на конкретные объекты и различаются по уровню устойчивости (Апреликова, Китова, 2018; Здравомыслов, 1986; Китова, 2005). Цель обращения к данным положениям связана с тем, что эмоции, чувства и переживания оказывают влияние на когнитивный выбор информации: концентрация внимания происходит лишь на той информации, которая вызывает интерес или представляется важной. При таком подходе полученные результаты можно рассматривать в рамках классических теорий о взаимной обусловленности когнитивных и аффективных факторов в поведении человека. Данные позиции подробно описаны в научных представлениях о системном подходе в психологии Б. Ф. Ломова, эмоциональной детерминации отношений Б. Г. Ананьева, эмоциональной регуляции когнитивной деятельности О. К. Тихомирова и др. В рамках данного исследования *потребность в безопасности* можно рассматривать как систему регуляции интереса личности к информации о пандемии, которая реализуется на когнитивном и аффективном уровнях одновременно.

Приложение Google Trends отражает информацию о том, как часто определенное слово или термин ищут по отношению к общему объему поисковых запросов в различных регионах мира и на различных языках. Обращение к статистике слов, представленных в поисковой системе «Google», позволяет проследить хронологию пользовательских запросов о коронавирусе, их количественное и региональное своеобразие. Аналогичным образом проводился анализ запросов о пандемии коронавируса в поисковой системе «Яндекс». В частности, анализ характера запросов на данном ресурсе был сделан через обращение к приложению «Статистика слов на Яндексе». Обобщение и интерпретация запросов пользователей были произведены с помощью контент-анализа (подробнее о методе см.: Социальная психология..., 2014), посредством изучения словосочетаний,

представленных в заявленных приложениях. Задачами анализа стали распределение уточняющих слов по определенным смысловым категориям (темам), формирование тематических подгрупп путем простого подсчета повторов конкретных слов в запросах и частотный анализ встречаемости этих слов и словосочетаний.

Когнитивная структура интереса к коронавирусной инфекции в поисковой системе Яндекс в «первую волну» пандемии

В проведенном исследовании начального этапа пандемии коронавируса в России анализировались *запросы пользователей*, представленные в приложении «Статистика ключевых слов на Яндексе». Предлагаемое ниже обсуждение запросов пользователей подготовлено с помощью контент-анализа, посредством изучения содержательного наполнения слов и их сочетаний, представленных в приложении «Статистика слов на Яндексе». Единицами анализа выступили слова-связки, которые употреблялись со словом «коронавирус». Задача исследования заключалась в распределении уточняющих слов по определенным смысловым категориям (темам). После выделения тематических подгрупп производилась регистрация повторов конкретных единиц (слов) в запросах и осуществлялся их частотный анализ простым подсчетом количества повторений.

В целом интерес к проблеме коронавируса оказался очень *динамичным*: за четыре месяца он вырос с одного запроса в день (12 декабря) до 79542212 запросов (11 апреля). Выявлено, что интерес к информации о пандемии тесно связан с количеством зараженных в том или ином регионе. Так, по данным Яндекса (региональную популярность слов рассчитывает Яндекс: выше 100% – популярное слово, ниже – непопулярное), в этот период (11 апреля) наиболее высокий интерес к проблеме демонстрировали пользователи Северо-Западного (115%) и Центрального (120%) регионов, а в мало затронутых инфекцией регионах он колебался в диапазоне от 66% (в Дальневосточном федеральном округе) и до 96% (в Южном федеральном округе).

Анализ содержания запросов позволил выделить семь тематических подгрупп, в соответствии со смысловой нагрузкой (категориями), информационной наполненностью (содержанием), количеством запросов и примерами вспомогательных слов. Сгруппированные по предложенным параметрам запросы представлены в таблице 1.

Раздел 1

Таблица 1

Структура запросов информации о коронавирусе, сделанных россиянами в поисковой системе «Яндекс» во время первой волны пандемии

№	Запросы	Показы в месяц
1	Коронавирус – новости	64603341
2	Клиническая картина болезни	18004210
3	Прогнозы развития ситуации	7413498
4	Ограничительные меры	5295355
5	Официальные сайты о коронавирусе	3177213
6	Социальные проблемы и ситуации, связанные с пандемией	4236282
7	Разное	3177213
	В том числе: миф или реальность?	1059071
Итого по странам СНГ		103907118
В том числе по России		79542212

Как видно из этой таблицы, структурно и иерархически приоритеты пользователей располагаются следующим образом: 1) новостная информация; 2) клиническая картина заболевания и возможные сценарии его распознавания; 3) прогнозы развития и предполагаемая широта охвата пандемией различных территорий; 4) ограничительные меры по преодолению пандемии; 5) поиск официальных или специализированных сайтов, посвященных вопросам, связанным с пандемией; 6) социальные проблемы и ситуации, которые регулируются государством с целью сдерживания пандемии; 7) некоторые частные, не вызывающие массового интереса, темы, связанные с пандемией.

Повышенный интерес к информации о пандемии (ранги 1–3) и меньшая выраженность интереса к ограничительным мерам (ранг 4) свидетельствуют о *когнитивном* (возможно, неосознанном) сравнении ожидаемых угроз (ущерба) и обращении интереса к более значимому, хотя и менее ощутимому физическому фактору.

В силу значительного объема запрашиваемой информации мы сочли возможным рассмотреть *интерес к новостному формату информации* как относительно самостоятельную проблему, выделив

структуру этих интересов и ее социально-психологическую обусловленность. Полученные результаты обобщены и представлены на рисунке 6 в удобном для зрительного восприятия и анализа формате. Соотношение площади элементов изображения соответствует количественной (пропорциональной) наполненности каждой позиции.

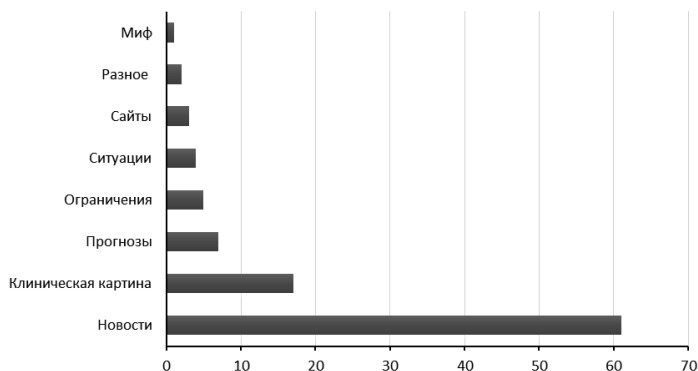


Рис. 6. Когнитивная структура интереса к информации о пандемии по результатам запросов пользователей поисковой системы «Яндекс», март 2020 г. (в тыс. запросов)

С когнитивной точки зрения, пользователей более всего интересуют:

- новые знания – что нового выявлено об инфекции (потребность в знаниях о сущности явления);
- динамика распространения пандемии, т. е. в каком географическом направлении и с какой скоростью распространяется инфекция, каково количество заразившихся (потребность в оперативной информации);
- визуализированная информация, например онлайн-карта распространения заболеваний коронавирусом и т. п. (потребность в удобной форме для восприятия и анализа);
- количество погибших – информация запрашивается с учетом возрастной специфики (потребность в оценке рисков) для своей категории.

Из представленных данных можно заключить, что структурно-когнитивная композиция интереса пользователей к информации

о пандемии соотносится ими с мысленной реализацией интеллектуально-практической модели по обеспечению (контролю) личной безопасности (см. рисунок 6). Это отражается в структурной и иерархической конструкции интереса к пандемии: сущность – динамика – профилактика – симптомы – мониторинг угроз. Таким образом, можно констатировать, что когнитивной целью информационного анализа выступает обеспечение безопасности (собственной и своих близких), что одновременно выступает и ведущим мотивом интереса пользователей к информации о пандемии (см. выше), – в этом проявляется известный эффект «сдвига мотива на цель».

В ходе анализа были выявлены следующие ключевые составляющие структурно-когнитивной композиции интереса пользователей к информации о пандемии:

- *новости* – стремление оперативно получать информацию о происходящих изменениях в мире или регионах; выявлено 64603341 запроса: вспомогательные слова – «последние», «сегодня», «за сутки», «в мире», «в России», «в Москве» и т. д.;
- *симптомы болезни* – желание узнать информацию о совокупности симптомов, методах лечения, осложнениях и продолжительности протекания болезни; выявлено 18004210 запросов: вспомогательные слова – «симптомы», «признаки», «профилактика», «осложнения» и т. д.;
- *прогнозы развития ситуации* – интерес к суждениям компетентных специалистов, предполагаемым вариантам и срокам развития пандемии; выявлено 7413498 запросов: вспомогательные слова – «сколько заболеют», «когда спадет», «сколько умрет», «когда вакцина», «прогноз – Россия» и т. д.;
- *ограничительные меры* – пользователей интересуют режимные меры, условия перемещения по городу, региону; выявлено 5295355 запросов: вспомогательные слова – «ограничения», «штрафы», «пропускной режим» и т. д.;
- *сайты о коронавирусе* – интерес связан с поиском полной информации о коронавирусе по российским и зарубежным ресурсам; выявлено 3177213 запросов: вспомогательные слова – «Коронавирус РФ», «Стоп коронавирус», «Коронавирус – официальный сайт», «ВОЗ-сайт» и т. д.;

- *социальные ситуации* – интерес к срокам возобновления привычного образа жизни; выявлено 4236282 запроса: вспомогательные слова – «диспансеризация», «открытие школ», «призыв» и т. д.;
- *разное* – интерес связан с поиском конкретных событий, блогов, форумов и т. д.; выявлено 3177213 запросов: вспомогательные слова – «штаб», «религия», «мемы», «цены в Крыму», «лаборатория в Ухани» и т. д.

Когнитивная структура интереса к коронавирусной инфекции в поисковой системе «Google» в первую волну пандемии

В составе функций веб-приложения Google Trends существует возможность получать информацию по числу показов не только с ключевым словом, но и со связанными с ним словосочетаниями («коронавирус новости», «коронавирус в России», «коронавирус симптомы» и т. д.) – топы наиболее популярных тем. Наиболее популярным «словам-спутникам» система «Google» присваивает 100 баллов, менее популярные словосочетания, соответственно, получают меньше баллов. Запросы, количество которых заметно выросло по сравнению с предыдущим периодом времени, отмечаются как популярные, а запросы, по которым активность пользователей возросла чрезвычайно, отмечаются надписью «сверхпопулярность». Ученные в соответствии с описанными выше принципами данные представлены в таблице 2.

Таблица 2

Наиболее популярные темы с термином «коронавирус»

№	Категории	Баллы
1	Новости + коронавирус	100
2	Коронавирус + Россия*	67
3	Коронавирус + рекомендации	65
4	Коронавирус + статистика	47
5	Онлайн-карта + коронавирус	24
6	Коронавирус + симптомы	19
7	Официальный сайт + коронавирус	19

Обозначения: * – регионы выбираются самые разные.

Приведенные в Google Trends результаты показывают, что использованные в запросах вспомогательные слова, употребленные со словом «коронавирус», можно распределить по семи тематических подгруппам: *новости* – стремление пользователей оперативно получать информацию о происходящих в данный момент или о недавних событиях, связанных с коронавирусной инфекцией; *территория* – желание пользователей осознать уровень угрозы на территории их проживания; *рекомендации* – запрашивается система профилактических мер для защиты от инфицирования; *статистика* – пользователей интересует количество заразившихся и (или) умерших, что можно рассматривать как показатель динамики развития опасной ситуации; *онлайн-карта* – это отражение предыдущей позиции, но в более удобном/быстром для восприятия формате; *симптомы (клиническая картина болезни)* – желание узнать информацию о совокупности симптомов, связанное, вероятно, с необходимостью быстрее распознать угрозу, если она возникнет; *официальные сайты* – интерес к профессионально выверенной, достоверной и оперативной информации о вирусе.

Как видно из таблицы 2, *приоритеты* пользователей сосредоточены (по порядку убывания популярности): 1) на новостной информации; 2) на том же с акцентуацией на положение дел в районе территории проживания; 3) на поиске рекомендаций по профилактике заболеваемости; 4) на динамике развития ситуации; 5) на том же с возможностью получения информации мгновенно, посредством онлайн-карт, 6) на стремлении оперативно распознать факт инфицирования и 7) поиске обновляемой информации на специализированных сайтах.

Из представленных данных можно заключить, что структурно-когнитивная композиция интереса пользователей к информации о пандемии соотносится с мысленной реализацией интеллектуально-практической модели по обеспечению (контролю) личной безопасности. Такое восприятие ситуации проявляется в структурной и иерархической конструкции интереса к пандемии: сущность – динамика – профилактика – мониторинг распространения – мониторинг самочувствия – поиск обновленной информации. Таким образом, можно констатировать, что в основе интереса к пандемии лежит мотив обеспечения личной безопасности (своей и своих близких).

Общим выводом является подтверждение приоритетной детерминации интереса к пандемии заботой о *личной безопасности*. Кроме того, в данном случае выявлен известный эффект «сдвига мотива на цель», т. е. обеспечение личной безопасности одновременно выступает и целью, и ведущим мотивом интереса пользователей к информации о пандемии.

Эмоциональные особенности отношения пользователей социальных сетей к пандемии

В основу исследования положено представление о том, что эмоции выступают психологическими «индикаторами» образа мира, оказывают непосредственное влияние на субъективное благополучие человека и его социальное поведение, обеспечивают избирательное восприятие мира через выделение значимого в его общей картине. С социально-психологических позиций, эмоции выступают важной формой взаимодействия людей, лежат в основе информационного обмена, определяют эмоциональные состояния групп, могут оказывать влияние на отношения как в самой группе, так и между социальными группами. Для исследования эмоций в условиях пандемии имеет существенное значение и тот факт, что они и проявляют себя и при оценке внешней среды (условий), и усиливаются в случае осознания некоторой угрозы, без возможности ее преодоления.

В рамках интернет-исследования избранный методологический подход можно обосновать, опираясь на известную теорию отечественного физиолога П. В. Симонова, которым была предложена информационно-потребностная теория эмоций (Симонов, 1985). Согласно представлениям автора, эмоции обусловлены актуальными потребностями человека и соотносятся с оценкой возможностей (или их отсутствия) для их удовлетворения. Методологическая ценность данной теории связана с положением о том, что процесс эмоциональной оценки разворачивается *непроизвольно, неосознанно и автоматически*, что отличает эмоциональные (непроизвольные) реакции от сознательно принимаемых решений, связанных с управляемыми когнитивными и волевыми способностями человека. Предполагается, что такого рода непроизвольные реакции неизбежно проявят себя в высказываниях человека, — в частности, в запросах и сообщениях его как пользователя глобальной Сети.

Целью эмпирического исследования выступило выявление эмоционального фона отношения к пандемии коронавируса, объектом стали пользователи социальной сети Twitter на территории России, а предметом – эмоциональные особенности сообщений (твитов) пользователей, в контексте которых содержится слово «коронавирус». Обращение к социальной сети Twitter обусловлено кратким форматом сообщений, доступностью API-адресов пользователей для автоматического сбора контента и популярностью данной сети (входит в пятерку наиболее востребованных в России).

В ходе исследования собрано и обработано 3933 твита, которые извлекались из открытых источников в Интернете. Анализ сообщений производился по следующей схеме: очистка с помощью эвристики от рекламных сообщений и повторов; разбиение текста на токены и их морфологический анализ (разработчик программных инструментов – М. А. Китов); машинный анализ эмоциональной тональности текста посредством нейросетевой модели Dostoevsky, основанной на словаре оценивающем эмоциональный фон коротких неформализованных сообщений по трем шкалам: позитивный, нейтральный и негативный (Библиотека анализа..., 2019; описание модели см.: Психологические исследования..., 2020). Содержательный и структурный анализ сообщений произведен с помощью ручной разметки данных посредством экспертных оценок. Основной технологией анализа тональности является нахождение мнений в тексте и выявление их эмоциональных характеристик, т. е. общего эмоционального фона сообщений, и оценка уровня их выраженности. В современной научной литературе представлен значительный объем технологий эмоционального анализа текстов, среди которых довольно распространенным становится автоматизированный анализ эмоционального фона текстовых сообщений (подробнее см.: Журавлев, Китова, 2020б; Психологические исследования..., 2020).

Эмпирический анализ эмоционального фона сообщений в период первой волны пандемии

Реализация описанной выше схемы исследования позволила произвести группирование сообщений по эмоциональному фону отношения к проблемам, связанным с распространением коронавирусной инфекции. Для наглядности сначала представим примеры

сообщений (твитов) с различной эмоциональной тональностью (см. таблицу 3). Основной задачей в анализе тональности текстов является классификация полярности исходного документа, т. е. определение, является ли выраженное мнение в сообщении позитивным, негативным или нейтральным.

Таблица 3

Примеры сообщений пользователей сети «Twitter» с различной эмоциональной тональностью

Эмоциональный фон	Примеры сообщений (твитов)
Положительный	...за сим коронавирус победим! В Италии коронавирус победила 104-летняя Ада Зануссо. Теперь она старейший житель планеты, победивший коронавирус! Как хорошо, что появились тесты на коронавирус
Нейтральный	В РФ зарегистрировали первый отечественный экспресс-тест на коронавирус. По словам губернатора, крупнейшие предприятия области, которые вошли в число системообразующих, продолжают свою работу. Россия стала одним из лидеров по тестированию на коронавирус COVID-19 среди населения
Отрицательный	Столько планов сорвалось из-за этого коронавируса, просто ужасно. Очень много тех, кто вообще не верит в коронавирус... неадекватных надо бояться, не меньше самого вируса. В Питере солнце, тепло, гуляй сколько хочешь, но нельзя: что ты наделал, коронавирус!/?

Примеры визуального представления результатов автоматизированного анализа эмоционального фона слов даны в таблице 4: визуализируются основная лексическая часть слова и числовые значения, отражающие эмоциональную насыщенность слов в числовом промежутке от -1 (максимальное негативное значение) до $+1$ (максимальное положительное значение). Эмоциональный фон слов, значение которых меньше десятой доли единицы (0,03... или 0,009... и т. д.), рассматривался нами как нейтральный в силу его малой эмоциональной выраженности. В этой позиции находятся и слова, эмоциональный фон которых равен нулю.

Таблица 4

Распределение результатов автоматизированного анализа эмоционального фона слов

тепл* 0,2920451723039156 мечт* 0,22349181957542896 церков* 0,14135002791881562 девочк* 0,11822155565023422 рожден* 0,11689279787242413	научн* -0,005647371476516128 человечеств* 0,005641276694156907 экспресс-тест* -0,004949389232529534 коммунарк* -0,008673951402306557 разработа* -0,009421901451423765
Позитивный фон	Нейтральный фон
бед* -0,14849294908344746 стран* -0,14962649482149112 работ* -0,14996322789894684 народ* -0,15440697441606419 пневмон* -0,15767724337499767	умер* -0,2226411998271942 экономик* -0,2820906234639032 паник* -0,2839022310958667 выгодн* -0,29549964889883995 уйдет* -0,2988349311053753
Умеренно негативный фон	Напряженно негативный фон
придумыва* -0,3866064101457596 дистанционк* -0,4624176685299192 надоел* -0,5443081349134445	...* -0,6121495842933655 ...* -0,6529930140823126 ...* -0,7191263623535633
Экспрессивно негативный фон	Сверхнегативный фон

Обозначения: * – все словарные формы.

Так, из таблицы 4 можно увидеть, что положительный эмоциональный фон отражен такими словами, как «тепло», «мечта», «церковь», «девочки» и «рождение»; нейтральный фон сопряжен, к примеру, с такими явлениями, как «наука», «экспресс-тест», «разработка» и т. д.; умеренно негативный – «дистанционка», а напряженно негативный связан с такими словами, как «экономика», «паника», с предполагаемой «выгодой» пандемии для определенного круга лиц и т. д.. Также можно обратить внимание на сообщения, которые содержат экспрессивную лексику («совсем», «вовсе», «как всегда»), а также ненормативные выражения, которых, как станет видно из дальнейших результатов, не так уж и много.

На рисунке 7 представлено распределение (количественная оценка) модальности эмоционального компонента отношения к коронавирусной инфекции. Как и ожидалось, основная масса сообщений пользователей социальной сети (70%) демонстрирует негативный характер отношения к проблемам, связанным с распространением коронавируса. Почти третья часть сообщений (28%) носит ней-

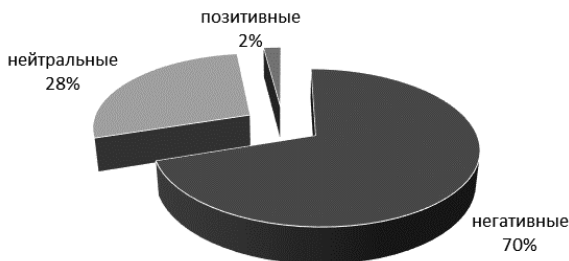


Рис. 7. Распределение общей эмоциональной тональности сообщений сети «Twitter» в первую волну пандемии

тральный характер: чаще всего эти сообщения служат обмену текущей информацией по проблеме. И последние 2% сообщений носят позитивный характер, что связано с оценкой ситуаций, указывающих на возможность преодоления проблемы, или с позитивными ситуациями жизнедеятельности конкретных пользователей (рождение детей, например).

Первичная классификация полярности сообщений произведена по трехбалльной шкале. Каждой шкале с позитивным, негативным или нейтральным фоном присваивается значение от $-1,0$ до $+1,0$ (от выражено отрицательного к выражено положительному). Далее для удобства восприятия визуализация полученных данных производится в единой системе шкалирования: сообщениям, связанным с отрицательными, нейтральными или позитивными тональностями, также присваиваются числовые значения в диапазоне от $-1,0$ до $+1,0$, но уже по общей шкале. Полученные таким образом эмоциональные характеристики сообщений представлены на рисунке 8.

Анализируя данные за март–апрель 2020 г., можно отметить, что выраженность (уровень) и разброс (протяженность) негативной (диапазон $-0,05013/-0,71912$) эмоциональной тональности превосходит амплитуду и силу выраженности как нейтральной (диапазон $0,05863/-0,04997$), так и позитивной (диапазон $0,29204/0,06213$) эмоциональных тональностей сообщений (см. рисунок 8).

В структуре негативной эмоциональной тональности проявляются свои закономерности. Так, в ряду негативной эмоциональной оценки, которая распределена по восьми позициям, наиболее выражена вторая позиция (диапазон $-0,08034/-0,12887$), которую можно определить как выраженную обеспокоенность. Соответст-

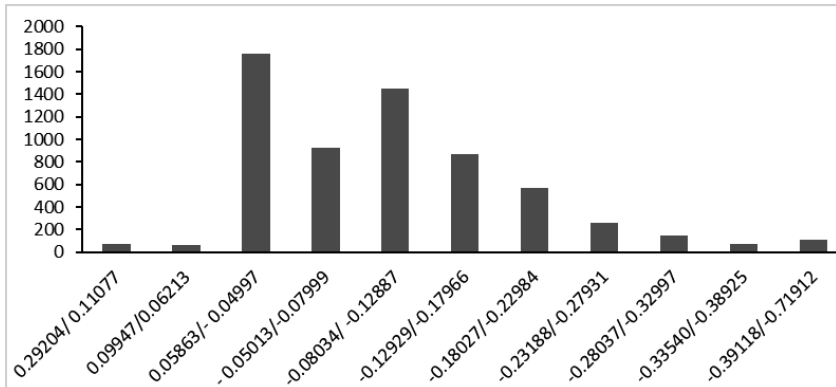


Рис. 8. Распределение эмоционального фона сообщений пользователей сети «Twitter», март–апрель 2020 г. (косая черта разделяет границы диапазона значений)

венно, предыдущую позицию (диапазон $-0,05013/-0,07999$) определим как беспокойство, а последующую (диапазон $-0,12929/-0,17966$) как раздражение. Вторую тройку позиций по негативной шкале можно рассматривать как высоко значимые негативные переживания, которые связаны с сомнениями, страхами и паникой. Последние две позиции также заслуживают пояснения. Так, предпоследняя позиция (диапазон $-0,33540/-0,38925$) содержит усиливающие эмоции слова, такие как «вообще», «совсем», «уже» и т. д., а последняя (диапазон $-0,39118/-0,71912$) сопряжена с использованием в сообщениях ненормативной лексики.

Таким образом, общий фон эмоциональной тональности сообщений можно определить как *выраженное беспокойство*. Другие фоны – «радость от противодействия инфекции», также как страх и паника – не свойственны общей эмоциональной оценке коронавирусной инфекции в целом.

Эмпирический анализ эмоционального фона сообщений в период второй волны пандемии

Теоретико-методологические основания эмпирического анализа сообщений пользователей сети «Twitter» в период второй волны пандемии отражают общую позицию, изложенную на первом этапе. Эти

основания состоят в том, что эмоции определяются актуальными потребностями человека и функционируют неосознанно, проявляясь в его поведении и деятельности. Эмоции также обнаруживают себя в процессе социальной активности людей, для передачи друг другу информации о событиях и фактах, а также в оценочных суждениях, связанных с повседневной жизнедеятельностью или действиями других людей, оказывают воздействие на социальное самочувствие человека.

Для анализа эмоционального самочувствия населения в период второй волны пандемии были собраны тексты сообщений в социальной сети со словом «коронавирус» и произведена их обработка посредством автоматизированных систем анализа коротких текстов (см. выше). Сообщения собраны в два этапа: в начале пандемии (март 2020 г.) и через год (т. е. в марте 2021 г.). Объектом исследования выступили пользователи социальной сети Twitter, предметом — содержание их сообщений в сети. Оценка тональности текстов также произведена нейросетевой моделью Dostoevsky (подробнее см.: Журавлев, Китова, 2020а), эмоциональный фон рассматривался в диапазоне от -1 (негативный) до $+1$ с пошаговым распределением в 0,5 единиц. Собрано и обработано 2274 сообщений.

Как видно из таблицы 5, положительный эмоциональный фон высказываний респондентов (диапазон от 0,29205 до 0,11078) связан с оценкой повседневной жизнедеятельности людей, а не с распространением пандемии. В частности, сообщения содержат информацию о радостных событиях: рождении детей, вступлении в должность и т. д. Нейтральный эмоциональный фон (диапазон от 0,09948 до $-0,09998$) связан с обсуждениями событий в стране и мире, имеющих отношение к деятельности медицинских работников, больниц, правительства и региональных властей, которые можно определить как информирование или обмен информацией, а также с обсуждением статистических данных по числу заразившихся людей. Негативные оценки пользователи проявляют (диапазон от $-0,30147$ до $-0,59960$) при анализе вероятности потери контроля над ситуацией (в силу различных причин) и при высказывании своего отношения к ограничительным мерам социального характера, которые оцениваются пользователями неоднозначно.

Можно обратить внимание на сообщения с употреблением экспрессивной лексики с ярким эмоциональным контекстом, которые

Таблица 5

Распределение результатов оценки эмоционального фона слов в сообщениях о коронавирусной инфекции

Эмоциональный фон	Начало диапазона	Завершение диапазона	Частотный анализ
Позитивный резко выраженный	–	–	0
Позитивный выраженный	–	–	0
Позитивный умеренный	0,29205	0,24874	21
Позитивный незначительный	0,17149	0,11078	28
Нейтральный позитивный	0,09948	0,00102	564
Нейтральный негативный	–0,00032	–0,09998	10321
Негативный незначительный	–0,10024	–0,19950	8784
Негативный умеренный	–0,20034	–0,29923	1133
Негативный выраженный	–0,30147	–0,39468	215
Негативный резко выраженный	–0,40589	–0,47375	68
Сверхнегативный	–0,51270	–0,59960	57
Экспрессивная лексика	–0,61215	–0,65299	20
Ненормативная лексика		–0,71913	16
Итого			21227

содержат слова, усиливающие выраженную оценку фактов (явлений, признаков), но не имеющие самостоятельного значения («опять», «как всегда», «и снова» и т. д.). Диапазон эмоционального фона составляет от –0,61215 до –0,65299); здесь же можно указать на употребление ненормативной лексики, к которой также обращаются для усиления собственных оценок, однако подобные случаи довольно редки (см. таблицу 5).

Была также произведена оценка интенсивности (частоты повторяемости) соотносимых между собой высказываний). Если исходить из частотного анализа эмоциональных фонов сообщений, то можно заметить, что основная масса высказываний сосредоточена в диапазоне нейтральных и умеренно-негативных позиций. Таким образом, характер отношения к коронавирусной инфекции на начальном этапе ее развития в целом отличался сдержанным эмоциональным фоном, который можно определить как настороженный, встревожен-

ный или взволнованный, далекий от состояния паники и страха. Данное положение может стать общим выводом проведенного анализа эмоционального фона сообщений.

Результаты сравнительной оценки эмоционального фона слов в сообщениях пользователей социальной сети «Twitter» в периоды первой и второй волн пандемии представлены в таблице 6. Из анализа этих результатов можно сделать несколько выводов. Во-первых, количество сообщений в социальной сети «Twitter» о коронавирусе в марте 2020 г. превышает количество таких же сообщений в марте следующего года почти в 6 раз (5,86), что говорит о резком сокращении интереса к пандемии за анализируемый период. Данную позицию можно одновременно трактовать и как снижение эмоциональной насыщенности отношения к ней (т. е. снижение уровня интереса). Во-вторых, как в 2020, так и в 2021 году наибольшее количество высказываний пользователей носило негативный или умеренно негативный характер (см. пункты 8–11 таблицы 5), что говорит о сдержанно-осторожном отношении к пандемии, без паники и страха. В-третьих, существует прослойка пользователей с более высоким уровнем негативного отношения к пандемии и ее социально-экономическим и политическим последствиям, которая составляет 38,1% (см. пункты 3–6 таблицы 5). При этом выраженность негативного эмоционального фона за данный период несколько возросла: если в 2020 г. этот уровень достигал 34,1%, то в 2021 г. оно составил уже 42%. Это, скорее всего, связано с эмоциональным утомлением от затяжного характера пандемии, так как уровень ее опасности в обществе уменьшился (благодаря вакцинации населения, появлению новых знаний об инфекции и способах ее лечения, проведению профилактических мер социальной изоляции и т. д.). Возможно, выявленная позиция связана и с большим количеством заразившихся (переболевших или умерших близких/знакомых) в течение года, что отягощает и без того негативное отношение к пандемии. В-четвертых, заметно увеличилось и количество позитивных оценок, что, возможно, связано с появлением вакцин. Данная позиция требует дополнительного изучения.

Общим выводом исследования может стать утверждение о том, что основная масса высказываний пользователей сосредоточена в диапазоне нейтральных и умеренно-негативных позиций. Таким образом, характер отношения к коронавирусной инфекции как на на-

Таблица 6

Распределение результатов оценки эмоционального фона слов в сообщениях пользователей социальной сети «Twitter» во время первой и второй волн пандемии

№	Диапазон выраженности эмоционального фона от негативного (-1) до позитивного (1)	Частотный анализ (март 2020 г.)	Частотный анализ (март 2021 г.)
1	-1,000000/-0,900000	0	0
2	-0,811570/-0,803930	0	2
3	-0,799960/-0,719130	16	4
4	-0,671570/-0,602110	20	11
5	-0,599600/-0,501070	57	34
6	-0,497800/-0,405250	68	67
7	-0,399770/-0,300120	215	130
8	-0,299890/-0,200190	1133	338
9	-0,199500/-0,100110	8784	870
10	-0,099980/-0,000090	10321	1719
11	0,000090/0,099480	564	343
12	0,101510/0,199950	28	60
13	0,200450/0,292050	21	29
14	0,301250/0,386760	0	8
15	0,400000/0,500000	0	1
16	0,519410/0,548490	0	3
17	0,600000/0,700000	0	1
18	0,700000/0,800000	0	1
19	0,800000/0,900000	0	0
20	0,900000/1,000000	0	0
<i>Итого</i>		21227	3621

чальном этапе ее развития, так и через один календарный год ее продолжения в целом отличается сдержанно-осторожным отношением населения к ее распространению. Эти обстоятельства соотносятся с представленной выше информацией о стабильной политической обстановке и отсутствии протестных настроений в стране,

связанных с распространением пандемии, в отличие от многих других стран мира. На данное состояние (отсутствие массовых протестов, умеренный негативный фон в оценке пандемии), видимо, оказали влияние и реализация экономических мер поддержки населения, и налаженная система медицинской и информационной помощи.

В ближайшей перспективе представляется необходимым выявить и сгруппировать основные предметы переживаний, связанные с философскими («было бы очень полезно понять, объединяет нас коронавирус или нет»), социокультурными («похоже, пока регионами не начнут вымирать, россияне не поймут серьезность ситуации»), конспирологическими («по всему миру сейчас идет спектакль „коронавирус“ — ура режиссерам!!!»), психологическими («коронавирус убивает меня морально»), прогностическими («друзья, как вы думаете, как быстро победим коронавирус?») и другими вопросами. Важно также выделить конкретные эмоции и чувства, которые проявляются в отношении к инфекции: сарказм («а коронавирус импортозаместили, кстати?»), страхи («а вдруг он убьет всех, до последнего...»), агрессию («мало повесить тех, кто не уследил за ситуацией»), тоску («господа, верните мне футбол, я хочу смотреть футбол, пожалуйста!!!»), утомление («уже надоел этот коронавирус, давайте новую катастрофу года»), мнительность («почему каждый раз, когда я чихаю, я думаю, что у меня коронавирус?»). Можно рассмотреть и особенности устного народного творчества в период пандемии — к примеру, песни («до свидания, футбол, до свидания / очень трудно в скафандрах играть»), юмор («мой младший брат называет коронавирус „мокоронавирусом“... щас вымру»), постановки («молодые ребята пили на улице и изображали коронавирус») и т. д.

Общие итоги исследования

Итак, было выявлено, что интерес к информации о пандемии коронавируса как социально-психологический феномен обладает следующими характеристиками:

- носит объективно-обусловленный (как антипод субъективно-обусловленному) характер и направлен на оптимизацию взаимодействия человека с внешним миром;

Раздел 1

- характеризуется *чрезвычайной эмоциональной насыщенностью* (запросы пользователей не имеют аналогов по количественным показателям в поисковых системах за предыдущие периоды);
- обладает высокой *силой* проявления, способной многократно превзойти интерес к информации о других событиях на протяжении исключительно короткого промежутка времени (примерно 3 месяца);
- обладает *устойчивостью*, которая практически линейно связана с характером проявления пандемии: чем интенсивнее ее распространение, тем устойчивее интерес к ней, и наоборот;
- имеет *избирательную направленность*, которая определяется прежде всего интенсивностью распространения пандемии в регионе проживания пользователей;
- иницируется, направляется и поддерживается *лично обусловленными мотивами* (в отличие от социально обусловленных), направленными на сохранение собственного благополучия и благополучия своих близких;
- изначально детерминируется базовой *потребностью в безопасности*, способной вызывать высокий уровень дискомфорта, что и проявляется в завышенном уровне интенсивности, силе и устойчивости интереса пользователей к информации о пандемии (такое развитие интереса к пандемии в период ее зарождения имеет международный характер).

Если рассматривать проявление интереса пользователей сетей к пандемии коронавируса *с когнитивной точки зрения*, то их интерес к информации о пандемии характеризуют следующие положения:

- выявлена высокая степень *осознанности* ситуации: объективные неудобства проживания (самоизоляция, ограничения перемещения) вызывают меньше внимания, чем конкретная информация о пандемии (принцип соотношения ожидаемых угроз);
- *когнитивная картина* интереса по своей структуре и иерархическому соотношению (сущность — динамика — профилактика — симптомы — мониторинг угроз) согласуется с «порядком шагов» по идентификации, мониторингу и оценке предполагаемых угроз, а также их последствий, т. е. подчиняется *логике (схеме)* противодействия угрозам;

- *цель* интереса к информации – обеспечение безопасности – интегрируется с аналогичными мотивами, что усиливает регуляцию познавательной (интеллектуальной) деятельности и когнитивный контроль поведения (данный эффект отражается в высоком количестве запросов и их узкой тематической направленности из самых различных стран мира).

Если же рассматривать проявление интереса пользователей социальных сетей к пандемии коронавируса *с эмоциональной точки зрения*, то здесь необходимо сказать следующее. Эмоции обусловлены актуальной потребностью человека и возможностью их удовлетворения; противоречия между ними порождают негативные эмоции, которые непроизвольно проявляют себя в высказываниях человека. Эмоции выступают формой социального реагирования, проявляясь на уровне социального взаимодействия, они способны настраивать/перенастраивать отношения между людьми и группами, оказывать непосредственное воздействие на самочувствие, социальное поведение и деятельность человека, что находит свое отражение в развитии общественных процессов.

Основной технологией оценки эмоционального фона сообщений в социальных сетях выступили анализ тональности слов и оценка уровня их выраженности, дополнительный анализ связан с оценкой интенсивности (частоты) повторяемости слов. Было выявлено, что ведущий эмоциональный фон пандемии сосредоточен в диапазоне нейтральных и умеренно-негативных позиций, т. е. характер отношения к коронавирусной инфекции как на начальном этапе ее развития (март 2020 г.), так и в условиях второй волны (март 2021 г.) в целом отличался *сдержанным эмоциональным фоном*, который можно определить как настороженный, встревоженный или взволнованный, далекий от состояния паники и страха. *Положительный эмоциональный фон* высказываний респондентов связан с оценкой своей повседневной жизнедеятельности и обусловлен позитивными событиями частного характера, которые произошли в период пандемии, для большей точности их можно определить как радость «вопреки пандемии» (отражен в таких словах, как «тепло», «мечта», «церковь», «девочки» и «рождение»). *Нейтральный эмоциональный фон* сообщений более всего связан с информационным обменом между пользователями, с обсуждениями ситуации в стране и мире, с анализом

Раздел 1

статистики заразившихся, числа мест в больницах, ситуации с вакцинированием и с иными социальными событиями (отражается такими словами, как «наука», «экспресс-тест», «разработка» и т. д.). *Негативные оценки* пользователи дают при анализе вероятности потери контроля над ситуацией и при высказывании своего отношения к ограничительным мерам социального плана (что особенно характерно для второй волны пандемии), которые оцениваются ими очень неоднозначно (отражены в таких словах, как «дистанционка», «экономика», «паника», «выгода» и т. д.). При социальном взаимодействии в сообщениях пользователей социальных сетей присутствуют экспрессивная лексика и ненормативные выражения, которые также указывают на высокую эмоциональную насыщенность их оценок. В целом, по результатам исследования можно отметить, что пользователей, конечно, беспокоит распространение пандемии и ее воздействие на здоровье и образ жизни, но эмоциональный фон этих оценок можно определить как спокойный (нейтральный) или встревоженный (умеренно-отрицательный). С теоретических позиций, отношение к действительности непрерывно изменяется и находится в единстве с другими отношениями: при изменении одного из компонентов отношения изменяются и другие, что указывает на необходимость мониторинга разных этапов развития пандемии (зарождения, протекания, угасания).

Обобщая представленную информацию, можно сделать вывод о том, что интерес к пандемии порождается чувством опасности и подчиняет себе когнитивные и аффективные сферы личности. Сложившееся когнитивно-аффективное единство закономерно проявляется через напряженность интереса к поиску информации о пандемии (*аффективный компонент*), а также иерархически выверенную структуру этого интереса, ориентированную на обеспечение личной безопасности (*когнитивный компонент*). Как следствие, уровень интереса пользователей поисковых систем к коронавирусной инфекции: 1) отличается эмоциональной насыщенностью, 2) неравномерен в различных регионах и 3) детерминирован интенсивностью распространения пандемии в регионе проживания респондентов.

Полученные результаты можно рассматривать в рамках классических теорий о связи между познавательными (когнитивными)

и эмоциональными (аффективными) компонентами, которые нашли свое отражение в теоретических представлениях о системном подходе в психологии (Б. Ф. Ломов), эмоциональных конструктах отношений (Б. Г. Ананьев), эмоциональной регуляции мыслительной деятельности (О. К. Тихомиров). Основной смысл использования данных концепций состоит в системе представлений о том, что эмоции и чувства (переживания в целом) нарушают равнозначность ориентиров (критериев) в ситуации когнитивного выбора и, вызывая концентрацию лишь на некоторых из них, способствуют выделению целей познавательной, в частности, поисковой деятельности. В рамках выполненного исследования потребность в безопасности можно рассматривать как функциональную систему регуляции интереса личности к пандемии коронавируса, которая проявляется на когнитивном и аффективном уровнях одновременно.

Результаты, присущие первой и второй волне пандемии, демонстрируют значимые сходства и различия между собой, что позволяет говорить о необходимости изучения отношения населения к коронавирусной инфекции в течение всего периода пандемии.

Теоретическая значимость исследования связана с расширением и углублением данных о закономерностях поведения человека в условиях неопределенности и рисков. Практический аспект сопряжен с востребованностью такого рода информации для оптимизации социально-психологических состояний человека в условиях неопределенности и риска, а также для организации деятельности управленческого персонала, вынужденного принимать решения в условиях пандемии (неопределенности и риска). Практическая значимость исследования реализуется и в том, что его результаты могут быть использованы при разработке программ повышения квалификации управленческих кадров высшего звена. Результаты исследования будут полезны и в сфере прикладных разработок, например, для оптимизации цифровых платформ поисковых систем с целью предоставления пользователям наиболее релевантной информации в будущем.

Литература

Апреликова Н. Р., Китова Д. А. Структура потребностей студенческой молодежи в знаниях по психологии // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2018. Т. 3. № 2 (14). С. 110–133.

- Библиотека анализа тональности для русского языка URL: <https://github.com/bureaucratic-labs/dostoevsky> (дата обращения 20.10.2021).
- Гамов А.* Пандемия коронавируса в мире: что это значит для обычного человека // Комсомольская правда. 2020. 11 марта. URL: <https://www.kp.ru/daily/27103.4/4176804> (дата обращения: 20.10.2021).
- Журавлев А. Л., Китова Д. А.* Анализ интереса населения к информации о пандемии коронавируса (на примере пользователей поисковых систем Интернета) // Психологический журнал. 2020а. Т. 41. № 4. С. 5–18.
- Журавлев А. Л., Китова Д. А.* Эмпирические методы интернет-анализа психологических явлений // В. А. Соснин, А. Л. Журавлев, Д. А. Китова, Ю. В. Ковалева, А. А. Смирнов. Психологические факторы развития геополитических отношений: субъекты, механизмы, тенденции. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020б. С. 232–249.
- Здравомыслов А. Г.* Потребности. Интересы. Ценности. М.: Политиздат, 1986.
- Китова Д. А.* Материальное самообеспечение личности как предмет психологического исследования // Проблемы экономической психологии. В 2 т. Т. 2. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. С. 577–601.
- Китова Д. А.* Отечественная психология в условиях развития глобальных процессов // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 2. С. 128–131.
- Лисицына М., Фейнберг А.* Эксперты проанализировали поведение россиян при финансовых трудностях // Ежедневная деловая газета РБК. 2020. 17 апреля. URL: <https://www.rbc.ru/finances/17/04/2020/5e9921309a794730034ed21e> (дата обращения: 17.10.2021).
- Нестик Т. А., Журавлев А. Л., Соснин В. А., Китова Д. А., Юревич А. В.* Массовое сознание и поведение: тенденции социально-психологических исследований. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017.
- Общество травмы: между эволюцией и революцией (круглый стол) // Социологические исследования. 2019. № 6. С. 3–14.
- Психологические исследования в интернет-пространстве: поисковые системы, социальные сети, электронные базы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020.

- Психологические исследования глобальных процессов: предпосылки, тенденции, перспективы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018.
- Российский бизнес и коронавирус. Часть 1. Предприниматели о влиянии эпидемии на их бизнес и о потребности в господдержке. URL: <https://nafi.ru/projects/predprinimatelstvo/rossiyskiy-biznes-i-koronavirushast-1-predprinimateli-o-vliyanii-epidemii-na-ikh-biznes-i-o-potreb> (дата обращения: 17.10.2020).
- Симонов В. П. Эмоциональный мозг. М.: Наука, 1986.
- Социальная психология: Учебное пособие для студентов вузов. М.: Пер Сэ, 2014.
- Ушаков Д. В., Юревич А. В., Нестик Т. А., Юревич М. А. Социально-психологические аспекты пандемии COVID-19: результаты экспертного опроса российских психологов // Психологический журнал. Т. 41. 2020. № 5. С. 5–17.
- Bavel J., Baicker K., Boggio P. et al. Использование социальных и поведенческих наук для поддержки ответных мер на пандемию COVID-19 // Nature Human Behaviour. 2020. V. 4. P. 460–471.
- Booth R. Public assistance groups created throughout the UK in the coronavirus crisis // The Guardian. 2020. March 6. URL: <https://www.theguardian.com/society/2020/mar/16/community-aid-groups-set-up-across-uk-amid-coronavirus-crisis> (дата обращения 22.10.2021).
- Cornwall W. Social scientists scramble to study pandemic in real time // Science. 2020. V. 368. Iss. 6487.
- Juris J. S. Networked social movements: global movements for global justice // The network society: A cross-cultural perspective / Ed. M. Castells. Massachusetts: Elgar Publishing Inc., 2004. P. 341–362.
- Lima C., Carvalho P., Lima I. et al. The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease) // Psychiatry Research. 2020. V. 287. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112915
- NYT: санкции помогли России лучше всех стран подготовиться к пандемии коронавируса / Экономика сегодня. 2020. 21 марта. URL: <https://rueconomics.ru/433984-nyt-sankcii-pomogli-rossii-luchshevseh-stran-podgotovitsya-k-pandemii-koronavirusa> (дата обращения: 28.12.2021).
- Wise T., Zbozinek T., Michelini G., Hagan C. C., Mobbs D. Changes in risk perception and protective behavior during the first week of the COVID-19 pandemic in the United States. 2020. doi: 10.31234/osf.io/dz428

Раздел 1

- Pennycook G., McPhetres J., Zhang Y., Rand D.* Wrestling with the disinformation of COVID-19 on social networks: Experimental proof of scalable intervention for pushing accuracy. 2020. doi: 10.31234/osf.io/uhbk9
- Russell A.* The rise of coronavirus hate crimes // *The New Yorker*. 2020. March 17. URL: <https://www.newyorker.com/news/letter-from-the-uk/the-rise-of-coronavirus-hate-crimes> (дата обращения: 11.10.2021).

Динамика отношения россиян к вызванной COVID-19 пандемии и режиму самоизоляции в период первой и второй волн

О. С. Дейнека, А. А. Максименко

doi: 10.38098/fund_21_0442_05

В то время как эпидемиологи считают, что наша страна все еще находится в первой волне пандемии коронавируса, поскольку не произошло перехода уровня заболеваемости через ноль (Невинная, 2021), в российских СМИ и в сознании граждан уже закрепились две волны пандемии – весенняя и осенняя.

Южнокорейские исследователи выделяют три волны эпидемии коронавируса: март–май, август–сентябрь и ноябрь–декабрь 2020 г. (Seong at al., 2020). Такая периодизация очень близка к тем стадиям, которые переживали россияне, проживающие в крупных городах. Шок столкновения со смертельной угрозой и кризис адаптации в весенний период сменился послаблениями конца лета–начала осени, за которыми последовали новые людские потери и социальные ограничения осени–начала зимы.

Поскольку начало и процесс распространения коронавирусной инфекции хронологически в разных странах не совпадал и применялись разные стратегии для достижения эпидемиологического благополучия, сравнивать по странам динамику потерь и адаптации к кризису сложно. Тем не менее, зафиксированы некоторые объективные различия. Так, например, Дж. П. А. Иоаннидис с соавт. сравнивали доли смертей от COVID-19 в четырнадцати странах в разных возрастных группах между первой и второй волнами пандемии коронавируса (май и сентябрь 2020 г.) (Ioannidis, Axfors, Contopoulos-Ioannidis, 2021). Доля молодых смертей (младше пятидесяти лет) была ниже в период второй волны, доля смертей у людей младше семидесяти лет существенно не различалась. Однако разница в смертнос-

ти между первой и второй волнами (11 стран для сравнения) в домах престарелых была неоднородной. Так, в период второй волны в восьми странах смертность значительно снизилась, в Дании и Норвегии осталась на том же уровне, заметно увеличилась в Австралии.

Анализируя динамику пандемии в разных странах, авторы отметили влияние на нее фактора экономического статуса: большинство стран с низким доходом не имели впадины, отделяющей две волны, наблюдалась непрерывная активность эпидемии (там же).

Россия, согласно данным Федеральной службы государственной статистики, как по состоянию на конец августа, так и на протяжении осени занимала четвертую строчку списка по числу заболевших. В перерасчете на население страны в России число случаев заболевания было в 27,5 раз ниже, чем в США или Бразилии, и в 6–7 раз ниже, чем в Великобритании, Италии и Франции, но в 2 раза выше, чем в Германии. В России также были отмечены относительно низкие показатели летальности (см.: Чубарова, Шарова, 2020).

Осуществляя прогноз и разрабатывая сценарии прохождения второй волны пандемии (Давыдов, 2020), ученые предлагали разные варианты развития событий («прибой», «цунами», «рябь»). В России вторая волна прошла по сценарию «цунами». Специфика коммуникативных процессов на фоне эпидемии COVID-19 нашла отражение в так называемом «пандемическом» дискурсе (Темиргазина, 2020), насыщенный специальными терминами из области медицины, вирусологии, иммунологии (цитокиновый шторм, сатурация и др.), а также эмоционально окрашенными метафорами для характеристики распространения болезни. Метафора «волна», согласно трактовке автора, содержит компонент предсказуемости, который порождает в дискурсе множество прогнозов, предсказаний о возможности наступления очередной волны коронавируса, ее сроках, степени опасности для людей и т. д.

Пандемия, СМИ и социальные сети

Несмотря на то, что вторая волна пандемии COVID-19 в России и в Европе в 2020 г. оказалась по показателям распространения заболеваемости и смертности значительно более сильной и стремительной, чем первая (Вторая волна..., 2020), интенсивность упоминания в СМИ темы коронавируса с апреля 2020 г. неуклонно снижалась

(Бочарова, Иванов, 2020). В социальных сетях, напротив, интерес к пандемии оставался перманентным.

Польские ученые на основе еженедельных отчетов Евробарометра за период марта–июля 2020 г. изучали общественное мнение жителей Евросоюза в отношении пандемии COVID-19 (Gruchola, Slawek-Czochra, 2021). Авторы пришли к выводу, что отсутствие ощущения безопасности у жителей Евросоюза в трех ключевых сферах – здоровье, экономика и социальная жизнь – было результатом не их личного опыта, а воздействия СМИ, которые создавали культуру страха.

Страх, вызванный тяжелой клинической картиной заболевания, большим количеством смертельных исходов, ограничительными мерами, юридическим наказанием, недоверием к чиновникам, которые не справились с ситуацией, и переполнением медиапространства недостоверной информацией, негативно повлиял на психическое состояние населения США, особенно во Флориде, Техасе и Аризоне (Любеницкая, Иванова, 2020).

В обзорах исследований зарубежных авторов приводятся убедительные доказательства такого явления, как инфодемия (Дейнека, Духанина, Максименко, 2020; Дейнека, Максименко, 2020). Причем некоторые авторы использовали термин «дезинфодемия» (Любеницкая, Иванова, 2020), подчеркивая тот факт, что страх перед неизвестным и недостаток знаний компенсируются возникновением слухов, домыслов, ложных новостей, теорий заговора и что в век Интернета и социальных сетей информация распространяется быстрее самого вируса. Новый термин заострил внимание на недоброкачественности информации, ее последствиях в виде коллективных предубеждений, посеявших «патогены» страха, предрассудков и ксенофобии.

На фоне изоляции в социальных сетях стала актуальной проблема социального дискомфорта и одиночества. В статье сингапурских исследователей (Koh, Liew, 2020) показано, как люди рассказывают об одиночестве в социальных сетях. В период с 1 мая по 1 июля 2020 г. на основе 4492 сообщений в социальной сети Твиттер были проанализированы фразы, найденные с помощью ключевых слов «одиночество» и «COVID-19». География сообщений была следующей: Северная Америка (32,9%), Европа (24,5%), Азия (5,2%), Африка (3,9%), Австралия (2,3%), Южная Америка (0,9%), неопределенного месторасположения (30,4%). Всего было выбрано 33 темы, которые авторы сгруппировали в 3 темы. Первая тема включала та-

кие слова, как «смерть», «дом», «работа» и «надежда», и обсуждалась в 41,3% случаев. Вторую тему затрагивали 30,9% респондентов, говоря об изоляции, социальной дистанции, карантинных ограничениях и о различиях между социальным дистанцированием и социальной изоляцией. В этой же теме присутствовала проблема контраста отношений до и после локдауна в плане близости и комфорта. Третья тема упоминалась в 27,8% сообщений и вбирала в себя такие слова, как «здоровье», «беспокойство», «депрессия» и «поддержка». Исследователи оценили значимые различия в педалировании вышеперечисленных тем топикстартерами (авторами тем) в зависимости от их так называемой «влиятельности» (количества подписчиков). Первая тема «влияние одиночества на общество во время COVID-19» поддерживалась как «влиятельными», так и «не влиятельными» авторами. Вторая тема «социальное дистанцирование во время COVID-19 и его последствия для одиночества» чаще интересовала менее влиятельных пользователей, а третью тему «влияние одиночества на ментальное здоровье во время COVID-19» чаще поднимали авторы, имеющие большое число подписчиков. Таким образом, в социальных сетях закреплялся страх потери психологической адекватности.

Анализируя на начальном этапе пандемии активность запросов в поисковой системе «Google», связанных с обсуждением пандемии, А. Л. Журавлев и Д. А. Китова (Журавлев, Китова, 2020) констатировали специфическую устойчивость интереса к информации о пандемии, которая практически носила линейный характер: чем интенсивнее было распространение патогена, тем устойчивее интерес. Авторы характеризовали феномен интереса к информации о пандемии как когнитивно осознанный, аффективно выраженный и усиливающий поисковую активность пользователей. Дальнейшее развитие эпидемической ситуации, по прогнозу исследователей, должно быть сопряжено с эмоциональным выгоранием пользователей поисковых систем или появлением у них «чувства усталости» от социальной изоляции.

Динамика негативных психических состояний в период пандемии

Можно говорить о двух разных тенденциях в динамике психологического состояния общества на фоне пандемии. По мере адаптации к эпидемической ситуации граждане стали воспринимать риски

смертельно опасной болезни как часть реальности. При этом некоторые эксперты отмечали снижение у россиян случаев панических атак, депрессии и уровня тревожности в связи с психологическими механизмами вытеснения и отрицания происходящего (Одарущенко, Кузюкова, Еремушкина, 2020). В то же время остро встала проблема эмоционального выгорания, прежде всего у представителей таких профессий, как медицинские работники, учителя школ, в некоторой степени — у представителей сферы IT.

В исследовании А. Б. Холмогоровой с соавт. сопоставлялся уровень профессионального выгорания и эмоционального дистресса у сотрудников НИИ СП им. Н. В. Склифосовского, оказывающих помощь пациентам с COVID-19 (в июле), и у смешанной выборки медицинских работников из разных учреждений и регионов, обследованных в первые месяцы пандемии (март—апрель) (Холмогорова, Петриков и др., 2020). Сравнивая свои данные с международными, авторы подтвердили тенденцию снижения показателей депрессии (что можно объяснить адаптацией к ситуации), высокие показатели тревоги и рост показателей эмоционального истощения. Показатели психического неблагополучия оказались выше у женщин и у лиц молодого возраста.

Фактор возраста и опыта отмечен также новосибирскими исследователями (Пронин, Филь и др., 2020). Высокий уровень эмоционального выгорания был обнаружен у 60% медицинских сестер, средний уровень — у 25%, а низкий уровень всего у 15% от общего числа опрошенных. Оказалось, что медицинских сестер с низким уровнем эмоционального выгорания очень мало, и это работники старшей возрастной группы (36—45 лет). В другом исследовании обнаружено, что ниже показатели тревоги были у врачей 50—60 лет, в отличие от 30—40-летних (Овсяник, 2020). Признаки депрессии чаще проявлялись у врачей и медицинских сестер, находящихся в резерве, чем у работающих в красной зоне (там же).

В качестве наиболее значимых факторов-протекторов (снижающих уровень дистресса), отмеченных более чем половиной медицинских работников, были выделены: информация со стороны руководства о текущей ситуации и задачах, поддержка семьи и коллег, профессиональное обучение, материальное поощрение и возможность делать перерывы для отдыха (Холмогорова, Петриков и др., 2020).

В качестве примера эмпирического материала, полученного на фоне второй волны COVID-19 и подтверждающего роль организационной приверженности у учителей как фактора, снижающего уровень профессионального выгорания, стоит упомянуть статью канадских ученых (Sokal, Trudel, Babb, 2021). Авторы задались двумя исследовательскими вопросами: как переменные лидерства и выгорания связаны с уровнем организационной приверженности учителей во время пандемии COVID-19 и как они связаны с намерениями учителей покинуть школу и даже оставить профессию? В результате исследования было обнаружено, что такой ресурс, как сильное лидерство в школе, является защитным фактором от выгорания учителей и намерения уволиться. При этом стресс во время пандемии рассматривался некоторыми учителями как выходящий за рамки ответственности директоров, т. е. директивы правительственных департаментов здравоохранения и образования в совокупности сделали усилия директоров менее значимыми в рамках этой задачи. Авторы делают вывод, что намерения учителей оставить профессию были продекларированы более широким политическим контекстом.

Одной из тенденций, выявленной исследователями при изучении адаптации общества к пандемии, можно считать изменения в экономическом сознании граждан. На фоне пандемии росли опасения по поводу материальных трудностей (Юревич, Ушаков, Юревич, 2020; Сорокин, Касьянов и др., 2020), нарастала финансовая тревожность (Медяник, 2020).

Особенности отношения россиян к пандемии во время первой и второй волн

Осенний подъем заболеваемости сопровождался, с одной стороны, разочарованием от отсутствия скорой победы над невидимым врагом, а с другой – некоторым привыканием к опасности.

Сходство в рассматриваемых периодах заключалось в осознании правительствами большинства стран реальной угрозы человечеству, во введении режима ограничительных мер, связанных с самоизоляцией граждан, и в реформатировании способов коммуникации в сфере образования, здравоохранения и трудовых отношений. Основные отличия состояли в том, что, во-первых, для многих провинциальных городов России вторая волна эпидемии стала первой.

Во-вторых, темпы распространения заболевания во время осенней волны COVID-19 можно считать более быстрыми (цунамиобразными). В-третьих, большинство россиян столкнулись во время второй волны с угрозой коронавируса более близко (они или их родственники/знакомые переболели), испытав на себе характер протекания заболевания. В-четвертых, во второй половине 2020 г. региональная власть была больше наделена самостоятельностью в процессе принятия решений по смягчению режима самоизоляции. В-пятых, весенние настроения по здоровьесбережению населения сменились осенними настроениями по сбережению экономики России и рядом активных выступлений предпринимательского сообщества по снятию некоторых ограничительных мер, связанных с пандемией.

Цель предпринятого нами исследования состояла в сравнении отношения россиян к эпидемической ситуации, вызванной COVID-19, и режиму самоизоляции в весенний и осенний периоды пандемии 2020 г.

Эмпирическое исследование проходило в два этапа на сходных выборках. Первый – с 31 мая по 10 июня 2020 г. – пришелся на период спада условно первой, или весенней, волны пандемии, а именно (с наибольшим количеством ответов онлайн-опроса 2 и 9 июня 2020 г.). Второй этап исследования опирался на онлайн-опрос, выполненный с 15 по 18 декабря 2020 г., т. е. в период спада условно второй, или осенней, волны пандемии.

Данные обоих опросов собирались через сервис Toloka. Yandex.ru. Для повышения достоверности результатов было выставлено ограничение с целью отсека анкет, которые заполнялись слишком быстро (менее 40 минут) и могли быть некачественными.

На первом этапе исследования в опросе участвовали 986 человек (56,9% мужчин, 43,1% женщин) в возрасте от 18 до 76 лет ($M = 36,63$; $SD = 10,2$). Выборка второго этапа состояла из 827 респондентов (53,9% мужчин, 46,1% женщин) в возрасте от 18 до 75 лет ($M = 37,31$; $SD = 10,3$).

География опросов: Москва (9,8%), города-миллионники за исключением Москвы (34,5%), областные центры регионов (с населением менее 1 млн чел., 27,2%), районные центры (25,2%).

В качестве основного инструмента исследования использовалась сокращенная версия опросника Т. А. Нестика «Отношение к эпидемиологической угрозе» для измерения отношения к пандемии и оценки доверия к представителям различных социальных групп с пя-

тибалльной шкалой ответов (Нестик, Дейнека, Максименко, 2020). Также использовался короткий вопросник из трех пунктов о том, насколько влияет пандемия на жизнь респондента, об ее опасности и обеспокоенности ее распространением.

Дополнительно измерялась зависимость респондентов от социальных сетей. На первом этапе для этого использовался компактный опросник аддикции от социальных сетей (Karadağ, 2015), а на втором этапе к нему был добавлен развернутый опросник зависимости от социальных сетей (Tutgun-Ünal, Deniz, 2015).

Социальный паспорт респондентов включал указания на уровень образования, субъективный уровень дохода, степень религиозности и семейное положение.

Результаты и их обсуждение

Факторизация данных, полученных с помощью сокращенной версии опросника Т.А. Нестика на первом этапе исследования, позволила выделить восемь факторов. В таблице 1 приведены факторная структура и описательные статистики данных опросника.

Квотная, но гетерогенная выборка сглаживает многообразие взглядов на ситуацию, показывая усредненные результаты. Тем не менее, опираясь на описательные статистики, можно констатировать, что в период спада первой волны пандемии ни одна из версий происхождения коронавируса не вызвала поддержки у большинства россиян. Больше половины респондентов оказались сторонниками того, что возникновение новых инфекционных заболеваний – это либо естественный процесс мутации, происходящий в природе без участия людей ($M = 3,42$; $SD = 1,17$), либо чья-то ошибка ($M = 3,24$; $SD = 1,16$). Значительно меньше оказалось сторонников того, что эпидемии – это оружие, используемое одними людьми против других ($M = 2,65$; $SD = 1,25$), и что с помощью эпидемий богатые регулируют численность бедных ($M = 2,28$; $SD = 1,23$). Следовательно, конспирологические объяснения происхождения коронавирусной эпидемии не являлись доминирующими.

В то же время имели место проявления ковид-диссидентства. Часть респондентов разделяла мнение о том, что опасность эпидемий, подобных COVID-19, явно преувеличена, а шумиха в СМИ по этому поводу используется для отвлечения внимания общества от бо-

Таблица 1

Факторная структура и описательные статистики данных
опросника аттитюдов к пандемии (N = 986)

Утверждения	Факторная нагрузка	M (SD)
<i>Фактор конспирологических теорий о коронавирусе (15,9)</i>		
1. Вирусы, подобные COVID-19, создаются искусственно с какой-то целью	0,779	2,88 (1,27)
7. Эпидемии – это оружие, используемое одними людьми против других	0,726	2,65 (1,25)
4. С помощью эпидемий богатые регулируют численность бедных	0,645	2,28 (1,23)
2. Вспышка эпидемии – это, как правило, результат чьей-то ошибки	0,485	3,24 (1,16)
6. Возникновение новых инфекционных заболеваний – это естественный процесс мутации, происходящий в природе без участия людей	–0,766	3,42 (1,17)
5. Возникновение новых возбудителей болезней – чистая случайность	–0,762	2,89 (1,15)
<i>Фактор ковид-диссидентства (12,0)</i>		
19. Опасность эпидемий, подобных COVID-19, явно преувеличена	0,738	3,03 (1,22)
29. Бессмысленно надевать маску или отсиживать дома – если суждено заболеть, то этого не избежать	0,687	2,40 (1,32)
20. Шумиха в СМИ по поводу COVID-19 используется для отвлечения внимания общества от более важных проблем	0,657	3,20 (1,26)
21. Эпидемии представляют опасность только для людей с ослабленным здоровьем	0,620	2,79 (1,25)
28. Прививки от гриппа и других инфекционных заболеваний могут нанести больше вреда, чем пользы	0,437	2,79 (1,27)
27. Прививки часто вызывают побочные эффекты	0,423	3,16 (1,21)
<i>Фактор ковид-оптимизма (8,1)</i>		
25. Руководство нашей страны предпринимает достаточные усилия для сдерживания пандемии	0,812	2,79 (1,28)
24. Уровень развития медицины в России достаточен, чтобы спасти большинство заболевших коронавирусом	0,793	2,83 (1,24)
26. В случае глобальной эпидемии врачи смогут создать необходимое лекарство	0,670	3,34 (1,03)

Раздел 1

Продолжение таблицы 1

Утверждения	Факторная нагрузка	M (SD)
30. Если я заболею в ходе эпидемии, то смогу надеяться только на себя и своих близких	-0,488	3,33 (1,30)
<i>Фактор доверия и ответственности в обществе (6,3)</i>		
10. Во время эпидемии информация о количестве зараженных будет намеренно искажаться, чтобы не сеять панику	0,594	3,65 (1,08)
11. В случае эпидемии большинство людей не станут сообщать о том, что они заболели, чтобы не оказаться на карантине	0,582	3,52 (1,05)
14. Единственное спасение от эпидемии – в моральной сознательности и ответственности каждого	0,534	3,95 (1,07)
9. Причиной эпидемий является низкая образованность и несоблюдение правил гигиены	0,519	3,17 (1,27)
12. Большинство россиян не станут верить официальной информации о числе заболевших и умерших во время эпидемии	0,516	3,68 (1,03)
<i>Фактор страха инфицирования и мизофобии (4,6)</i>		
33. Я опасаясь приходить на прием в поликлинику, чтобы не заразиться	0,845	3,25 (1,35)
32. Я боюсь пользоваться общественным транспортом, так как там легко заразиться	0,806	3,11 (1,35)
<i>Фактор тревоги (3,5)</i>		
22. Меня очень тревожат новости об эпидемиологических угрозах	0,661	2,95 (1,18)
23. Я опасаясь новых и более опасных эпидемий	0,605	3,25 (1,22)
31. Я готов жертвовать деньги на помощь пожилым людям, заболевшим во время эпидемии	0,598	2,81 (1,15)
3. Эпидемии – это кара Господня	0,533	1,68 (1,02)
<i>Фактор прогнозного пессимизма (3,3)</i>		
17. Вполне вероятно, что в ближайшие 50 лет возникнет эпидемия, от которой умрут все люди	0,661	2,27 (1,15)
18. В ближайшие 20 лет эпидемии, подобные COVID-19, будут повторяться	0,605	3,63 (0,92)
27. Прививки часто вызывают побочные эффекты	0,575	3,16 (1,21)
28. Прививки от гриппа и других инфекционных заболеваний могут нанести больше вреда, чем пользы	0,574	2,79 (1,27)

Продолжение таблицы 1

Утверждения	Факторная нагрузка	М (SD)
<i>Фактор предпочтения строгих ограничительных мер (3,0)</i>		
13. За нарушение карантина нужно наказывать тюремными сроками	0,771	2,08 (1,19)
15. Нужно раскрывать информацию об истории передвижений и контактах заболевших, даже если это нарушает их право на неприкосновенность частной жизни	0,757	2,87 (1,36)
8. Только железная дисциплина может спасти общество от серьезной эпидемии	0,413	3,50 (1,23)
16. Чтобы не допустить паники, нужно пресекать распространение новостей, отличающихся от официальной информации и рекомендаций ВОЗ	0,392	3,06 (1,33)

Примечание: использовалась пятибалльная шкала ответов; в скобках после названия каждого фактора указана доля объяснимой дисперсии (в %).

лее важных проблем ($M = 3,20$; $SD = 1,26$), причем подобные настроения продемонстрировали и некоторые эксперты (Ушаков, Юревич, Нестик, Юревич, 2020).

Описательные статистики данных показывают, что на фоне пандемии доверие другим людям остается низким несмотря на то, что доминирует понимание необходимости мобилизации сил и согласованности действий. Респонденты выразили высокую степень согласия с тем, что единственное спасение от эпидемии – в моральной сознательности и ответственности каждого ($M = 3,95$; $SD = 1,07$). При этом они мало доверяют официальной информации о количестве заразившихся и умерших ($M = 3,65$; $SD = 1,08$), проецируют свое недоверие на других людей ($M = 3,68$; $SD = 1,03$), не верят, что остальные будут следовать правилам и не станут сообщать о том, что они заболели, чтобы не оказаться на карантине.

Участники первого этапа исследования в большинстве своем продемонстрировали страх инфицирования, мизофобию и осознание необходимости строгой дисциплины. По поводу опасности новых инфекций в ответах респондентов проявил себя прогнозный пессимизм ($M = 3,63$; $SD = 0,92$), но апокалиптические настроения не выражены ($M = 2,27$; $SD = 1,15$). Что касается вакцинации, то следует отметить беспокойство респондентов о поводу ее побочных эф-

Раздел 1

фектов, притом, что к вакцинации от гриппа у граждан уже выработалось позитивное отношение.

Второй замер, выполненный в конце осенней волны, сохранил факторную структуру данных опросника аттитюдов к пандемии, а также общие тенденции отражения коронавирусной угрозы и эпидемической ситуации. В связи с этим статистически значимые различия выявлены лишь по некоторым позициям.

В таблице 2 приведены значимые различия в отношении россиян к эпидемиологической угрозе в конце весеннего и в конце осеннего периодов пандемии.

На основе данных таблицы 2 можно говорить о довольно противоречивой динамике установок россиян в отношении пандемии.

Таблица 2

Значимые различия в отношении россиян к эпидемиологической угрозе в первую и вторую волны пандемии

Утверждения	Первая волна (n=986)		Вторая волна (n=827)		Z	P
	M	SD	M	SD		
За нарушение карантина нужно наказывать тюремными сроками	2,08	1,19	1,88	1,07	3,409	0,001
Нужно раскрывать информацию об истории передвижений и контактах заболевших, даже если это нарушает их право на неприкосновенность частной жизни	2,87	1,36	2,69	1,34	2,914	0,004
Опасность эпидемий, подобных COVID-19, явно преувеличена	3,03	1,22	2,83	1,20	3,585	0,000
Уровень развития медицины в России достаточен, чтобы спасти большинство заболевших от эпидемии	2,83	1,24	2,64	1,26	3,224	0,001
Руководство нашей страны предпринимает достаточные усилия для сдерживания пандемии	2,79	1,28	2,57	1,23	3,578	0,000
Прививки часто вызывают побочные эффекты	3,16	1,21	3,41	1,13	4,325	0,000
Если я заболею в ходе эпидемии, то смогу надеяться только на себя и своих близких	3,33	1,30	3,68	1,12	5,504	0,000
Я боюсь пользоваться общественным транспортом, так как там легко заразиться	3,11	1,35	2,90	1,37	3,269	0,001

Результаты второй волны подтверждают осознание респондентами того, что весной 2020 г. они недооценивали угрозу пандемии, посчитав изначально, что она преувеличена. Столкнувшись к концу года с угрозой коронавируса более близко, испытав на себе характер протекания заболевания и/или переживания за родственников, знакомых, коллег, накапливая фрустрацию от людских потерь и социальных ограничений, граждане оценили угрозу эпидемии более адекватно. В то же время в ходе второй волны эпидемии коронавируса, адаптировавшись в той или иной степени к кризисной ситуации, россияне существенно ниже оценивали необходимость призывов к социально ответственному поведению сограждан, введения жестких санкций в отношении нарушителей карантина. Они испытывали меньше, чем весной, опасений по поводу пользования общественным транспортом и все больше полагались только на себя и своих близких.

Результаты исследования показали также, что у россиян в период второй волны сохранилось осторожное, недоверчивое отношение к вакцинации. Полученные нами данные не противоречат результатам социологического опроса, выполненного в октябре 2020 г., согласно которому 73% россиян были не готовы к вакцинации (Более 70% россиян..., 2020), а в январе 2021 г. всероссийский онлайн-опрос (Хотят вакцинироваться..., 2020) выявил, что однозначно готовы к вакцинации от коронавируса только 16% россиян, еще 24% скорее готовы, чем нет. Мужчин, однозначно или скорее готовых к вакцинации, было больше, чем женщин: 48% и 30% соответственно. Россиян старше 45 лет, согласных привиться, оказалось чуть меньше половины (46%). Однозначно против вакцинации выступали 40% опрошенных, а 20% были не столь уверены в своем нежелании (скорее «против», чем «за»).

Отдельно представлены результаты динамики доверия в обществе на основе сравнения данных конца весеннего и осеннего периодов пандемии (см. таблицу 3). Значимых различий оказалось немного.

Как видно из таблицы 3, россияне стали меньше доверять средствам массовой информации. (Среди социальных институтов именно к СМИ сохранился самый низкий уровень доверия.) При этом стало больше тех, кто предпочитает получать информацию из социальных сетей. Следует отметить роль фактора урбанизации: со-

Таблица 3

Значимые различия в уровне доверия
на первом и втором этапах исследования

Утверждения	Первая волна (n = 986)		Вторая волна (n = 827)		Z	P
	M	SD	M	SD		
Доверяю средствам массовой информации	2,22	1,07	2,08	1,03	-2,734	0,006
Доверяю российским медработникам	3,34	1,05	3,18	1,10	-3,072	0,002
Я предпочитаю использовать социальные сети, а не смотреть телевизор	3,08	1,44	3,43	1,32	-5,093	0,001

гласно данным опросника зависимости от социальных сетей, жители крупных городов чаще отмечали, что увеличилась (при $p < 0,0001$) длительность их нахождения перед экраном монитора (ТВ), и сетовали на то, что продуктивность их деятельности снижается из-за социальных сетей (при $p < 0,001$).

Таким образом, стараясь перепроверить противоречивую информацию, ее потребители осуществляли поиск ее в альтернативных источниках, которые нередко наводнены фейковой информацией, что, в свою очередь, усиливало недоверие другим людям.

Кроме того, россияне стали меньше доверять медицинским работникам. Невысокий уровень доверия российскому здравоохранению фиксировался и до пандемии. Так, в 2019 г., согласно опросу ВЦИОМ, более 40% россиян заявляли о недоверии врачам (Губернаторов, 2019). При этом доверие у людей старшего поколения к медицине выше (73%). Разнится уровень доверия и в зависимости от степени урбанизации. В городах-миллионниках перепроверять диагноз или назначенные лекарства за последние 3–5 лет приходилось большему количеству респондентов (48%), чем россиянам из крупных городов численностью 500–950 тыс. жителей (39%). Это может свидетельствовать о том, что жители мегаполисов более требовательны к системе здравоохранения в отношении своего здоровья, ориентированы на более высокие стандарты качества и скорости оказания медицинских услуг.

Снижение доверия врачам на фоне затянувшейся пандемии может быть вызвано снижением качества медицинского обслуживания

из-за сосредоточенности медперсонала на преодолении основной угрозы, связанной с коронавирусом. Кроме того, следует отметить накопление усталости, выгорания у врачей (Холмогорова и др., 2020), даже не работающих в красной зоне (Овсяник, 2020; Одарущенко, Кузюкова, Еремушкина, 2020).

Снижение доверия в обществе, по мнению многих авторов, усиливает остроту кризиса, вызванного коронавирусом (Лубеницкая, Иванова, 2020; Нестик, Дейнека, Максименко, 2020; Min, Shen et al., 2020).

Существенным отличием второй волны пандемии явилось также повышенное внимание граждан к своим экономическим проблемам и ситуации в стране. В таблице 4 приведены результаты корреляционного анализа характеристик отношения личности к пандемии и субъективного уровня дохода, который на втором этапе исследования проявил себя как важный фактор отношения к пандемии.

Оказалось, что чем выше оценивался респондентами их доход, тем больше они проявляли доверия и к окружающим людям, и к правительству страны, и к медицинским работникам, и в меньшей степени соглашались с тем, что могут надеяться только на себя и своих близких. Также более обеспеченные и/или удовлетворенные своими доходами высказывали меньше подозрений в искажении официальной информации и меньше обвинений в умышленно инспирированной шумихе в СМИ для отвлечения внимания общества от более важных проблем, демонстрировали больше веры в возможности отечественной медицины спасти людей от коронавируса. Также у них была выше готовность проявлять благотворительность.

Среди тех, кто оценивал свой доход как низкий, напротив, было больше тех, кто не доверял официальной информации и предпочитал ей социальные сети, а также тех, кто низко оценивал меры, принятые в стране для борьбы с пандемией, был недоволен руководством страны и не доверял медицине.

Следует подчеркнуть, что оценка респондентами влияния пандемии на их жизнь была тем выше, чем ниже ими оценивался свой доход. Полученный результат подтверждает возросшую роль экономического фактора при адаптации к условиям эпидемической ситуации в осенний период пандемии.

Полученные результаты корреспондируют с выводами авторов одного из исследований государственной политики в условиях пан-

Раздел 1

Таблица 4

Значимые корреляции установок в отношении пандемии
и субъективного уровня доходов

Показатели	r	p
Доверие людям, которых лично знаете	0,11	0,0021
Доверие правительству нашей страны	0,17	0,0000
Доверие медицинским работникам	0,18	0,0000
Если я заболею в ходе эпидемии, то смогу надеяться только на себя и своих близких	-0,14	0,0001
Руководство нашей страны предпринимает достаточные усилия для сдерживания пандемии	0,47	0,0000
Уровень развития медицины в России достаточен, чтобы спасти большинство заболевших от эпидемии	0,13	0,0003
Во время эпидемии информация о количестве зараженных будет намеренно искажаться, чтобы не сеять панику	-0,13	0,0003
Шумиха в СМИ по поводу COVID-19 используется для отвлечения внимания общества от более важных проблем	-0,11	0,0016
Я готов жертвовать деньги на помощь пожилым людям, заболевшим во время эпидемии	0,17	0,0000
Я предпочитаю использовать социальные сети, а не смотреть телевизор	-0,13	0,0015
До какой степени существующая пандемия COVID-19 влияет на вашу жизнь?	-0,11	0,0000
По вашему мнению, до какой степени предпринятые меры помогают бороться с пандемией COVID-19?	0,10	0,0040

демии, подчеркивающих, что на фоне продолжающихся в обществе дискуссий об адекватности предпринятых мер особую важность приобретает качество разработки и реализации политических и управленческих решений для обеспечения баланса между ограничительными мерами и поддержанием экономического развития и жизненного уровня населения (Чубарова, Шарова, 2020).

Результаты сравнительного эмпирического исследования отношения россиян к пандемии, выполненного методом поперечных срезов в мае и декабре 2020 г., позволили сделать следующие выводы о динамике их установок к эпидемической ситуации в течение кризисного года.

Россияне признали, что в период первой волны недооценили угрозу пандемии, посчитав ее изначально преувеличенной. При этом в период второй волны были выявлены поведенческие проявления их привыкания к коронавирусному кризису, признаки психологической адаптации к нему. Так, осенью россияне испытывали уже меньше опасений по поводу использования общественного транспорта, статистически достоверно ниже стал уровень их требований к коллективной ответственности и степени жесткости наказания за нарушение правил поведения во время эпидемической угрозы. Кроме того, в период второй волны респонденты в меньшей степени разделяли мнение о необходимости обнародования частной информации и персональных данных заболевших COVID-19. В то же время не исчезло их недоверие к прививкам, что определенно замедляет процесс добровольной вакцинации и формирования коллективного иммунитета в России. Зафиксировано снижение доверия россиян к медицинским работникам (на фоне тенденции их профессионального выгорания) и в их лице ко всей системе здравоохранения.

На фоне второй волны пандемии усилилась роль экономических факторов адаптации к эпидемической ситуации. Компенсаторно усилилась склонность полагаться только на себя и своих близких в кризисный период заболевания. Выявлена тенденция снижения доверия к СМИ на фоне пандемии и, напротив, возросла вовлеченность россиян в социальные сети.

Литература

- Более 70% россиян не хотят делать прививку от коронавируса // РИА новости. 2020. 10 мая. URL: <https://ria.ru/20201005/privivka-1578199577.html> (дата обращения: 14.11.2021).
- Бочарова С., Иванов М.* СМИ все меньше замечают коронавирус // Ведомости. 2020. 19 октября. URL: <https://www.vedomosti.ru/society/articles/2020/10/19/843826-zamechayut-koronavirus> (дата обращения: 14.11.2021).
- Вторая волна оказалась сильнее первой. В Европе растет заболеваемость коронавирусом // ТАСС. 2020. 5 октября. URL: <https://tass.ru/obshchestvo/9630971> (дата обращения: 14.11.2021).
- Губернаторов Е.* Более 40% россиян заявили о недоверии врачам // РБК. Общество. 2019. 11 декабря. URL: <https://www.rbc.ru/society/11/12/2019/5df089c29a79479c2d976fb1> (дата обращения: 14.11.2021).

- Давыдов Д. Болезненное волнение. Как могут выглядеть новые волны пандемии // N+1. 2020. 15 мая. URL: <https://nplus1.ru/material/2020/05/15/covid-next-waves> (дата обращения: 14.11.2021).
- Дейнека О. С., Духанина Л. Н., Максименко А. А. Фейки и особенности их распространения в СМИ и социальных сетях в период инфодемии, вызванной COVID-19 // European Scientific Conference: Сб. статей XX Международной научно-практической конференции. Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2020. С. 326–341.
- Дейнека О. С., Максименко А. А. Оценка психологического состояния общества в условиях инфодемии посредством анализа социальных сетей: обзор зарубежных публикаций // Общество. Среда. Развитие. 2020. № 2. С. 28–39.
- Журавлев А. Л., Китова Д. А. Отношение жителей России к информации о пандемии коронавируса (на примере пользователей поисковых систем Интернета) // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 4. С. 5–18.
- Кононов А. Н. Тревога о будущем в условиях пандемии коронавирусной инфекции: исследование методом контент-анализа // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. «Психологические науки». 2020. № 3. С. 18–28. doi: 10.18384/2310-7235-2020-3-18-28
- Медеяник О. В. Влияние финансовой тревожности на страховое поведение россиян в условиях пандемии COVID-19 // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2020. Т. 13. Вып. 4. С. 354–373. doi: 10.21638/spbu12.2020.401
- Нестик Т. А., Дейнека О. С., Максименко А. А. Социально-психологические предпосылки веры в конспирологические теории происхождения COVID-19 и вовлеченность в сетевые коммуникации // Социальная психология и общество. 2020. № 4. С. 87–104.
- Овсяник О. А. Социально-психологические особенности адаптации врачей к возникновению пандемии // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. «Психологические науки». 2020. № 4. С. 75–81. doi: 10.18384/2310-7235-2020-4-75-81
- Одарущенко О. И., Кузюкова А. А., Еремушкина С. М. Сравнительный анализ уровня ситуативной и личностной тревожности медицинских работников и других групп населения в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции – COVID-19 // Вестник восстановительной медицины. 2020. № 3 (97). С. 110–116.

- Островский Д. И., Иванова Т. И.* Влияние новой коронавирусной инфекции COVID-19 на психическое здоровье человека: Обзор литературы // Омский психиатрический журнал. 2020. Т. 2-1S (24). С. 4–10. doi: 10.24411/2412-8805-2020-10201
- Лубеницкая А. Н., Иванова Т. И.* Мир уже никогда не станет прежним – пандемия нового тысячелетия: Обзор литературы // Омский психиатрический журнал. 2020. Т. 2-1S (24). С. 16–22. doi: 10.24411/2412-8805-2020-10203
- Невинная И.* Зарядка для антител // Российская газета. 2021. Федеральный выпуск № 42 (8393). URL: <https://rg.ru/2021/02/28/kogda-zakonchitsia-pandemiia-koronavirusa.html> (дата обращения: 14.11.2021).
- Пронин С. В., Филь Т. А., Александрова А. А., Чухров А. С.* Стрессоустойчивость и эмоциональное выгорание в условиях эпидемической обстановки // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2020. С. 142–147. doi: 10.38163/978-5-6043858-6-9_2020_142
- Сорокин М. Ю., Касьянов Е. Д., Рукавишников Г. В., Макаревич О. В., Незнанов Н. Г., Лутова Н. Б., Мазо Г. Э.* Структура тревожных переживаний, ассоциированных с распространением Covid-19: данные онлайн-опроса // Вестник РГМУ. 2020. № 3. С. 77–84.
- Темиргазина З. К.* Вспышка, всплеск или волна: как и что мы говорим о коронавирусе // Неофилология. 2020. Т. 6. № 24. С. 645–652. doi: 10.20310/2587-6953-2020-6-24-645-652
- Ушаков Д. В., Юревич А. В., Нестик Т. А., Юревич М. А.* Социально-психологические аспекты пандемии COVID-19: результаты экспертного опроса российских психологов // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 5. С. 5–17.
- Холмогорова А. Б., Петриков С. С., Суроегина А. Ю., Микита О. Ю., Рахманина А. А., Рой А. П.* Профессиональное выгорание и его факторы у медицинских работников, участвующих в оказании помощи больным COVID-19 на разных этапах пандемии // Неотложная медицинская помощь. Журнал им. Н. В. Склифосовского. 2020. Т. 9 (3). С. 321–337. doi: 10.23934/2223-9022-2020-9-3-321-337
- Хотят вакцинироваться 40% россиян // Медвестник. 2021. 15 января. URL: <https://medvestnik.ru/content/news/Hotyat-vakcinirovatsyaot-koronavirusa-40-rossiyan.html> (дата обращения: 14.11.2021).
- Чубарова Т. В., Шарова М. А.* Государственная политика как фактор, влияющий на развитие пандемии COVID-19: выводы для Рос-

Раздел 1

- сии // Государственное управление: Электронный вестник. 2020. Вып. 83. С. 84–107. doi: 10.24411/2070-1381-2020-10110
- Юревич А. В., Ушаков Д. В., Юревич М. А.* COVID-19: результаты второго экспертного опроса // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 6. С. 78–85.
- Gruchola M., Slawek-Czochra M.* “The culture of fear” of inhabitants of EU countries in their reaction to the COVID-19 pandemic – A study based on the reports of the Eurobarometer // Safety Science. 2021. V. 135. doi: 10.1016/j.ssci.2020.105140
- Min Ch., Shen F., Yu W., Chu Y.* The relationship between government trust and preventive behaviors during the COVID-19 pandemic in China: Exploring the roles of knowledge and negative emotion // Preventive Medicine. 2020. V. 141. doi: 10.1016/j.ypmed. 2020.106288
- Ioannidis J. P. A., Axfors C., Contopoulos-Ioannidis D. J.* Second versus first wave of COVID-19 deaths: Shifts in age distribution and in nursing home fatalities // Environmental Research. 2021. V. 195. doi: 10.1101/2020.11.28.20240366
- Karadag E., Tosuntas S. B., Erzen E., Duru P., Bostan N., Sahin B. M., Culha I., Babadag B.* Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: a structural equation model // Journal of Behavioral Addictions. 2015. V. 4 (2). P. 60–74. doi: 10.1556/2006.4.2015.005
- Koh J. X., Liew T. M.* How loneliness is talked about in social media during COVID-19 pandemic: Text mining of 4492 Twitter feeds // Journal of Psychiatric Research. 2020. V. 7. doi: 10.1016/j.jpsychires. 2020.11.015
- Seong H., Hyun H. J., Yun J. G., Noh J. Y., Cheong H. J., Kim W. J., Song J. Y.* Comparison of the second and third waves of the COVID-19 pandemic in South Korea: Importance of early public health intervention // International Journal of Infectious Diseases. 2021. doi: 10.1016/j.ijid.2021.02.004
- Sokal L., Trudel L. E., Babb J.* I’ve had it! Factors associated with burnout and low organizational commitment in Canadian teachers during the second wave of the COVID-19 pandemic // International Journal of Educational Research Open. 2021. V. 2 (2). doi: 10.1016/j.ijedro.2020.100023
- Tutgun-Ünal A., Deniz L.* Development of the Social Media Addiction Scale // Online Academic Journal of Information Technology. 2015. V. 6 (21). P. 51–70.

Анализ практик проживания в самоизоляции у студентов во время пандемии (апрель и октябрь 2020 г.)

О. О. Савина, В. А. Баранова

doi: 10.38098/fund_21_0442_06

Экстремальная ситуация пандемии инфекционного заболевания COVID-19 внесла в жизнь новые реалии, обозначив связанные с ними психологические феномены. Весной 2020 г. в связи с объявленной ВОЗ пандемией COVID-19 в Российской Федерации были введены ограничительные меры для предотвращения распространения коронавирусной инфекции. Эти меры коснулись в том числе студенчества, которое экстренно было переведено на режим дистанционного обучения и самоизоляции.

В психологическом плане социальная изоляция представляет собой реальное или воспринимаемое отсутствие удовлетворяющих социальных отношений, несоответствие между желаемыми и достигнутыми паттернами социального взаимодействия (Peplau, Perlman, 1982). Следует подчеркнуть, что традиционно социальная изоляция изучалась в особых ситуациях. Такие ситуации были обусловлены либо экстремальными условиями труда (например, изолированные группы космонавтов, подводников, вахтовиков и т. д.; Лебедев, 2001; Рюмин, 2017), либо ограничениями передвижений в специальных учреждениях (пенитенциарные учреждения, миграционные изоляторы, дома престарелых, обсервации, интернаты, больницы и т. д.; Ермасов, 2011; Прохвятилов, 2007). Подобные ситуации также могли быть связаны с возрастом (в большей мере подростковым или пожилым) или с особыми потребностями и индивидуальными особенностями людей (например, в связи с заболеваниями, травмами, инвалидностью и т. д.).

Значительный объем научных исследований заостряет внимание на негативном воздействии социальной изоляции как на физическое самочувствие, так и на психологическое здоровье.

Социальная изоляция — это не синоним одиночества, однако в исследованиях обнаруживается значимая связь между этими двумя феноменами, причем более высокие уровни одиночества связаны с более депрессивными симптомами, даже после учета факторов, связанных с возрастом, полом, этнической принадлежностью, образованием, доходом, семейным положением, социальной поддержкой и воспринимаемым стрессом (Holt-Lunstad, 2017; Holt-Lunstad et al., 2015). В обзорах эффектов социальной изоляции (Hawkey, Capitano, 2015; Holt-Lunstad, 2017) обсуждаются такие неблагоприятные ее последствия для здоровья, как депрессия, плохое качество сна, нарушение исполнительных функций, ускоренное снижение когнитивных функций, нарушения сердечно-сосудистой функции и иммунитета на всех этапах жизни, вследствие чего одиночество может нанести серьезный ущерб физическому и психологическому здоровью человека. Исследования, проведенные на подростках в условиях хронической социальной изоляции, обнаруживают высокую вероятность риска употребления ими психоактивных веществ, низкую степень принадлежности к школе, снижение чувства благополучия, проявления депрессии, тревоги, низкой самооценки, переживания одиночества, которое ассоциируется с печалью и тревогой (Ingram, London, 2015), а также с вероятностью суицидальных тенденций (Mamun, Griffiths, 2020).

Таким образом, данные, полученные на близком к студенчеству возрасте, демонстрируют, что при введении мер социальной изоляции существует высокий риск негативных последствий для физического и психологического здоровья молодых людей, причем эти последствия могут быть одновременными, кумулятивными и длительными, что актуально в современной ситуации пандемии COVID-19 в плане прогноза многоаспектного характера пост-стресса (Shah et al., 2020; Das, 2020). Исследователи подчеркивают негативное влияние кумулятивности для реализации преодолевающего поведения и совладания с угрозой (Харламенкова и др., 2020).

Важными особенностями эпидемиологической угрозы являются не только связанное с ней ухудшение экономического благополучия семьи, но и нарушение образа жизни в связи с пространственной скуденностью, с вынужденностью повседневных однообразных контактов, с существенными нарушениями привычного режима дня, питания и сна (Быховец, Дан, Никитина, 2020; Prime, Wade, Browne, 2020).

Также в качестве отрицательно воздействующих факторов выделяются интенсивность и обилие пугающей информации, непредсказуемость воздействия вируса, неопределенная продолжительность пандемии, противоречивость рекомендаций в отношении методов лечения, отсутствие ясности относительно возможных симптомов заболевания, последствий для здоровья. Все это вызывает волнения, страх, депрессивные и тревожные реакции, а также повышает риск суицидов (Kumar, Somani, 2020; Montemurro, 2020). В то же время понимание того, что действие того или иного стрессора уменьшается или должно прекратиться, приводит к лучшему контролю над ситуацией и преодолению ее негативных аспектов.

Социальная изоляция на этапе молодой взрослой жизни связана с рисками личностного развития, так как для этого возраста характерен конфликт между близостью и изоляцией (Erikson, 1950). Сейчас нередко наблюдаются случаи, когда молодежь предпочитает не покидать свой дом, находить деятельность вне официальных структур и коллективов, минимизировать реальные контакты с социальным окружением, что способствует возникновению негативных тенденций в межличностных отношениях, усиливая неблагоприятный прогноз в отношении социальных связей (Chong, Chan, 2012; Lee et al., 2013; Ovejero et al., 2014).

Поскольку подростковый и юношеский возраст являются периодами особенно высокого риска одиночества, то для молодых людей именно образовательные структуры, школы и вузы, в которых они проводят большое количество времени, являются средой для практики здоровых отношений и социальных навыков. При этом организационная и культурная среда может непреднамеренно усиливать проблемы, связанные с социальной изоляцией, поэтому факторы среды являются важными, нуждаются в глубоком изучении для развития способности поддерживать стабильное эмоциональное состояние, стремления к достижению поставленных целей, умения находить смысл в негативных обстоятельствах, адаптироваться к ним (Emmons, Colby, Kaiser, 1998). Даже в таких крайних формах самоизоляции, к каким относят феномен хихикомори, исследователи обнаруживают личностный рост, формирование идентичности, поиск смысла благодаря самонаблюдению и саморефлексии и отсутствию общественного давления и ограничений (Лякина, 2018).

В настоящем исследовании выявлялись практики самоизоляции у студентов в весенний (первый месяц учебы в дистанционном режиме) и осенний периоды пандемии (осенний семестр учебы в дистанционном режиме 2020–2021 гг.).

Международные исследования, проведенные зимой и в начале весны 2020 г. (в первый период пандемии), обнаружили значительный уровень воздействия нового инфекционного заболевания на психологическое здоровье молодых людей. Например, в китайском исследовании (Liang et al., 2020) были выявлены психологические проблемы и симптомы ПТСР более чем у 14% лиц студенческого возраста. Сходная картина была получена на европейской студенческой выборке: более чем у 60% испытуемых фиксировались высокий уровень стресса и общее тревожное расстройство (Rogowska et al., 2020). В указанных исследованиях на китайской и европейской выборках проводился анализ факторов, влияющих на ухудшение психологического состояния или, наоборот, препятствующих негативным последствиям стресса. К негативным факторам были отнесены низкая общая самооценка здоровья, высокий уровень тревожности и стресса, негативные копинг-стратегии, эмоционально-ориентированные стили совладания. К социально-демографическим факторам — женский пол и низкий образовательный уровень.

Согласно проведенным исследованиям, травматические последствия экстремального события имеют отсроченный эффект, латентный период от двух и более месяцев (Магомед-Эминов, 2008). Ряд ученых прогнозируют кумулятивный характер хронического стресса (Харламенкова и др., 2020). Психотравматические события могут провоцировать расстройства адаптации, кризисы развития, нарушая целостность личности, влияют на систему социальной поддержки, приводят к фрустрации. Однако негативные изменения как следствия социальной изоляции — лишь один из аспектов этого явления. Рассматривая ситуацию пандемии как экстремальную (Магомед-Эминов, 2020), подчеркнем, что опыт, приобретаемый в ней человеком, наряду с негативными составляющими (страдание, расстройство, дистресс, травмы) имеет и положительные, такие как упражнение в стойкости и мужестве, развитие личности, развитие практик заботы (Магомед-Эминов, 2008). Так, в экспериментальных исследованиях, в которых моделировались условия длительной изоляции (Шольцова, Виноходова, 2013), показано, что человек может извле-

кать из трудной ситуации положительные моменты, проявлять стойкость, проактивное совладание, способен на обусловленный стрессом личностный рост. Учитывая опыт исследования феноменов, наблюдавшихся во время прошлых вспышек инфекционных заболеваний, исследования нынешней пандемии COVID-19, по мнению ряда авторов (Chew et al., 2020), должны быть сосредоточены на отдельном человеке в контексте более широкой социальной среды и делать акцент на повышение его осведомленности о диапазоне возможных психосоциальных реакций, о возможностях доступа к психологической помощи, о способах самопомощи и т. д.

Программа и результаты сравнительного исследования студенческих дискурсов весны и осени 2020 г.

Исследовательская методика включала следующие инструменты: 1) инструкцию для создания респондентами письменного текста о личном опыте жизнедеятельности в период пандемии в соответствии со следующей инструкцией: *«Составьте небольшой рассказ, историю о том, что происходило или происходит с вами, о ваших наблюдениях за людьми в период пандемии. В свободной форме опишите, сохраняется или изменился ли ваш образ жизни при введении требований социального дистанцирования и дистанционного обучения весной 2020 г., и как ваша жизнь организована сейчас. Как выстраиваются отношения в пространстве, в котором вы живете (в квартире или общежитии, в учебном заведении, на полевой практике, в городе)? Что вы можете сказать об образе жизни и настроении тех, кто живет рядом с вами? Дистанционное общение обогатило или обеднило вашу жизнь?»*; 2) десятибалльные шкалы самооценки самочувствия, настроения, фрустрированности, удовлетворенности учебой и социальными контактами; 3) методику САН (самочувствие, активность, настроение) для измерения особенностей психоэмоционального состояния. Сбор информации осуществлялся анонимно, добровольно, дистанционно, в форме эссе о своем опыте жизни в условиях самоизоляции и дистанционного обучения.

Целью исследования являлся сравнительный анализ представлений студентов о своем опыте жизни в ситуации пандемии (в том числе оценки ими своего эмоционального состояния) в период первой и второй волн. Мы предположили, что: 1) существу-

ют различия в оценках студентами своих деятельности и общения в осенний и весенний периоды пандемии COVID-19, 2) различия в оценке жизненной ситуации обусловлены личностной проработкой опыта, 3) субъективные оценки своего состояния студентами в осенний период будут ниже, чем в начальный период пандемии, что обусловлено действием адаптационных психологических механизмов.

Первый этап исследования был осуществлен в апреле 2020 г., в первый месяц после начала перехода студентов на дистанционное обучение и режим самоизоляции (17.03.2020), т. е. в наиболее острый период адаптации к изменившейся ситуации жизнедеятельности. Данный этап носил характер пилотажного исследования. Второй этап исследования состоялся в октябре 2020 г., когда было продолжено обучение в формате сочетания очных и заочных занятий после летних каникул. Данный период был выбран как момент возможной манифестации травматических реакций у студентов. Следует отметить, что в середине осеннего семестра студенты вновь перешли к полностью дистанционному обучению.

Респондентами являлись студенты высших учебных заведений гуманитарного и естественно-научного профилей ($N = 103$; весна 2020 г. $N = 37$, осень 2020 г. $N = 66$), молодые люди 20–26 лет, из них 36 мужчин (35%) и 67 женщин (65%), 30 второкурсников (30%) и 73 (70%) четырех- и пятикурсников, возрастной диапазон испытуемых: $M = 21,12$, $Me = 21$, $SD = 1,37$.

Сравнение условий, в которых проходил этап самоизоляции весной и осенью, включало изучение предоставленной самими студентами информации о том, где и с кем они проживали в эти периоды времени. Согласно полученным данным, весной 2020 г. 73% респондентов жили в отдельных квартирах, 22% в загородном доме (или на даче), 1% остались в общежитии (см. таблицу 1). Несколько иначе картина проживания выглядела у респондентов, опрошенных осенью: 27% проживали в течение полугода в квартирах, 17% в загородном доме (на даче), 36% в общежитии, 20% написали, что период между первой и второй волнами пандемии они провели, перемещаясь из общежития в свой родной город или в населенные пункты с менее строгими правилами дистанцирования, были на летней практике, заработках и т. д., а осенью вернулись в Москву для продолжения обучения.

Таблица 1

Условия самоизоляции и дистанционного обучения

Где проживали	Весна 2020		Осень 2020		Всего	
	N=37	%	N=66	%	N=103	%
В отдельной квартире	27	73	18	27	50	49
На даче/в собственном доме	8	22	11	17	19	18
В общежитии	3	1	24	36	27	26
Перезеды			13	20	13	12

В дискурсах студенты указывали преимущества жизни в доме за городом, среди которых – большая свобода перемещений, что «позволило более спокойно пережить пандемический период».

Сравнительное изучение окружения студентов показало, что значительная часть респондентов провели период пандемии в окружении других людей, преимущественно среди членов своей семьи (родительской) либо с соседями по общежитию. На это указали 72% студентов весной и 71% осенью. Другие проживали либо в одиночестве (14%), либо в паре (см. таблицу 2).

Таблица 2

Социальное окружение

С кем проживали	Весна 2020		Осень 2020		Всего	
	N=37	%	N=66	%	N=103	%
В одиночестве	5	14	9	14	14	14
Вдвоем	5	14	10	15	15	14
С семьей (родительской) или с соседями по общежитию	27	72	47	71	74	72

Полученные от респондентов словесные дискурсы – письменные тексты, жанр и объем которых не был строго задан в инструкции – представляли собой рассказы (нарративы), написанные от первого лица с жизненной историей о событиях весны, лета и осени 2020 г. Эта история касалась прежде всего самих авторов текстов, но включались также повествования о других людях, констатации плюсов

Раздел 1

и минусов дистанционного обучения, оценочные суждения по поводу протективных мер, предпринимаемых государствами, о защите природы, о поведении людей в условиях социальных ограничений. Отдельные тексты представляли собой стихотворные произведения, а также притчи. В среднем объем текстов, которые были написаны весной и осенью, составлял около 600 слов (см. таблицу 3). Следует отметить, что тексты, написанные респондентами в осенний период, в отличие от «весенних», отличались большей вариативностью объема (от 0,5 до 10 страниц), о чем свидетельствует больший разброс данных. Подобная вариативность позволяет предположить разную степень рефлексии и проработки опыта: от позиции избегания, ухода от размышлений о происходящих событиях, до погруженности в ситуацию, застревания на определенных аспектах своей жизни в пандемии, возможно, о травматическом, неотреагированном характере переживаний.

Таблица 3

Количественное описание дискурсов (количество слов в эссе)

Объем высказываний	Весна 2020	Осень 2020
M	585	585,3
Me	492	480
SD	237,90	354,3

Одной из важных тем, которые были представлены в текстах, являлась тема изменения образа жизни (см. таблицу 4).

Таблица 4

Оценка изменения образа жизни

Изменился ли образ жизни	Весна 2020		Осень 2020		Всего	
	N = 37	%	N = 66	%	N = 103	%
Не изменился	7	19	3	4	10	9
Частичные изменения	12	32	7	11	27	26
Существенные изменения	18	49	56	85	74	72

При сравнении дискурсов весны и осени прослеживаются следующие различия: если о существенном изменении образа жизни весной говорили только около половины респондентов, то осенью уже 85% утверждали, что образ жизни трансформировался, причем отмечался большой масштаб изменений, уточнялись их сферы (экономическая, сфера здоровья и т. д.), осуществлялась дифференцировка изменений самого себя и людей вообще, своей семьи и другого окружения. Следует отметить, что весной часть респондентов, которые не указали на существенную трансформацию образа жизни, все же отмечали, что изменения коснулись других людей, а также режима дня и рабочей недели.

Сравнительный анализ представлений студентов об изменениях в режиме жизнедеятельности демонстрирует существенные сдвиги в осознании происшедших изменений в «осенний» период исследования (см. таблицу 5).

Таблица 5
Изменение режима жизнедеятельности

Изменения в режиме жизнедеятельности	Весна 2020		Осень 2020		Всего	
	N=37	%	N=66	%	N=103	%
Нет указаний на изменение режима	4	11	2	3	6	6
Режим не изменился	10	27	5	8	15	15
Режим изменился	23	62	59	89	85	83

Так, если весной изменения отметили 62% испытуемых, то осенью уже почти 90%. В дискурсах осеннего периода студенты отмечают различие режима самоизоляции и сочетания дистантной и очной форм обучения в университете. Представляют интерес высказывания тех студентов, которые не видят изменения в режиме: как правило, в текстах речь идет о том, что им удалось быстро самоорганизоваться в связи с требованиями ситуации, но эта способность у них была и раньше.

Поскольку большинство полученных нами эссе – нарративы, представляется возможным вычленив описанные ими жизненные этапы.

Таблица 6
Выделение этапов жизни

Жизненные этапы в связи с пандемией	Весна 2020		Осень 2020		Всего	
	N= 37	%	N= 66	%	N= 103	%
Не выделяются	6	16	5	8	11	11
До и после начала пандемии (два этапа)	15	41	14	21	29	28
Три и более этапов	16	43	47	71	63	61

Как видим из таблицы 6, весной у 16% респондентов, а осенью лишь у 8% этапность не обнаружена. Анализ текстов весеннего периода свидетельствует о примерном количественном равенстве респондентов, которые отмечают два этапа своей жизни, разделенных известием о начале пандемии либо известием о переходе на дистанционную форму обучения (41%), и респондентов, выделяющих более дробные жизненные этапы (43%). В высказываниях последних, как правило, обнаруживается событийное членение адаптационного периода, причем эти события как индивидуальные (относятся к сфере самоорганизации и преодоления возникших трудностей), так и семейные (например, болезнь родственников). Лишь у небольшого числа респондентов представлен период, определяемый нами как «будущее»: в этих случаях студенты очень неопределенно говорят об окончании пандемии и о том, что будет после завершения периода ограничений.

В дискурсах осеннего периода доля «малоэтапных» текстов уменьшилась. Большинство респондентов выделяют следующие временные отрезки: «до пандемии», «переход на дистантное обучение», «весна» (здесь событийными моментами, выделяющими период, являются первые недели дистанта, возможные переезды из общежития домой или из города на дачу, совладание с учебными требованиями), сдача сессии; летние каникулы (время частичного снятия социальных ограничений), практика, путешествия или устройство на временную работу; начало осеннего семестра и введение других форматов обучения: вначале сочетания очного и заочного, а затем переход к дистанту в связи со второй волной пандемии. В отличие от весеннего периода, более значительная часть респондентов выделяет период

будущего (45%), но это будущее либо неопределенно («когда это всё закончится», «после пандемии»), либо связано с ожиданием введения новых ограничений и полного дистанта (что в результате и произошло в ноябре 2020 г.). Отметим, что в психологической литературе представления об этапности адаптации, количестве ее стадий и их длительности значительно варьируются, говорится о необходимости учета целого ряда факторов: объективных (характер деятельности, временные и пространственные условия и т. д.) и субъективных (осознанность ситуации, смысловая значимость происходящего для индивида и т. д.). В частности, в исследовании социальной изоляции в условиях армейской службы выделены два основных этапа адаптации: начальный, до 6 месяцев, для которого характерны наиболее значимые личностные изменения, и адаптационный, от 6 до 18 месяцев (Погодин, 2002); в исследованиях изолированных экипажей космонавтов в период полета выявляются до семи этапов адаптации (Лебедев, 1979).

Сравнительный анализ тематического содержания дискурсов

Контент-анализ проводился методом согласованной экспертной оценки по нескольким тематическим направлениям:

- индивидуально-психологические характеристики: высказывания респондентов о познавательных процессах, эмоциях, волевых проявлениях, потребностно-мотивационной сфере, психологических, темпераментальных качествах, способностях и т. д.;
- телесные и поведенческие характеристики;
- пространственно-временные дискурсы;
- высказывания об учебе, дистанционном образовании;
- социально-психологические и коммуникативные проблемы, наблюдения за людьми из близкого окружения или за более широким кругом лиц;
- особенности семейной ситуации, изменения в семейных отношениях в связи с пандемией;
- информационно-технические проблемы;
- особенности бытоустройства и сферы досуга, отдыха в период пандемии;

Раздел 1

- личностные ресурсы: самопонимание, самоанализ, применяемые способы преодоления трудностей, поиск психологических ресурсов для совладания с трудностями;
- отношение к ситуации пандемии, ее проблемам, негативным аспектам, а также отношением респондентов к пандемии и оценкой изменений.

В количественном плане подсчитана сумма содержательных единиц, определены доля каждой категории в общем объеме высказываний и ее рейтинг среди них. Экспертами было выделено для анализа следующее количество содержательных единиц: 936 в весенних дискурсах, 2070 – в осенних. Если высказывание по своему содержанию могло быть отнесено к различным категориям (например, общение с преподавателями по учебным вопросам или конфликты с семьей по поводу зонирования пространства в квартире), то оно учитывалось и в той, и в другой категории как самостоятельное высказывание. Соответственно, для определения значимости категории были сопоставлены количественные и смысловые аспекты высказываний.

На рисунке 1 представлены данные сравнительного анализа дискурсов весны и осени 2020 г.

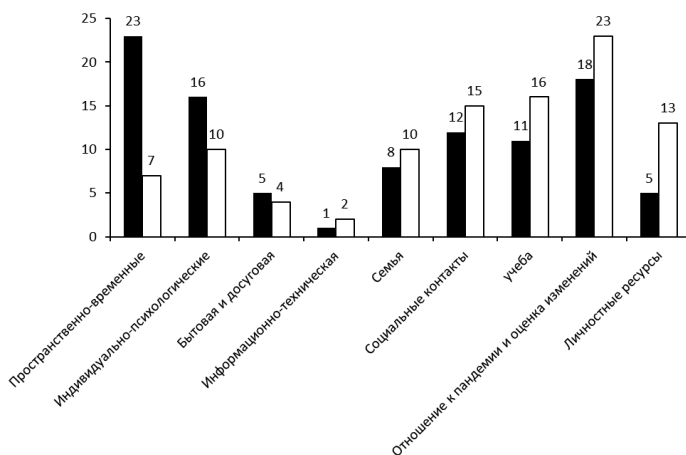


Рис. 1. Сравнение тематических высказываний в дискурсах весны и осени 2020 г. (% от общего числа высказываний).

Обозначения: черным цветом даны показатели дискурса весны (n = 936), белым – осени (n = 2070)

При сопоставлении процентной доли высказываний на разные темы были выявлены определенные различия, которые наиболее выражены у пространственно-временных, индивидуально-психологических и личностных: обнаружено снижение доли пространственно-временных, индивидуально-психологических высказываний в осенний период по сравнению с дискурсами студентов весной 2020 г. Осенью выявлена большая доля высказываний, отнесенных к сфере работы личности над собой, к анализу своих действий, их эффективности или, наоборот, непродуктивности. Представляет интерес более развернутое, чем весной, продумывание и осмысление изменений жизни в ситуации пандемии. Фиксируется также повышение доли характеристик учебной деятельности, испытываемыми делаются попытки проанализировать свое отношение к дистанту. Доли тем, относящихся к социальным контактам, семейным взаимоотношениям, бытовой и досуговой и информационно-технической сферам в количественном плане примерно равны.

Анализ самочувствия студентов весной и осенью 2020 г.

Для зондирования общего состояния студентов в период начала пандемии и спустя полгода продолжающейся сложной ситуации пандемии в России были использованы шкалы самооценки (см. таблицу 7) и тест САН (см. таблицу 8). Для оценки значимости различий применялся параметрический критерий t-Стьюдента.

Таблица 7
Сравнительный анализ самооценки студентов

Показатели самооценки	Весна 2020			Осень 2020			Т-тест (p)
	M	Me	Sd	M	Me	Sd	
Самочувствие	7,6	7,8	1,6	7,4	8,0	2,1	0,61
Настроение	7,1	7,0	1,5	6,7	7,0	2,0	0,34
Фрустрация	4,8	4,0	2,4	5,1	5,0	2,7	0,60
Удовлетворенность учебой	6,9	7,0	2,1	5,7	6,0	2,6	0,03*
Удовлетворенность контактами	5,7	5,8	2,6	6,6	7,0	2,7	0,12

Обозначения к таблицам 7 и 8: * – различия значимы при $p < 0,05$.

Таблица 8

Сравнительный анализ показателей
эмоционального благополучия студентов

	Самочувствие		Активность		Настроение	
	Весна	Осень	Весна	Осень	Весна	Осень
M	50,7	45,1	49,7	41,0	51,6	46,8
Me	54,0	47,0	56,0	42,5	54,0	51,5
Sd	9,2	11,6	13,6	12,8	10,5	14,7
T-тест (p)		0,04*		0,02*		0,14

По результатам шкал самооценки, и весной, и осенью состояние эмоциональной сферы студентов можно охарактеризовать как хорошее: высоки показатели по самочувствию, настроению; несколько ниже, но превышает средний уровень удовлетворенность социальными контактами и учебой; показатель фрустрированности средний.

Сравнительный анализ, проведенный с помощью критерия Стьюдента, не выявил значимых различий результатов по шкалам самооценки «самочувствие», «настроение», «фрустрированность» и «удовлетворенность социальными контактами». Значимые различия обнаружены по показателю «Удовлетворенность учебой» ($p=0,03$). Удовлетворенность дистанционным обучением у респондентов, которые описывали свой опыт осенью, ниже, чем у студентов в начальный период пандемии, и является свидетельством повышения их критичности по отношению к учебной сфере в осенний период.

Показатели эмоционального благополучия, определяемые методикой САН, находятся в диапазоне средневысоких значений и соответствуют результатам, полученным по шкалам самооценки.

Значимые различия обнаружены по показателям «самочувствие» ($p=0,04$) и «активность» ($p=0,02$). Эти показатели у респондентов, которые описывали свой опыт осенью, ниже, чем у студентов в начальный период пандемии. Различия по показателю «настроение» не достигают уровня значимости.

Обсуждение результатов

Наше исследование было направлено на выявление субъективной картины жизни в экстремальной ситуации на примере самоописаний жизнедеятельности в период пандемии, полученных от студенческой молодежи. Представленные количественные результаты требуют дальнейшего осмысления и дополнительного анализа. Мы предприняли попытку сравнить «горячие» (не прошедшие должного осмысления, рассудочной обработки) дискурсы, относящиеся к началу ограничительных мер в виде самоизоляции и перехода к дистанционному обучению, с дискурсами осеннего периода, что делает возможным выявить отношение студентов к опыту своей жизни, которое сформировалось в этот длительный период.

На основании экстраполяции данных о психологическом влиянии карантинных, социальной изоляции при эпидемических случаях, описанных в более ранних и в современных исследованиях пандемии COVID-19 (Das, 2020, Naser et al., 2020; Preti et al., 2020; Shah et al., 2020), мы предположили, что эмоциональное благополучие осенью будет более проблематичным из-за накапливающегося кумулятивного эффекта воздействия факторов стресса, что будет проявляться в большом количестве отрицательных высказываний, в признаках травматических тенденций и в низких показателях самооценки своего самочувствия, настроения и активности. Данная гипотеза нашла частичное подтверждение в том, что в осенний период показатели самочувствия и активности значимо ниже весенних, что может быть проинтерпретировано как тенденция к ухудшению эмоционального состояния.

Наши данные весеннего периода расходятся с более низкими оценками активности (среднее групповое значение $3,48 \pm 1,03$), полученными весной на категории респондентов, схожей с нашей (Скотникова и др., 2020). В то же время по шкалам самочувствия и настроения средние оценки примерно совпадают с результатами, полученными И. Г. Скотниковой и ее коллегами в этот же период. Их данные о средних и низких уровнях тревоги, вызванной ситуацией неопределенности, вполне согласуются с полученными нами. Более низкий уровень активности авторы объясняют действием ограничительных мер. В нашем исследовании по показателю активности наблюдается сравнительно широкий разброс данных, что может быть объяснено как различием жизненных ситуаций, так и разными индивидуаль-

но-психологическими способностями к адаптации у респондентов. Так, в ряде исследований содержательных и динамических характеристик личности индивидов в процессе адаптации в условиях относительной социальной изоляции (Ермасов, 2011; Погодин, 2000) показаны взаимосвязи успешности адаптации с индивидуально-личностными характеристиками индивидов, — в частности, с выраженной экстраверсией и низким нейротизмом. В качестве стабилизирующего фактора, определяющего характер переживания стресса, выступают механизмы защиты и механизмы преодоления стресса или копинг-стратегии, а осмысленность жизни является достоверным адаптивным фактором безотносительно к условиям, в которых протекает адаптация. Психологическое предназначение преодолевающего поведения решает задачу достижения максимальной адаптированности человека к требованиям ситуации путем овладения, ослабления или смягчения этих требований, редукции стрессового воздействия ситуации.

Для более глубокого понимания психологического смысла, который внесла пандемия в жизнь студентов, обратимся к сравнению тематических дискурсов весеннего и осеннего периодов.

Доля высказываний *индивидуально-психологического плана* в общем объеме дискурсов весной и осенью примерно равна. И весной, и осенью, оглядываясь на полугодичный отрезок своей жизни, студенты писали о проблемах ограничений в двигательной сфере, о малоподвижности, о своих домашних тренировках (или переживаниях по поводу их невозможности и своей неспособности как-либо повлиять на эту ситуацию). В весенний период фиксировались изменения режима питания, сна и бодрствования, отмечались нарушения сна, в сфере здоровья и в когнитивной сфере (сложность сосредоточения, невнимательность), отсутствие мотивации что-либо делать или, наоборот, повышение мотивации; колебания настроения: от эйфории неожиданных «каникул» до апатии, скуки, напряженности («*В какой-то момент настроение и общее состояние весной стало ухудшаться, хотелось больше движения*»; «*После тренировок и велосипеда все вернулось в норму (даже, возможно, еще лучше, чувствовался прилив энергии), и этой настрой мне удалось удержать до начала нового семестра*»; «*Закрытое пространство, неопределенность ситуации, дедлайны — все это влияло на эмоциональное состояние не лучшим образом*»).

В осенних дискурсах описывается динамика эмоционального самочувствия летом и осенью. Дискурсы различаются, потому что для некоторых студентов летний период принес облегчение, ощущение возвращения к обычной жизни (были сняты ограничения), но другие ощущали раздражение, тревогу и недовольство собой, окружающими, ограничительными мерами и т. д. Описывая актуальный момент, студенты делились опасениями (или надеждами) вновь оказаться на самоизоляции («*Сейчас я ощущаю постоянную тревогу из-за того, что ситуация снова усугубляется*»).

Не обнаружено существенных изменений в доле характеристик, связанных с *информационно-технической сферой*, а также с *бытовыми и досуговыми описаниями*. В дискурсах весеннего и осеннего периодов эти сферы представлены сравнительно небольшим количеством высказываний, которые относятся к начальному периоду: именно с ним, очевидно, связаны наиболее существенные проблемы в данных сферах. В высказываниях, отнесенных к области быта, преобладают темы устройства домашнего уюта, распределения обязанностей по уборке и приготовлению пищи, изменения в системе доставки продуктов (интернет-закупки и курьерские доставки). Достаточно часто встречаются высказывания об открытии для себя творческого характера домашних дел, интереса к приготовлению пищи и к благоустройству: «*Дома стало сильно проще, когда меня окружает моя зона комфорта, моя удобная и красивая мебель, запах моего дома, мой любимый вид из окна, собака, домашняя одежда*»; «*Лично для меня тихо сидеть дома и заниматься тем, что мне интересно – приятное времяпрепровождение и отдых от учебной и рабочей рутины*»; «*Я навела порядок у себя в гардеробе, раздала кучу лишних и ненужных вещей*». В качестве вариантов досуга и увлечений в весенний период пандемии были названы просмотр фильмов, чтение книг, интернет-курсы. Летом это переезды на дачу или путешествия по стране. Обнаруживается также тема изменения привычных занятий: «*Раньше по осени у меня было много мероприятий, проектов, встреч с волонтерами. Мы пристраивали бездомных котиков, работали с детьми в школах или были проводниками на крупных мероприятиях. Сейчас все закрыто и ограничено*».

Более значимыми в весенних и осенних дискурсах студентов являются темы *социальных контактов и семейной ситуации*. Последняя тема была выделена из социальных контактов как имеющая свою

специфику. Для сферы социальных контактов как в дискурсах весны 2020 г., так и в осенних характерна тематика удовлетворенности/неудовлетворенности дистанционным общением, дифференцированности общения (вынужденных или желательных контактов), уменьшения/увеличения числа контактов: *«Без сомнения, если бы данный период прошел как обычно, а не на самоизоляции, то было бы куда больше событий, встреч и т. д.»*; *«Единственный ощутимый плюс — это то, что теперь каждый социальный контакт с другим человеком для меня за радость»*; *«Весной 2020 г. мы часто общались с моими друзьями из общежития, с друзьями из школы. Это тоже очень помогло, так как это общение позволяло понять, что все мы проходим через одно и то же, что это касается нас всех»*. В осенних дискурсах появляется тема одиночества как отрицательного/положительного явления в жизни: *«На самом деле почти за полгода у меня сложилось ощущение, что совершенно забыла, как коммуницировать с людьми, о чем говорить и как говорить»*; *«Мы вернулись в сентябре в общежитие, но отношения сейчас очень сильно напряженные»*. Описанные рефлексивные моменты, на наш взгляд, соотносимы с динамикой изменений в ходе развития стресса в условиях социальной изоляции. В дифференциальной схеме развития социально-психологического субсиндрома стресса в качестве стадий развития общения в изоляции рассматриваются переход от ориентировочного «замирания» к личностной «экспансии», вынужденной помощи партнеру, стабилизации ролевого статуса, а затем доминирование субсиндрома изменения общения (либо увеличение, либо снижение активности общения) (Китаев-Смык, 1983, с. 291). Причем при стрессовой активизации общения в разных условиях могут преобладать либо социально позитивные компоненты межличностного взаимодействия, консолидирующие группу, либо дезорганизующие ее. Таким образом, в сфере общения в период пандемии наблюдаются поляризация позиций и перестройка ценностей и смыслов социальных контактов для молодого человека. С одной стороны, контакты становятся более избирательными, осознанными, они проверены «на прочность», поверхностные связи разорваны. С другой — для ряда студентов усугубляется дистанцирование с другими людьми, появляется ощущение ненужности, напряжения в социальной сфере, стремление выйти из нее, ограничиваясь виртуальным общением, либо изолироваться, уйти в себя, погрузившись в одиночество. Подобная поляризация

позиций обнаруживается и в дискурсах, относящихся к изменению семейной ситуации (отношения с родителями, пожилыми родственниками, братьями и сестрами, поведение членов семьи в период самоизоляции). Для части студентов семейные отношения прошли испытание пандемией, укрепив родственные и человеческие связи, раскрыв такие качества, как взаимная поддержка, внимание и забота друг о друге: *«Мне очень повезло, поскольку я провел самоизоляцию не в одиночестве»; «Со мной всегда был человек, готовый поддержать в трудную минуту»; «По характеру мы домоседы, поэтому все трудности были нам по плечу»; «Наоборот, благодаря времени, проведенному вместе, мы только сблизились и узнали друг друга лучше».* Очевидно, позитивная динамика свидетельствует о том, что семье удается преодолеть первоначально возникшее напряжение, прийти к взаимопониманию. Но для других студентов проблемы, которые и ранее существовали в отношениях с родственниками, в период пандемии усугубились, способствуя расколу и неприязненным отношениям: *«Круглосуточное нахождение с одними и теми же людьми в режиме самоизоляции — тяжелое испытание»; «Отношения с семьей летом подпортились».* Это в большей мере характерно для респондентов, семьи которых самоизолировались в квартире, характеризующейся ограниченными ресурсами, провоцирующими пересечения потребностей (мало пространства, места для работы, учебы, несколько школьников в семье, не хватает технических средств и т. д.). Семейная консолидация становится основополагающим условием преодоления сложности возникшей ситуации. Результаты нашего исследования хорошо согласуются с данными, полученными при изучении роли семьи в процессе адаптации детей к школьному обучению (Карабанова, 2019), в исследованиях связи жизнестойкости детей и типов родительского влияния (Аликин, Аликин, Лукьянченко, 2020). Показано, что семья выполняет функции позитивного ресурса совладания и жизнеспособности в условиях транзитивности, усиления беспокойства (Martsinkovskaya, 2019), а при актуальной ситуации пандемии также было выявлено воздействие самоизоляции на благополучие всех членов семьи и на семейные отношения в целом (Prime et al., 2020).

Увеличение в осенних дискурсах характеристик, относящихся к учебной сфере, свидетельствует о важности и проблематичности учебно-профессиональной деятельности в актуальной жизненной

ситуации студентов. Очевидно, экстренный переход к удаленной форме обучения весной 2020 г. вызвал необходимость решения задачи адаптации к новым образовательным условиям. И если в период весны студенты писали о проблемах, связанных с трудностями обучения в домашних условиях (трудно сосредоточиться и т. п.), о большом количестве заданий, о неготовности преподавателей и т. д., то осенью появилась возможность сопоставить дистант с очной формой обучения, найти его плюсы и минусы: *«Когда ввели дистанционный формат учебы, и преподавателям, и нам, студентам, было трудно с ходу сориентироваться, потом стало немного легче»; «Сейчас же в новом учебном семестре, когда мы все освоились, стало труднее все успевать, ведь каждый преподаватель хочет удостовериться в присутствии и заинтересованности каждого студента, и отсюда следуют многочисленные работы на каждом предмете. Но это ничего, потому что в домашней обстановке мне работается намного легче»; «Дистанционное обучение для меня – это удобно, я не чувствую дискомфорта, что занимаюсь дома»; «Мне кажется, дистанционка пройдет проверку временем, и не исключаю, что после пандемии ряд дисциплин также будет преподаваться и осваиваться в дистанционном формате, есть такая вероятность»; «К сожалению, эти удобства повлекли за собой ряд нарушений в физическом здоровье. Отсутствие перерывов между онлайн-парами и взгляд, направленный целый день в монитор, привели к ухудшению осанки, к проблемам со спиной и к ухудшению зрения. Еще данный вид утомления сильно повлиял на режим сна (бессонница)»; «Надеялся, что мы будем беседовать с преподавателями, проводить разговорные семинары, обсуждать статьи. Вместо этого мы получили пятьсот часов печатанья в Word/Excel». Следует отметить, что именно в высказываниях об учебе мнения студентов полярно расходятся по вопросу принятия эффективности удаленного обучения и его отвержения для себя как будущего профессионала.*

Вызывает исследовательский интерес значительное снижение характеристик, относящихся к *пространственно-временной сфере*, в дискурсах осеннего периода. Если в весенних повествованиях студентов подобные характеристики составляли почти четверть всех высказываний, то осенью – менее десятой части. В весенних описаниях временные характеристики в большей мере касались быстротечности, экстренности или, наоборот, замедленности жизни; фиксировалось время, затрачиваемое ранее на дорогу, время подъема на за-

нения, часы сна и т. д. Возможно, экстренный и ограничительный характер жизненной ситуации весной привел к тому, что во главу угла для молодых людей встали проблемы трансформации пространственной, средовой идентичности, необходимости вписать себя в изменившееся пространство, самоопределиться в стремительно меняющейся временной картине. В дискурсах же, созданных осенью, студенты описывают свой опыт событийно, соотнося его с учебными мероприятиями (лекции в семестре, начало и окончание сессии, сдача курсовой работы и т. д.), с прохождением летней практики, с устройством на временную работу, с путешествиями по стране, со сменой места жительства. Формальные характеристики времени и пространства в данном случае приобретают смысловую наполненность в связи с решением жизненных задач. Особый интерес представляют высказывания относительно прогноза будущего, которое соотносится с ожиданиями продолжения, усиления или затихания пандемии и имеет либо короткую перспективу (учебного семестра), либо неопределенный характер.

В связи с переходом к событийности в осмыслении периода весны-осени остановимся на сравнении весенних и осенних дискурсов, выражающих *отношение к пандемии*. Сразу отметим, что осенью количество оценочных высказываний возросло, что также свидетельствует о переходе к постсобытию (Асмолов и др., 2020; Магомед-Эминов, 2008): хотя пандемия не завершена, весенний период, связанный с ее объявлением, самоизоляцией и началом учебы в дистанционном формате, перестает быть актуальным, «горячий» дискурс сменяется осознанием и оценкой. Выделяются три типа содержательных оценок сложившейся ситуации: негативные, позитивные и амбивалентные. Так, в отношении к пандемии у 53% референтов преобладают минусы, 20% находят в ней плюсы, а 27% констатируют факты либо выражают амбивалентное отношение. Характерным для текстов, содержащих оценку пандемии, было сопоставление «пандемия в жизни других людей, человечества» и «ситуация пандемии в моей жизни и в жизни моей семьи», причем для человечества в целом акцентировались отрицательные моменты, в то время как в индивидуальной ситуации в большей мере фиксировались нейтральные/амбивалентные либо позитивные стороны изменений. В этой связи нуждается в дальнейшем изучении некоторое противоречие полученных нами данных с утверждениями ученых о том, что моло-

дежь оказалась среди наиболее пострадавших категорий населения (Фёдоров, 2020).

Минусы пандемии представлены в следующих сообщениях: *«Очень многие люди испытывали сильнейшие переживания насчет своего будущего и будущего своей семьи»; «Поначалу я не обратила особого внимания на это, простуда и простуда, но с каждым днем реалистичность этой ситуации начала возрастать, а с ней и паника»; «Люди не были готовы к такой ситуации, почти каждую неделю стали выходить новые правила: не ходить туда, не находиться в больших компаниях, носить маски, перчатки, не выходить из дома»; и т. п.* Нейтральные и амбивалентные моменты пандемии описаны так: *«Лично у меня жесткий режим изоляции не вызвал негативных эмоций»; «Нельзя сказать, чтобы во время пандемии мне было невыносимо тяжело»; «Кажется, что, несмотря на дистанционное обучение и другие меры по борьбе с пандемией, все возвращается на круги своя»; «На данный момент заражаемость снова возросла, но люди уже спокойнее относятся»; и т. п.* Позитивные моменты пандемии описаны следующим образом: *«Конечно, на тот момент грядущая изоляция и прочее казались лишь небольшим „развлечением“, в том смысле, что это хоть немного разбавит повседневную рутину», «Оказавшись в „общей беде“, люди действительно становятся более терпимыми друг к другу, более понимающими и сочувствующими*. Приведенные высказывания респондентов, по сути, подтверждают неправомерность сводить проблемы пандемии к медико-биологическим аспектам, к изучению стрессовых и адаптивных реакций. Это экстремальная ситуация, которая изменяет жизнь человека, подвергает его испытаниям, бросает ему вызов. В этой ситуации человек совершает поступки, решает «задачи на жизнь» (Асмолов и др., 2020), пересматривая ценности и отношения, проявляя заботу о себе и других, развивая чувство ответственности.

В завершении нам представляется важным обратить внимание на *личностную сферу* – область дискурсов, которые свидетельствуют о направлениях работы человека над собой и отношениями с другими людьми, «практики себя» (Асмолов и др., 2020; Магомед-Эминов, 2020). В дискурсах весеннего периода высказывания, которые могли бы быть отнесены к данной области, присутствовали, но в меньшем количестве, чем осенью. Оглядываясь на события весны, лета и анализируя актуальную ситуацию, сложившуюся осенью, студенты описывали, что им помогало или мешало справиться с проблемами,

что было важно и ценно, какой смысл они видели в своих действиях, переживаниях, что они делали, какие задачи решали, в чем достигали успеха, а что так и не смогли реализовать: *«Оказывать поддержку своим друзьям и получать ее в ответ, узнавать, как прошел их день, оставаться на связи — это один из главных компонентов поддержания душевного спокойствия»; «Опять же, возвращаюсь к мотивации — с ней и так всегда были проблемы, а сейчас ее вообще нет»; «Я воспринял подобный опыт как некие каникулы или отпуск, но на которых все-таки необходимо выполнять определенную работу и изучать новое».*

Отметим несколько моментов, обнаруженных в осенних высказываниях респондентов, которые раскрывают специфичность работы над собой в период пандемии. Во-первых, обращение за психологической помощью, которая становится востребованным ресурсом для человека, понимающего, что у него нет собственных средств справиться с ситуацией. Несколько человек осенью писали о том, что решились на работу с психологом, указывая, что были готовы меняться и работать над собой. Во-вторых, работа над своим отношением к маскам и другим средствам защиты от инфекции. Речь идет о принятии смысла протективного поведения и следования ему не потому, что за несоблюдение штрафуют, а потому, что я действую согласно своим убеждениям. В-третьих, о многом говорит дифференциация дискурсов на три оценочных направления: негативная оценка изменений (27%), нейтральная или амбивалентная (34%), позитивная (39% высказываний, относящихся к сфере личностных ресурсов). Несколько преобладает последняя, которая свидетельствует о стремлении видеть смысл своей деятельности, ценность своего Я и ресурсы самоэффективности даже в столь непростой жизненной ситуации. Рассматривая позитивную оценку в терминах копинг-стратегий, можно выделить высказывания, свидетельствующие о проблемно-ориентированном копинге, о поиске и принятии социальной поддержки. Студенты писали о своей заботе о других людях (партнере, родителях, прародителях) и с благодарностью отмечали заботу о них самих. Присутствовала забота и о своем здоровье, и об окружающей среде — о своем жилище, о природе. Положительная оценка изменений зафиксирована в следующих высказываниях: *«Но я стараюсь не унывать и надеяться на лучшее»; «Любой опыт важен, а я почерпнула очень много нового для себя из подобного образа жизни»; «Я лучше поняла себя, подружилась с собой и полюбила себя»;*

«Ко мне наконец-то пришло более-менее четкое осознание того, кто я, какое направление мне нужно выбрать в жизни и к чему стремиться»; «В целом считаю такой опыт очень ценным и важным для всей будущей жизни, потому что произошла перестройка взглядов, увеличилась занятость, темп жизни». Наши данные согласуются с результатами ряда исследований (Masi et al., 2011), в которых показано, что интервенции, направленные на внутреннее внимание и на устранение негативных мыслей, лежащих в основе одиночества при социальной изоляции, приоритетны для помощи в борьбе с одиночеством даже в большей степени, чем те, которые предназначены для улучшения социальных навыков, усиления социальной поддержки или увеличения возможностей для эффективного социального взаимодействия.

Самоизоляция, принятая с целью защиты людей от инфицирования COVID-19, по сути, имеет черты как принудительной ограничительной меры (поскольку инициатива ограничений и контроль за их выполнением осуществлялся государственными органами), так и добровольной. В первую очередь, речь идет о физической, пространственной изоляции и дистанцирования, но не менее важны и ее социальные, психологические и другие аспекты, а также индивидуальная позиция людей, обязанных реализовывать ее в своей жизни: изолироваться от привычного окружения, социокультурных практик, оставаться дома. Протективное поведение, с одной стороны, связано с принятием на себя ответственности за происходящее и его осмыслением; с другой стороны – с тревогой и страхом быть зараженным, что порождает замкнутость, недоверие в социальных контактах, а также с необходимостью дистанционного обучения или работы.

Целью нашего исследования, имевшего в большей мере качественный характер, являлось рассмотрение субъективной картины опыта жизни в условиях экстремальной ситуации у студенческой молодежи. В этих условиях усилия личности в целом направлены на решение жизненных задач адаптации, преодоления негативных аспектов, вызванных ограничениями (социальным дистанцированием, самоизоляцией), и саморазвития.

Сравнивая представления студентов о начальном периоде самоизоляции и дистанционного обучения, которые были получе-

ны весной и осенью 2020 г., можем отметить сходство в описаниях индивидуально-психологического плана, а именно наличия высокострессового периода, характеризующегося, с одной стороны, состояниями тревожности, растерянности, раздражения, агрессивными реакциями, страхом перед неопределенностью, подавляемыми чувствами, апатией, усталостью, нарушениями сна, с другой стороны – мобилизацией, поиском социальной поддержки, оказанием поддержки другим, ориентацией на решение жизненных задач, связанных с восстановлением здоровья своего и близких людей, освоение дистанционной формы обучения, поиск возможностей для реализации потребности в общении и поддержании социальных контактов, выстраивания конструктивных отношений с семьей.

Не все студенты продуктивно с данными задачами справляются. Отмечена тенденция снижения активности и самочувствия в осенний период, что свидетельствует о накоплении отрицательных психосоциальных реакций на пандемию, о кумулятивном действии неблагоприятных факторов в таких сферах, как сфера здоровья (пандемия не закончилась), материально-экономическая, образовательная, семейная и т. д.

Еще раз подчеркнем, что социальная изоляция не тождественна одиночеству, которое определяется уровнем субъективной удовлетворенности человека своей связью с другими и особенностями восприятия социальной изоляции.

Были выявлены студенты, нуждающиеся в помощи, которые демонстрируют признаки дезадаптации, психического истощения, отрицания происходящего и негации опыта, испытывают страдания, психологическое состояние бессилия.

Практическую ценность полученных данных о работе молодых людей со своим опытом в экстремальной ситуации пандемии мы видим в создании условий осведомленности о психосоциальных реакциях, что позволит на раннем этапе идентифицировать людей, которым может потребоваться дополнительная психологическая помощь в том случае, если эти реакции являются стойкими, необычно интенсивными, распространенными в различных условиях и ухудшают повседневное функционирование человека. Важно поощрять адаптивные реакции, такие как забота о себе, которая включает в себя широкий круг конструктивных форм поведения, от отдыха до инвестиций в собственное будущее: проведение времени с близкими,

развлекательные мероприятия в рамках официальных рекомендаций или повышение квалификации, что можно сделать онлайн. Полезно создавать группы поддержки в студенческих сообществах в периоды тревоги, неопределенности будущего, разочарования, неуверенности, изоляции для укрепления душевной стойкости, настойчивости и оптимизма, чтобы выдержать пандемию. Все сказанное ставит перед специалистами службы психического здоровья задачу поиска факторов-протекторов против деструктивного влияния социальной изоляции, а также просвещения широкой общественности относительно высокой угрозы психическому благополучию молодежи, которая связана с возможными негативными последствиями переживания одиночества.

Литература

- Аликин И. А., Аликин М. И., Лукьянченко Н. В.* Связь жизнестойкости студентов с отношением к ним родителей // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25. № 3. С. 75–89. doi: 10.17759/pse.2020250307
- Асмолов А. Г., Братусь Б. С., Гусейнов А. А., Донцов А. И., Иванников В. А., Магомед-Эминов М. Ш.* Культурно-деятельностная психология в экстремальной ситуации: вызов пандемии. Материалы обсуждения // Человек. 2020. Т. 31. № 4. С. 7–40.
- Быховец Ю. В., Дан М. В., Никитина Д. А.* Международный опыт исследований и практических рекомендаций населению в период пандемии коронавируса. Институт психологии РАН, 2020. URL: www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19 (дата обращения: 10.10.2021).
- Ениколопов С. Н., Казьмина О. Ю., Воронцова О. Ю., Медведева Т. И., Бойко О. М.* Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // Психологическая газета. 2020. 28 апреля. URL: <https://psy.su/feed/8182> (дата обращения: 20.10.2021).
- Крюкова Т. Л., Екимчик О. А., Опекина Т. П., Шипова Н. С.* Стресс и совладание в семье в период самоизоляции во время пандемии COVID-19 // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 4. С. 120–134. doi: 10.17759/sps.2020110409
- Лебедев В. И.* Экстремальная психология. Психическая деятельность в технических и экологически замкнутых системах: Учебник. М.: Юнити-Дана, 2001.

- Луковцева З. В. Пандемия COVID-19 как социальный стрессор: факторы психолого-психиатрического риска (по материалам зарубежных исследований) // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 4. С. 13–25. doi: 10.17759/sps.2020110402
- Лякина Ю. А. Феномен хикикомори: обзор исследований // Рефлексиво. Т. 11. № 1. С. 99–153.
- Магомед-Эминов М. Ш. Феномен экстремальности. М.: Психоаналитическая ассоциация, 2008.
- Погодин И. А. Психологические особенности адаптации индивида в условиях относительной социальной изоляции: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Минск, 2002.
- Рюмин О. О. Вопросы психологического обеспечения пилотируемых межпланетных полетов // Авиакосмическая и экологическая медицина. 2017. Т. 51. № 4. С. 15–20.
- Скотникова И. Г., Егорова П. И., Огаркова (Дубинская) Ю. Л., Жиганов Л. С. Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии COVID-19 // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.008
- Федоров В. Пандемия коронавируса // РБК. Интервью. 2020. 18 ноября. URL: <https://www.rbc.ru/politics/18/11/2020/5fb3ce739a79478eb16a280f> (дата обращения: 20.10.2021).
- Федосенко Е. В. Жизнь после карантина: психология смыслов и коронавирус COVID-19 // Психологические проблемы смысла жизни и акме. 2020. Т. XXV. Р. 34–47.
- Харламенкова Н. Е., Быховец Ю. В., Дан М. В., Никитина Д. А. Переживание неопределенности, тревоги, беспокойства в условиях COVID-19. URL: http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/har-1.html (дата обращения: 20.10.2021).
- Хорошилов Д. А., Мельникова О. Т. Проблема обобщения и экстраполяции качественных данных (на примере исследования индивидуальных и коллективных переживаний) // Вопросы психологии. 2019. № 4. С. 41–50.
- Шольцова И., Виноходова А. Г. Локус контроля, устойчивость к стрессу и личностный рост участников эксперимента «Марс-500» // Авиакосмическая и экологическая медицина. 2013. Т. 47. № 3. С. 24–29.
- Brooks S. K., Webster R. K., Smith L. E. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence // The Lancet. 2020. V. 395. P. 912–920.

- Chew Q. H., Wei K. C., Vasoo S., Chua H. C., Sim K.* Narrative synthesis of psychological and coping responses towards emerging infectious disease outbreaks in the general population: Practical considerations for the COVID-19 pandemic // *Singapore Med J.* 2020. V. 61 (7). P. 350–356.
- Das N.* Psychiatrist in post-COVID-19 era – are we prepared? // *Asian Journal of Psychiatry.* 2020. V. 51. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102082
- Dong L., Bouey J.* Health Crisis during COVID-19 Pandemic, China // *Emerging Infectious Diseases journal – CDC* 26. 2020. V. 26 (7). URL: https://wwwnc.cdc.gov/eid/article/26/7/20-0407_article (дата обращения: 20.10.2021).
- Emmons R. A., Colby P. M., Kaiser H. A.* When losses lead to gains: Personal goals and the recovery of meaning // *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* / Eds P. T. P. Wong, P. S. Fry. P. 295–305. Mahwah, N. J: Erlbaum, 1998.
- Erikson E. H.* *Childhood and Society.* N. Y.: W. W. Norton & Company, 1950.
- Hawkley L. C., Capitano J. P.* Perceived social isolation, evolutionary fitness and health outcomes: a lifespan approach // *Philosophical Transactions of the Royal Society.* 2015. V. 370. doi: 10.1098/rstb.2014.0114
- Holt-Lunstad J.* The potential public health relevance of social isolation and loneliness: Prevalence, epidemiology and risk factors // *Public Policy & Aging Report.* 2017. V. 27 (4). P. 127–130. doi: 10.1093/ppar/prx030
- Holt-Lunstad J., Smith T. B., Baker M., Harris T., Stephenson D.* Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review // *Perspectives on Psychological Science.* 2015. V. 10 (2). P. 227–237. doi: 10.1177/1745691614568352
- Kingery J. N., Erdley C. A., Marshall K. C.* et al. Peer experiences of anxious and socially withdrawn youth: An integrative review of the developmental and clinical literature // *Clinical Child and Family Psychology Review.* 2010. V. 13. P. 91–128. doi: 10.1007/s10567-009-0063-2
- Kumar A., Somani A.* Dealing with Corona virus anxiety and OCD // *Asian Journal of Psychiatry.* 2020. V. 51. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102053S
- Liang L., Ren H., Cao R., Hu Y., Qin Z., Li C., Mei S.* The effect of COVID-19 on youth mental health // *Psychiatric Quarterly.* 2020. V. 91 (3). P. 841–852. doi: 10.1007/s11126-020-09744-3
- Masi C. M., Chen H.-Y., Hawkley L. C., Cacioppo J. T. A.* Meta-analysis of interventions to reduce loneliness // *Personality and Social Psychology Review.* 2011. V. 15. P. 219. doi: 10.1177/1088868310377394

- Mak I. W. C., Chu C. M., Pan P. C., Yiu M. G. C., Chan V. L.* Long-term psychiatric morbidities among SARS survivors // *General Hospital Psychiatry*. 2009. V. 31 (4). P. 318–326.
- Mamun M. A., Griffiths M. D.* First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies // *Asian Journal of Psychiatry*. 2020. V. 51. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102073
- Martsinkovskaya T. D.* The person in transitive and virtual space: new challenges of modality psychology in Russia // *State of the Art*. 2019. V. 12 (2). P. 165–176. doi: 10.11621/pir.2019.0212
- Montemurro N.* The emotional impact of COVID-19: from medical staff to common people // *Brain, Behavior and Immunity*. 2020. P. 1–2. doi: 10.1016/j.bbi.2020.03.032
- Naser A. Y., Dahmash E. Z., Al-Rousan R.* et al. Mental health status of the general population, healthcare professionals and university students during 2019 coronavirus disease outbreak in Jordan: A cross-sectional study // *Brain, Behavior and Immunity*. 2020. V. 10 (8). doi: 10.1002/brb3.1730
- Preti E., Di Mattei V., Perego G.* et al. The Psychological impact of epidemic and pandemic outbreaks on healthcare workers: Rapid review of the evidence // *Current Psychiatry Reports*. 2020. V. 10. 22 (8) P. 43. doi: 10.1007/s11920-020-01166-z
- Prime H., Wade M., Browne D. T.* Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic // *The American Psychologist*. 2020. doi: 10.1037/amp0000660
- Rogowska A. M., Kuśnierz C., Bokszczanin A.* Examining anxiety, life satisfaction, general health, stress and coping styles during COVID-19 pandemic in Polish sample of university students // *Psychology Research and Behavior Management*. 2020 (13). P. 797–811. doi: 10.2147/PRBM.S266511
- Shah K., Kamrai D., Mekala H.* et al. Focus on mental health during the coronavirus (COVID-19) pandemic: Applying learnings from the past outbreaks // *Cureus*. 2020. V. 12 (3). doi: 10.7759/cureus.7405
- Xiang Y. T., Yang Y., Li W., Zhang L., Zhang Q., Cheung T., Ng C. H.* Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed // *Lancet Psychiatry*. 2020. V. 7. P. 228–229.
- Wang Y., Xu B., Zhao G., Cao R.* et al. Is quarantine related to immediate negative psychological consequences during the 2009 H1N1 epidemic? // *General Hospital Psychiatry*. 2011. V. 33 (1). P. 75–77. doi: 10.1016/j.genhosppsych.2010.11.001

Динамика коммуникаций жителей мегаполиса в условиях локдауна (на материале социального сервиса «Яндекс.Район»)

М. М. Дробышева

doi: 10.38098/fund_21_0442_07

В конце 2019 г. в мировых СМИ появилась информация о новом заболевании – острой респираторной инфекции COVID-19, однако массовое распространение данного заболевания пришлось на 2020 г.: каждый день СМИ сообщали о новых вспышках коронавируса, о заболевших и погибших. Одна за другой страны начали закрывать свои границы. В начале марта 2020 г. опасность распространения коронавируса стала реальной угрозой и для россиян, что вызвало волну паники среди населения, повышенный спрос на жизненно необходимые товары и их дефицит (Ищенко, Вирченко, Бурлакова, 2020). К концу марта 2020 г. правительство Москвы приняло решение об обязательной самоизоляции населения на срок более двух недель. Тревожность, беспокойство, страх, вызванные информацией относительно тяжести заболевания и трудности его лечения, усилились ситуацией введения локдауна¹.

Психологические эффекты карантинных мер во время эпидемий, по мнению специалистов, оказывают негативное воздействие на психическое здоровье населения, являясь фактором острого стрессового расстройства (Brooks et al., 2020; Saladino et al., 2020; et al.). Исследователи отмечают, что в условиях локдауна тревога в большей степени связана не с самим заболеванием, а с ситуацией

Исследование выполнено при поддержке РФФИ, проект № 20-013-00461.

- 1 Локдаун (от *англ.* lockdown) – режим ограничения в свободе передвижения граждан, работе различных учреждений, который вводится государством во время стихийных бедствий, эпидемий, массовых беспорядков и т. п.

неопределенности, которая возникает в начале пандемии, с ограничениями и экономическими проблемами, с изменением привычного стиля жизни, работы (Журавлев, Китова, 2020а; Скотникова и др., 2020; Тхостов, Рассказова, 2020; Федосенко, 2020; Харламенкова и др., 2020; Saladino et al., 2020; и др.). Иными словами, ограничение свободы передвижения, замкнутость жизненного пространства, нарушение приватности психологического пространства, привычного распорядка дня, высокий уровень неопределенности относительно ближайшего и удаленного будущего как факторы локдауна оказывают существенное влияние на жизнеспособность горожан (Ениколопов и др., 2020; Пизова, Пизов, 2020; Сидячева, Зотова 2020; Сорокин и др., 2020; Федосенко, 2020; Человек в условиях..., 2020; Шакирова и др., 2020; Serafini et al., 2020; Shi et al., 2020; и др.). Изучение социально-психологической динамики в условиях жесткой самоизоляции представляется *актуальным* в связи с тем, что новый фактологический материал, полученный с помощью качественных методов анализа, может существенно дополнить данные других исследователей о влиянии ситуации локдауна на изменение ресурсов жизнеспособности горожан.

Все вышеизложенное послужило основанием для выбора временного периода проведения исследования коммуникативных стратегий горожан – жителей мегаполиса, проживающих в разных районах и административных округах Москвы. С целью изучения изменений в коммуникациях горожан, обусловленных введением режима самоизоляции, сопоставляли данные двух периодов: февраля и марта 2020 г., т. е. до введения локдауна и в период официального введения режима самоизоляции в Москве. По нашему мнению, в марте 2020 г. ситуация неопределенности оказалась максимально критической по разным причинам: из-за отсутствия информации о лечении, о предупреждении заболевания, из-за невозможности контролировать эту ситуацию; в связи с закрытием границ, так как многие люди (россияне и иностранцы) не смогли вовремя вернуться из отпуска домой. СМИ, ежедневно демонстрирующие видео об исчезновении товаров первой необходимости с прилавков магазинов, усилили состояние паники у населения. В этот период кардинальные изменения в Конституции, рост цен на нефть и т. п. воспринимались более остро, а уровень доверия к власти снизился (Гудков, 2020).

Условия жизни в мегаполисе характеризуются повышенным стрессом (Психологические проблемы..., 2012; Психология повседневного..., 2016; Стресс, выгорание..., 2011; и др.). Однако влияние на психику и поведение горожан стресс-факторов, ставших уже «привычными» (вынужденные коммуникативные контакты, экологические проблемы, транспортные коллапсы и т. д.), с началом введения локдауна существенно снизилось. В условиях самоизоляции и высокого уровня неопределенности относительно будущего, в ситуации ограниченности информации о природе заболевания, размерах угрозы заражения, способах противодействия такие коммуникативные стратегии как обмен информацией, эмоциональная и социальная поддержка, общение, по нашему мнению, могут выполнять роль ресурса, помогая горожанам пережить трудный период с наименьшими негативными последствиями для их здоровья. Причем функцию психологического ресурса жизнеспособности горожан могут выполнять как коммуникации, направленные на снижение степени негативных эмоциональных переживаний (критика властей; недовольство введением локдауна и распространением вируса; «поиск виноватых»), так и сближение с соседями, попытка решения проблем своего двора, района и округа, оказание помощи нуждающимся.

На предыдущем этапе нашего исследования (февраль 2020 г.) были получены данные, согласно которым выяснилось, что пользователи сервиса «Яндекс.Район», проживающие в разных районах и округах Москвы, по-разному воспринимают сетевое сообщество (Дробышева, 2020). Для одних соседи по району – источник информации, для других – единомышленники по улучшению условий жизни в районе, для третьих – возможность получить эмоциональную поддержку, быть услышанным. В исследовании 2020 г. основной акцент анализа был сделан на изучении выраженности коммуникативной активности жителей разных районов и предпочитаемых ими коммуникативных стратегий. Мы обнаружили, что уровень коммуникативной активности пользователей сервиса обусловлен особенностями городской среды в конкретном районе проживания, наличием в группе пользователей сервиса лидера, организующего коммуникации на форуме, а также характером проблем, влияющим на качество жизни жителей района (подробнее см.: Дробышева, Журавлев, 2017 и др.). В настоящей работе в фокусе анализа оказались изменения

в коммуникациях пользователей сервиса в условиях ограничения свободы передвижения.

Опираясь на вышеизложенное, мы предположили, что в период ограничения свободы передвижения (март 2020 г.), в ситуации неопределенности, коммуникации жителей мегаполиса — пользователей социального сервиса «Яндекс.Район» — изменятся в большей степени в направлении поиска эмоциональной поддержки, чем обмена информацией или поиска единомышленников. Частная гипотеза основывалась на предположении о различиях в динамике изучаемых коммуникаций в зависимости от условий проживания в конкретном районе мегаполиса.

Цель исследования — выявить и проанализировать динамику коммуникаций жителей мегаполиса, проживающих в разных районах Москвы, до введения локдауна и в его начале. Объектом исследования стали коммуникации москвичей-пользователей социального сервиса «Яндекс.Район», проживающих в разных районах города, предметом — динамика их коммуникаций в феврале–марте 2020 г.

Выбор сервиса «Яндекс.Район» основывался на его функциональной направленности — создать для жителей районов условия для общения, обмена информацией, совместного решения возникающих проблем. Участие в нем, в отличие от профильных сайтов и приложений (например, таких, как «активный гражданин»¹), не подкреплялось «бонусами». В связи с этим состав участников был менее устойчивым по составу, но более разнообразным по возрасту, социальному положению и другим характеристикам. Отсутствие «бонусов» снижало вероятность социальной желательности в содержании коммуникаций. Потребность в активном преобразовании окружающей городской среды не стимулировалась извне, а исходила от самих пользователей сервиса, демонстрирующих ответственное отношение к месту проживания (см. также: Дробышева, Журавлев, 2017).

Материалом для анализа коммуникаций стали посты (высказывания) горожан — участников форума «Яндекс.Район». Критерием отбора тех или иных районов города, в которых проживают пользователи сервиса, стало наибольшее число подписанных читателей на индивидуальные страницы своего района. В результате в каждом из 12 административных округов Москвы было отобрано по одному

1 См.: <https://vk.com/citizenmoscow>.

району: Тверской (Центральный административный округ), Хорошёвский (Северный административный округ), Останкинский (Северо-Восточный административный округ), Измайлово (Восточный административный округ), Печатники (Юго-Восточный административный округ), Даниловский (Южный административный округ), Ясенево (Юго-Западный административный округ), Раменки (Западный административный округ), Хорошёво-Мнёвники (Северо-Западный административный округ), Зеленоградский, Троицкий и Новомосковский административные округа.

Все посты (сообщения) были преобразованы в текстовые файлы, которые обрабатывались с помощью контент-анализа и частотного анализа (подробнее о методах см.: Психология, 2000; и др.). Дополнительно с помощью программы VAAL был выполнен тематический анализ данных (единица анализа — одно сообщение («пост») пользователя сервиса «Яндекс.Район».

На предыдущем этапе исследования была сформирована матрица контент-анализа, выделены следующие категории высказываний:

- «обмен информацией» (соседи как источники информации о происходящих событиях, изменениях в жизни района и города);
- «поиск эмоциональной поддержки» (обмен эмоциональными переживаниями, вызванными проблемами жизни в городе);
- «поиск единомышленников» (информационные посты о жизни в городе/районе, в которых соседи явно или косвенно призывают к изменению, преобразованию окружающей среды) (Дробышева, 2020).

Выполненный с помощью программы VAAL анализ текста позволил выделить основные темы коммуникаций, наиболее развитые в постах пользователей, проживающих в разных районах Москвы. Эти темы будут раскрыты нами ниже.

Обратимся к результатам эмпирического исследования.

Общая динамика коммуникативной активности жителей мегаполиса, пользователей социального сервиса «Яндекс.Район», в феврале—марте 2020 г.

Сопоставляя общее количество постов (высказываний) на страницах сервиса «Яндекс.Район» (за период с февраля по март месяц 2020 г.),

мы обнаружили рост общей коммуникационной активности участников дискурса (на 27%): если в феврале коммуникативных актов насчитывалось 1893, то в марте их количество приблизилось к 2417. По нашему мнению, именно ситуация ограничения свободы передвижения спровоцировала перенос непосредственных контактов жителей города в интернет-пространство. Данный факт подтверждается в работах других исследователей, отмечающих в период пандемии рост недоверия официальным СМИ и, наоборот, доверия социальным сетям (Ениколопов и др., 2020; Малышева, 2020; и др.).

Анализируя общие изменения в содержании коммуникационной активности пользователей избранного социального ресурса, следует отметить, что с началом локдауна существенно возросло (на 86%) количество высказываний, ориентированных на поиск эмоциональной поддержки у соседей. Если в феврале участники дискурса, обращаясь к своим «соседям», жаловались на работу коммунальных служб, на поведение соседей по подъезду и микрорайону, поднимали вопросы благоустройства района и города, призывая к улучшению жизни («урны у подъезда не оказалось»; «знаете, где у нас в районе проще всего обокрасть человека?»; «проблема нашего района — эта стройка»; «в районе завелся Мальчиш-плохиш»; «на Мячковском бульваре живет свинья»; «обстановка с иностранными гражданами у нас в районе уже очень серьезная»; «наблюдала в метро воспитанность наших «мужчин»», и т. п.), то в марте этого же года в содержании сообщений категории эмоциональной поддержки доминировали вопросы коронавируса: «просто наши правители хотят изменить мир»; «работу потерял из-за карантина»; «почему не разрешат бесплатную парковку?»; «коронавирусом нас отвлекают от чего-то другого»; «пора начать производить созданные вакцины»; «нам все врут», «пусть все сидят в своих берлогах»; «почему нельзя раздавать медицинские маски на входе?»; «прошу помощи от безвыходности и отчаянья» и т. п. т. е., по сравнению с февралем, изменились как объект переживаний (внимание сместилось на здоровье, локдаун, поиск масок, исчезновение продуктов), так и степень накала эмоций, выражающаяся в использовании грубых слов и ненормативной лексики и даже в знаках препинания.

В период начала локдауна на 60% возросло количество обращений, отнесенных к категории «поиск единомышленников». Их содержание тоже изменилось. В феврале призывы соседей к улучшению

жизни района, к совместному проведению досуга, были малочисленны («с нового года текут стоки канализации...в администрацию писали..., ходили с заявлением в приемную...»; «родители выходят на митинг»; «почему жители Тишинки в большинстве своём так пассивны?»; «давайте сходим в театр!» и т. п.), то в марте ситуация изменилась. Ограничение свободы передвижения, а также освободившееся от переездов на работу и обратно время способствовали не только привлечению внимания сообщества к решению повседневных, «наболевших» проблем, но и привели к появлению предложений действенной помощи нуждающимся соседям («если кому-то нужна помощь, продукты по списку, лекарства, довезем! вместе — мы сила», «предлагаю свою помощь в плане доставки чего-то жизненно важного для жизни», «если вы хотите помочь одиноким и пожилым людям...»).

Несмотря на то, что в феврале и марте в содержании коммуникаций пользователей сервиса наибольшее количество высказываний относилось к обмену информацией, динамика данных постов в марте была наименее выражена (20%) по сравнению с двумя другими категориями: «помощь единомышленников» (86%) и «эмоциональная поддержка» (60%). Изменения в содержании дискурса «соседей» были связаны исключительно с коронавирусом и введением новых правил («а в Москве все подъезды дезинфицируют 3 раза в день?»; «первые подсчеты убытков от «карантинной недели» подъехали»; «у всех прибывших в РФ будут брать тест на вирус прямо в аэропортах?»; «нашла забавный сайт, где можно посчитать, сколько гречки нужно на карантин» и т. п.). Актуальность вопросов поиска пропавших животных, предложений услуг, размышлений о жизни, которые доминировали в феврале («подскажите бассейн с тёплой водой»; «где можно купить семена в районе?»; «кто-нибудь интересовался, сколько населения в районе Хорошёво-Мневники?»; «под окнами уже несколько дней сидит пёс...» и т. п.), значительно снизилась на фоне критической ситуации, связанной с неопределенностью, финансовыми потерями, угрозой здоровью и жизни.

Полученные данные подтверждают наше предположение о том, что ситуация неопределенности, введение локдауна, стресс, вызванный ограничениями и новыми правилами, стали причиной увеличения количества постов, а также изменения содержания сообщений пользователей социального сервиса «Яндекс.Район» в направлении поиска ими эмоциональной поддержки со стороны соседей. В пери-

од пандемии Интернет и особенно социальные сети воспринимаются населением как более надежный источник информации (Saladino et al., 2020), а сам процесс поиска и обсуждения информации относительно коронавируса и последствий введения локдауна является защитной реакцией людей, направленной на регуляцию своего состояния, попыткой справиться с тревогой (Тхостов, Рассказова, 2020; Saladino et al., 2020). Выявленная нами динамика, с нашей точки зрения, является закономерным процессом. Для многих горожан коммуникативное взаимодействие с соседями на платформе социального сервиса стало единственной возможностью «выпустить пар», выразить недовольство или просто описать то, что их беспокоит. Вместе с тем многие пользователи сервиса выбрали другой способ справиться с нарастающей тревогой, а именно – помочь нуждающимся, сделать что-то хорошее для своих соседей, микрорайона, района. По мнению специалистов, такая альтруистическая стратегия, при которой человек не ждет помощи от других, а сам пытается улучшить жизнь окружающих, является его психологическим ресурсом в угрожающей стрессовой ситуации, в том числе массового распространения коронавируса и последующего локдауна (Федосенко, 2020; и др.). Обнаруженный нами рост внимания к проблемам благоустройства собственного района в период начала жесткой самоизоляции можно объяснить тем, что все передвижения на улице в этот период (погулять с собакой, сходить за продуктами) были ограничены кварталом проживания. В результате те проблемы, на которые жители раньше не обращали внимания, стали восприниматься как более значимые.

Парциальная динамика коммуникативной активности жителей мегаполиса, пользователей социального сервиса «Яндекс.Район», в феврале–марте 2020 г.

Анализ динамики коммуникаций в марте месяце, по сравнению с февралем (см. таблицу 1 и рисунок 1), показал прирост коммуникативной активности не только в Тверском районе (ЦАО), Печатниках (ЮВАО) и Раменках (ЗАО), которые в феврале и марте отличались наибольшим количеством постов в целом, но и в Даниловском (ЮАО), Хорошёвском (САО) районах, Новомосковском (ТиНАО) и Троицком административных округах (ТиНАО), ранее не проявлявших особого интереса к социальному сервису как платформе для дискурса на наболевшие темы районной жизни.

Таблица 1

Результаты частотного анализа коммуникативных актов (постов) жителей разных районов Москвы, пользователей сервиса «Яндекс.Район», за февраль—март 2020 г.

Район, автономный округ Москвы	Категория «Обмен информацией»		Категория «Поиск эмоциональной поддержки»		Категория «Поиск единомышленников»		Кол-во постов за месяц	
	февраль	март	февраль	март	февраль	март	февраль	март
Тверской (ЦАО)	129	276	55	164	74	81	300	521 (73)
Печатники (ЮВАО)	105	163	32	54	38	50	183	267 (45)
Ясенево (ЮЗАО)	133	161	33	56	25	29	209	246 (17)
Зеленоградский АО	142	117	29	50	21	61	226	228 (1)
Хорошёво-Мнёвники (СЗАО)	101	146	31	41	43	32	213	219 (2)
Измайлово (ВАО)	91	107	23	34	21	48	174	189 (8)
Раменки (ЗАО)	56	81	23	29	23	50	121	160 (32)
Новомосковский (Новомосковский АО)	63	94	11	27	12	35	115	156 (35)
Даниловский (ЮАО)	48	61	19	32	12	29	90	122 (35)
Троицкий (Троицкий АО)	44	49	16	26	12	36	84	111 (32)
Останкинский (СВАО)	46	45	16	25	18	30	108	107 (0)
Хорошёвский (САО)	36	47	11	19	16	25	70	91 (30)

Примечание: в скобках приведен процент прироста единиц анализа (постов) в марте по сравнению с февралем.

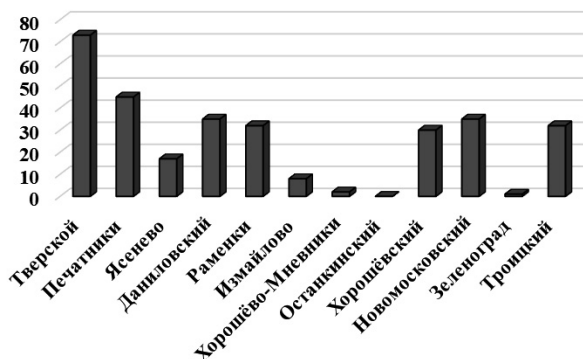


Рис. 1. Динамика коммуникативной активности в разных районах города (% прироста всех постов в марте по сравнению с февралем месяцем, независимо от содержания коммуникаций)

Ниже будут приведены данные коммуникативной активности пользователей сети тех районов, которые продемонстрировали наиболее высокий уровень изменений.

Тверской район (ЦАО) по своему территориальному положению и социальному статусу жителей считается одним из «элитных» районов Москвы. Большое число государственных учреждений, особая, «правительственная» жилая застройка, ограниченность зеленой зоны, близость к Кремлю и Красной площади отличает его от других районов Центрального округа. Состав жителей Тверского района ограничен: коренные, проживающие на его территории не одно поколение; собственники элитного жилья; квартиросъемщики (чаще всего из других городов России и мира). Отметим, что состав «соседей» района как социального сообщества пользователей «Яндекс. Район» включает не только проживающих в этом районе, но и работающих на его территории.

Анализ коммуникативной активности жителей Тверского района как пользователей сервиса «Яндекс.Район» показал следующее. В феврале—марте 2020 г. этот район занимал лидирующее место как по общему количеству постов, так и в отношении их прироста (см. таблицу 1 и рисунок 1). В марте на странице района коммуникативная активность жителей увеличилась почти в два раза, по сравнению с февралем месяцем (на 73%). Причем резкий рост коммуникативных актов по обмену информацией и переживаниями сопровож-

дался снижением поиска единомышленников по улучшению жизни в районе. Тематическая направленность постов не ограничивалась проблемами коронавируса («заболевание», «лечение», «покупка масок в аптеках», «самоизоляция пожилых»); бурно обсуждались политическая ситуация в стране («поправки в конституцию», «мэр» и т. п.), общие проблемы города («парковки», «новостройки в центре города») и страны («изменение цен на нефть»). Данная ситуация обусловлена тем, что не только жители Тверского, но и других районов обращались к странице Тверского района как к достоверному источнику информации: *«будут ли проблемы с въездом?»*; *«следующая неделя объявлена выходной...»*; *«проезд бесплатный заблокируют всем пенсионерам?»*; *«выплаты по окончании карантина...»*; *«куда еда пропала с полок?»*; и т. п. Массовое обращение жителей других районов к читателям страницы Тверского (февраль – 994 поста, март – 1197) объясняется особенностью «ментальной карты» горожан (Линч, 1982; Митин, 2017). «Избранность» пользователей сервиса Тверского района как источника информации обусловлена представлением жителей других районов о Тверском как о «психологически» центральном районе, представляющем собой обобщенный образ москвичей, включая городскую власть и правительство страны («чем ближе к власти, тем больше знают»).

Позитивная динамика в этом районе обнаружена и при анализе высказываний, отнесенных нами к категории «поиск эмоциональной поддержки». Если в феврале акцент переживаний был на повседневных проблемах города (шум, уборка территорий, парковки и т. п.), то в марте 2020 г. жители других районов, обращаясь к жителям Тверского района, вероятно, рассматривали возможность поделиться с ними своими переживаниями как косвенное обращение к власти: *«пусть хотя бы изолируют больных!»*; *«человека только при смерти будут забирать!»*; *«нам все врут»*; *«безумство торжествует»*; *«раздайте уже маски бесплатно!»*; *«потерянный бизнес...»*. И т. п.

Район «Печатники» отличается плохой экологической обстановкой, нехваткой «зеленых зон», большой площадью промышленной зоны. Территориально район отделен от города широким водным пространством. В контингент жителей входит большой процент людей, проживающих на территории района не одно поколение. Здесь сложилась устойчивая группа «активистов» – пользователей социального сервиса.

На странице Печатников обсуждение тех же тем, что и в Тверском районе, определялось активной позицией «лидеров» сообщества (по содержанию сообщений можно предположить, что это люди предпенсионного и пенсионного возраста, длительное время проживающие в районе), стимулирующих обмен информацией. Не менее важным фактором, определяющим содержание коммуникаций в этом сообществе, явилась экологическая проблема района, решение которой требовало консолидации жителей. Тематически, кроме тех вопросов, которые затрагивались в постах Тверского района (коронавирус, поправки в Конституцию, изменения цен на нефть), жители «Печатников» обсуждали актуальные для них вопросы, связанные с работой компании «Жилищник», с детскими площадками, с радиацией, со здравоохранением (лечение хронических заболеваний, а не только коронавируса). В целом динамика сообщений на странице района «Печатники» была достаточно высокой (в марте на 45% больше, чем в феврале). В поисках эмоциональной поддержки в ситуации нарастания ограничительных мер многие жители высказывали недовольство относительно отсроченных правительством действий по предотвращению распространения заболевания («*закрывать границу надо было в начале февраля!*» и т. п.), нехватки масок и высоких цен на них («*медицинские маски за несколько сотен рублей!*», «*всё вышло из-под контроля..*» и т. п.), вынужденной изоляции в маленьких квартирах, перенаселенных родственниками, ростом паники среди родных («*сколько скандалов в квартирах, где заперты ненавидящие и презирающие друг друга родственники!*»; «*люди не видят своих родных, так как у многих началась истерия...*»; и т. п.). Возмущение «соседей» района Печатники вызывали районные проблемы («*в Печатниках ещё ни разу ничего вовремя не достраивали!*»; «*жизнь в Печатниках уже никогда не будет прежней!*»; «*достали поросята, которые выкидывают мусор из окон!*»; и т. п.), актуальные проблемы города и страны («*к теме «поправок в конституцию» — вся правда о градостроительной ситуации в Москве. Пассивность людей поражает!*»; «*люди на самом деле покупают не гречу и не туалетную бумагу, а стартус!*»; и т. п.).

Прирост в марте 2020 г. высказываний, ориентированных на «поиск единомышленников», был связан с нерешенными проблемами района, которые активно обсуждались еще в феврале 2020 г.: «...кампанию против строительства магистралей „Южная рокада“

и „Юго-восточная хорда“ через территорию с радиоактивными отходами...»; «...всем, кого интересует реновация»; «утром сегодня пролили каким-то раствором асфальт по улице Кухмистерова...»; «даже коронавирус не может заставить рабочих ГБУ „Жилищник“ прекратить уничтожать газоны в „Печатниках“!»; «соседи, уборочку было решено перенести». И т. п.

Именно в Печатниках более активно, чем в других районах, проявилась гражданская позиция жителей, предлагающих свою помощь другим, призывающих к соблюдению карантинных мер: *«соблюдайте карантин»; «пожилым соседям помогать с покупкой продуктов и лекарств»; «вести „дневник общения“ для контроля распространения вируса»; «не подсаживаться в лифт»; «большинство детских площадок во дворах всё еще не огорожены». Высказывания участников районного дискурса, носящие информационный характер, в марте 2020 г. были посвящены новостям о коронавирусе, об ограничениях, об изменении Конституции («Уборка 1 см снега стоила Москве более полумиллиарда рублей»; «выплаты пенсионерам»; «поправки в Конституцию»; и т. п.), событиям из жизни района («закрытие на ремонт „Центра госуслуг“»; «оплачивается парковка»; «где купить медицинские маски?»; «где хорошие бесплатные тренажеры?»; и т. п.)*

Интерпретируя полученные результаты, можно предположить, что содержание тематики дискурса в период начала локдауна в данном районе обусловлено рядом факторов, среди которых: уровень тревожности «лидеров», задающих основные темы для обсуждения и публикующих информацию по актуальным проблемам района; территориальное расположение района, удаленного от центра города; экологические проблемы. В условиях нарастания ограничений по передвижению жители этого района стали «заложниками» малогабаритных перенаселенных квартир. Психологические последствия локдауна, связанные с нарушением приватности психологического пространства жителей, а также низкий уровень экологического благополучия района отразились на характере изменений коммуникативной активности пользователей социального сервиса района Печатники.

Даниловский район – один из тех «неактивных» районов города (по данным за февраль месяц, см. таблицу 1), который в марте продемонстрировал значительный прирост количества постов (на 35% больше, чем в феврале). Он относится к категории «престижных» районов

города в связи с близостью расположения к центру города. На территории есть старая жилая застройка («сталинки» и «хрущевки»), новые дома улучшенной планировки, а также большая промышленная зона, множество офисных зданий. Здесь живут и работают горожане, пользователи социального сервиса, имеющие большие различия в социальном статусе, в сферах занятости, во времени проживания в районе, что создает некую разобщенность сообщества. Основные социальные страты составляют коренные жители во втором-четвертом поколении, новые жители элитных домов и офисные работники (среди которых большой процент специалистов в области IT), временно проживающие в этом районе или только работающие здесь.

Различия в социальных группах отражены в территориальной идентичности жителей этого района, в связи с чем в феврале месяце обсуждение проблем района было малочисленно и в большей степени связано с удобством проживания. По содержанию высказываний можно предположить, что участники дискурса в феврале — старшее поколение жителей района. Начало локдауна стимулировало коммуникативную активность жителей в целом, повлияло на изменение содержания сообщений. Так же, как жители «Печатников» и Тверского района, они обсуждали проблемы благоустройства («платная парковка», «проблемы благоустройства дома»), политику властей разного уровня («Госдума», «Конституция»), вопросы по коронавирусу и карантину («поиск лекарств и масок», «лечение»), продлению режима самоизоляции. В поиске эмоциональной поддержки жители Даниловского делились переживаниями относительно введения локдауна, нарушения горожанами противоковидных мер, паники в магазинах («почему я могу заказать на дом абсолютно все необходимые вещи и продукты, а лекарства — нет?»; «тут нас проверяют на человечность»; «сегодня заблокировали проездные платные»; «лохотрон с коронавирусом»; «карантин пришел жесткий»; «куда гречка с прилавка делась? у нас что, война?»; «почему государство не думает о безопасности своих граждан?»; «шумиха очень и очень выгодна магазинам»; и т. п.), а также проблем района («вместо зеленой зоны — „парки“ с торговыми рядами»; «криминальный ремонт за наши деньги»; и т. п.).

Однако наибольшие изменения в содержании коммуникаций обнаружены в направлении «поиска единомышленников» жителями Даниловского района. Особенность дискурса была связана с высоким уровнем социальной ответственности. Жители стара-

лись не только поддержать порядок в районе, но и повлиять на сознательность «соседей»: *«соблюдаем неделю самоизоляции, чтобы её не продлили ещё на неделю»*; *«в любой ситуации можно видеть не только плохое и думать не только о себе»*; *«распространяйте информацию о всероссийском обмане и винегретном голосовании»*; *«начинают строить на площадке напротив дома 1б»*; *«начали домом осваивать экологическую тематику»*; *«написал в мэрию письмо, за неделю реакция — яму огородили!»*; *«всех кто прибыл — закрывать на карантин!»*; *«удалось организовать две добрососедских масленицы»*; и т. п.

Несмотря на социальные различия жителей Даниловского района, ситуация ограничений «сплотила» сообщество пользователей социального сервиса. По содержанию высказываний можно лишь предположить, что повышение уровня их социальной ответственности связано с тем, что более молодые офисные работники, перейдя на режим «удалёнки», активно подключились к обсуждению вопросов выживания в условиях карантина.

В особенном положении оказался район *Троицкий* (Троицкий АО). Именно здесь началось срочное строительство больницы для пострадавших от коронавируса. По этой причине содержание тем постов пользователей сервиса в данном районе было связано со строительством дороги в деревню Голохвастово и инфекционной больницы. Причем если в феврале месяце коммуникации жителей данного района были малочисленны и малоинформативны, то с момента введения карантина количество коммуникативных актов значительно повысилось (на 32%). Изменилось и их содержание.

При анализе постов наибольшая динамика коммуникационной активности была обнаружена в направлении поиска эмоциональной поддержки у соседей: *«как заплатить за кредит, если у меня наличные, а банкомата рядом нет...»*; *«может кто-то знает, что с кредитами делать...»*; *«много людей, совершающих покупки, они что, бронированные?»*; *«кошмар, банки повышают ставку по ипотеке»*; *«Из Шишкина коммуникации тянут в голохвастовский лепрозорий...»*; *«опять многострадальное Голохвастово»*; *«отхпали, чтобы туда всю грязь сливать»*; *«самосвалы чадят круглосуточно»*; *«во что превращают район!»*; *«идёт активная вырубка леса»*; и т. п. Наиболее отчаявшиеся жители ищут единомышленников, выступая с рекомендациями по улучшению сложившейся ситуации: *«для подъёма духа нужно просто уважительное и доброе отношение»*; *«как думаете, соседи, это*

законно? Позвонила в полицию, там посмеялись»; «на Площади страданий „самоизолируются“ алкаши, может...»; «МВД, поставьте посты у продуктовых магазинов!»; «давайте объединяться, нам нужен собственный газопровод»; «почему первым делом не сделать дополнительный съезд, дорогу?»; «кто-то же должен отвечать за организацию движения!»; и т. п.

Троицкий – отдаленный и новый район города с собственным ритмом и темпом жизни. В ситуации нарастания угрозы заболевания коронавирусом он неожиданно оказался в центре ключевых событий. Усиление критической ситуации, повлиявшей на комфортное проживание горожан, наряду с отсутствием полной информации по интересующей всех проблеме, близостью к месту скопления заболевших – все эти и другие особенности жизни района стимулировали резкий подъем коммуникативной активности пользователей сервиса, причем не только в плане «выпуска пара», но и поиска единомышленников.

Район Новомосковский, как и Троицкий, относится к новым, присоединенным землям Москвы. Территориально он также изолирован от города и отличается проживанием в нем двух категорий жителей: «старый» контингент – работники совхоза «Московский», дачники, и «новый» – переселенцы из других районов Москвы, российских городов, Ближайшего зарубежья (большой процент квартиросъемщиков из стран Средней Азии, работают в Москве по контракту). Близость расположения к району Троицкий повлияла на присутствие в дискурсе жителей этого района темы о строительстве больницы, усилила градус эмоций относительно коронавируса и самоизоляции. Так же, как и жители других районов мегаполиса, они обсуждали проблемы Конституции и действий властей по борьбе с коронавирусом. Особенностью динамики коммуникаций в этом районе стал резкий скачок количества высказываний по всем трем категориям анализа, изменилась и тематика высказываний. Так, «поиск эмоциональной поддержки» в сообществе пользователей был связан с недовольством относительно принимаемых властью мер по контролю за ситуацией, экономических последствий, поведения своих «соседей»: «находятся такие, которым все по барабану, а так, в основном, население молодцы, придерживаются правил»; «постоянно отправляю фото на почту, в администрацию, их как будто не существует!»; «как Почта-банк обманывает пенсионеров!»; «кому вой-

на, а кому мать родна»; «пару дней Пятерка крутила искусственный ажиотаж. Подставные „скупали“ гречку, сахар, тушенку. Некрасиво получилось»; «кризис, опять ударил»; «что станет с Новой Москвой?»; «прежде чем винить во всем правительство нашей страны, посмотрите на себя!»; и т. п. В категории «поиск единомышленников» жители района Новомосковский проявили интерес как к вопросам предотвращения коронавируса («карантинные мероприятия служат для того, чтобы избежать взрывного роста заболевших»; и т. п.), так и проблемам района («рядом с поликлиникой строится жилой дом, помогите жителям района остановить строительный беспредел»; «добрый день, товарищи единомышленники, хочу затронуть вопрос по чистоте наших водоемов»; и т. п.). Обмен информацией в содержании дискурса также был связан с вышеперечисленными проблемами («жгут мусор в частном секторе, нечем дышать, в какие инстанции обращаться?»; «никуда не ходите, отправьте курьера или пользуйтесь специальными службами»; и т. п.).

Интерпретируя данные, отметим, что так же, как и в ранее проанализированных дискурсах пользователей социальной сети из других районов, содержание коммуникаций в период начала локдауна в Новомосковском отражало актуальные ситуации жизни района: коронавирус, изменение Конституции, действия властей, а также локальные проблемы, связанные с взаимоотношениями жителей частного сектора и массовой застройки. В отличие от «соседей», жителей района Печатники, в дискурсе сообщества Новомосковского района поиск единомышленников в большей степени был направлен на решение повседневных вопросов жизни района, а не на поддержку соседей (помочь принести продукты, вынести мусор пожилым и т. п.). Возможно, это связано с тем, что большой процент жителей, пользователей сервиса, в период начала локдауна продолжал работать. Резкий скачок коммуникативной активности на страницах социального сервиса района можно объяснить тем, что с началом ограничений резко обострились скрытые наболевшие вопросы взаимоотношений «соседей» с разной территориальной, этнической идентичностью.

Район Раменки является одним из престижных районов Москвы благодаря высокому экологическому статусу, близости к центру города, природным заказникам (Воробьевы горы, набережная Москвы-реки, долина реки Сетунь), проживающей и работающей здесь интеллектуальной и культурной элите (МГУ, Мосфильм, посольские

корпуса), а также отсутствию на его территории промышленных предприятий. Пользователи сети из этого района также продемонстрировали резкий скачок коммуникативной активности на странице социального сервиса (в марте по сравнению с февралем количество постов увеличилось на 35%). Интересно, что с началом локдауна основная тема коммуникаций жителей этого района (категория «обмен информацией») не изменилась: обсуждались проблемы жилья (в частности, реновация), ремонт зданий, массовой застройки района домами самой «популярной» строительной компании. Жители Раменок не остались равнодушны и к актуальным проблемам страны («поправки», «голосование»).

Изменение содержания постов произошло в категории «поиск единомышленников»: жители Раменок активно предлагали свои услуги всем, кто нуждается в помощи в такое непростое время (*«предлагаю бесплатно всем многоцветные маски, их можно стирать»*; *«погуляю с вашей собачкой в период карантина бесплатно»*; *«будем собирать новые и б/у одежду, обувь, предметы быта, продукты — для бездомных и нуждающихся»*; *«как организовать добровольную доставку продуктов для стариков, чтобы не выходили из дома»*; и т. п.), выступали за поддержание хороших условий жизни в районе (*«ПИК и мэрия нарушает конституционные и гражданские права жителей всего района»*; *«не мусорите, плиз»*; *«сняли короткий ролик про капитальный ремонт»*; *«ограничить шум»*; *«там бы разбить великолепный сквер»*; и т. п.), высказывали свое отношение к политическим событиям (*«призываем вас не участвовать в поправочном фарсе»*; и т. п.). Поиск эмоциональной поддержки был связан с недовольством жителей относительно запрета на посещение в период локдауна природного заказника, который является местом отдыха и большим преимуществом района.

Анализируя содержание коммуникативных актов сообщества «соседей» в этом районе, мы обратили внимание на характер самих коммуникаций. В них отсутствовали угрозы, резкие эмоциональные выпады в сторону своих соседей, использование ненормативной лексики; прослеживалась общая тенденция сохранять свою персональную дистанцию. В плане поддержки «соседей» по району активисты предлагали действенную помощь. Такая картина, по нашему мнению, во многом связана с условиями проживания жителей района — большие современные квартиры в новых домах и «сталинках», позволяющие соблюдать психологическую дистанцию; большой зеленый

массив природного заказника, в котором, несмотря на все запреты, продолжали гулять и «выгуливать собак» жители района. Принимая во внимание, что сервис доставки продуктов из дорогих магазинов и раньше практиковался жителями района, то в плане комфорта жизни начало локдауна не сильно повлияло на качество их жизни.

Хорошёвский район (САО) не относится к комфортабельным спальным районам. На его территории располагается 55 предприятий (1/3 района – промышленные зоны), а также Ходынское поле, занимающее значительную часть района. На территории промзон и закрывшегося аэродрома в нулевые годы стали активно возводить новые дома с улучшенной планировкой, что повлияло на приток «новых» жителей района. Так же, как и Даниловском районе, контингент жителей очень различается. Возможно, по этой причине «сосружество соседей» района, пользователей социальной сети, не отличалось активностью (по данным за февраль месяц) (см. таблицу 1). Однако в марте 2020 г. они проявили интерес к социальному сервису «Яндекс.Район» и количество сообщений выросло на 30% (см. рисунок 1). Если в феврале можно было выделить лишь одну тему, связанную с обращением к соседям («подскажите, пожалуйста, где купить...», «уважаемый сосед, просим не шуметь...»), то в марте внимание жителей уже было приковано к проблемам своего района (темы «парк», «район», «Хорошёвское шоссе») и поиску масок («медицинская маска», «аптека»). Начало локдауна стимулировало прирост коммуникативных актов на районной странице сервиса по всем трем анализируемым категориям. Активисты сервиса обращались к паникующим соседям («*сидите дома, садоводы*»; «*давайте не будем устраивать маскоапокалипсис*»; и т. п.), предлагали конкретные действия по улучшению жизни в районе («*удалось добиться возбуждения административного дела в отношении сотрудников префектуры САО*»; «*обращаемся с жалобой на управляющую компанию*»; «*прошу властей района обратить на это внимание*»; «*обращение в Роспотребнадзор*»; и т. п.), высказывали недовольство по поводу нарушения комфортного проживания («*дали охранники в ТЦ „Хорошо“*»; «*„Магнит“ на Ярославском шоссе жуткий, грязь*»; «*у станции метро благоустривали, да не благоустроили*»; и т. п.), мер по борьбе с коронавирусом («*карантин не для всех*»; «*все должны находиться на самоизоляции, а сотни мигрантов продолжают почти круглосуточно работать на строительстве ЖК*»; «*дома заканчивается хлеб, картошка*»; и т. п.), паники в магазинах («*помрешь,*

и никакая гречка уже не понадобится»; «в Ашан ходят люди, подверженные определенной стадной психологии»; и т. п.). Обмен информацией в сети пользователей также был связан с коронавирусом («где сдать тест?»; «кто-нибудь получил от школы продуктовые наборы?»; «после отмены карантина чем в первую очередь займетесь?»; «депутат пожаловалась на нарушения в ходе стройки на Песчаной улице»; и т. п.).

Выделяя особенность дискурса пользователей сети района Хорошёвский в период начала локдауна, стоит обратить внимание на расширение тематики, обсуждаемой в сети. Жители стали говорить не только о событиях, связанных с коронавирусом, — вектор внимания сообщества в целом изменился от своих интересов в сторону проблем района и города. Можно сказать, что нарастание мер изоляции, ситуация неопределенности стали катализаторами активности для жителей района Хорошёвский: от активности в выражении своего мнения до попыток повлиять на сложившуюся ситуацию.

Обсуждение результатов исследования

Сложная обстановка в начале марта 2020 г., определяемая введением мер по самоизоляции, а также отсутствием в этот период ясности в понимании происходящих в стране и мире событий, спровоцировали у жителей мегаполиса рост интереса к социальному ресурсу «Яндекс.Район» как к источнику достоверной информации. Ограничение передвижения в городе сначала людей пожилого возраста, а затем и других категорий горожан, переход офисов и госорганизаций на удаленную систему работы, — все эти и другие социальные факторы, сопутствующие нарастанию угрозы распространения коронавируса, повлияли на коммуникативную активность пользователей конкретной социальной сети и изменили содержание дискурса в ней жителей разных районов мегаполиса.

Общая динамика коммуникаций пользователей анализируемого социального ресурса независимо от района их проживания характеризовалась ростом эмоциональных переживаний относительно происходящих событий (см. также: Журавлев, Китова, 2020б). Высокий уровень тревоги в связи с ситуацией неопределенности, недовольство мерами по ограничению передвижения закономерно отразилось на градусе эмоциональных выплесков населения, на «праведном гневе» относительно предпринимаемых властью профилактических

ких действий, работы коммунальных служб и поведения соседей. Однако они не стали триггером каких-либо массовых действий социального характера. Наоборот, для некоторых горожан они выполнили роль «пускового механизма», направленного на объединение с соседями с целью обустройства своего района и создание атмосферы взаимопомощи. По всей видимости, ситуация локдауна усилила территориальную идентичность некоторых жителей, их социальную ответственность. Принимая во внимание, что городская идентичность рассматривается исследователями как один из факторов жизнеспособности горожан (см., например: Дробышева, Ларионов, 2020; Дробышева, Емельянова, 2020), можно сделать вывод о ее функции как психологического ресурса, который помогает не только пережить кризисную ситуацию, но и аккумулировать силы для благополучной жизни в долгосрочной перспективе.

Интересно, что в период начала локдауна стратегии совладания горожан с ситуациями ограничения в передвижении, нехватки информации, неопределенности, не заключались только лишь в «выпуске пара», а проявились в действенной помощи «соседям», в поддержке их веры в будущие позитивные изменения. Можно только предположить, что такое поведение горожан обусловлено двумя факторами: неполной изоляцией (в марте строгий режим был введен лишь в конце месяца) и недлительным ее периодом (данные собирались вплоть до первых чисел апреля, но не позднее). Проецируя характер выявленной динамики, можно предположить, что в апреле рост «эмоциональных выплесков» только увеличился.

Именно эти два фактора – неполнота и непродолжительность изоляции – определили характер изменений в содержании коммуникаций в разных районах мегаполиса. Конкретно, в период начала локдауна жителей интересовали не только вопросы коронавируса и сопутствующие ему темы, но и нерешенные проблемы своего района. Нельзя с полной уверенностью сказать, но можно предположить, что по мере удлинения периода изоляции, жесткости соблюдения ограничений вектор интереса изменится в сторону обсуждения собственного самочувствия, нарастания распространения заболевания, борьбы с ним.

Исследование динамики коммуникаций в разных сообществах города показало, что в период начала локдауна территориальное расположение, экологическая обстановка, наличие «зеленых зон», особен-

ности жилой застройки в конкретном районе, условия проживания в нем и т. п. определяют не только уровень комфорта, необходимого для совладания горожан с ситуацией изоляции, но и специфику сетевых коммуникаций, их динамичность. В частности, мы обнаружили, что наибольшую динамику коммуникативной активности проявили те пользователи сервиса, ландшафтные и архитектурные особенности жизни которых невыгодно отличались от других (маленькие квартиры, населенные большими семьями; отсутствие больших «зеленых зон» и т. п.). В таких условиях ситуация вынужденного пребывания в ограниченном жизненном пространстве, тотального контроля, а также отсутствия возможности оказаться на природе усилили состояние тревоги, что отразилось на динамике постов, содержащих эмоциональные переживания и призывы к изменению ситуации.

В настоящем исследовании подтвердились результаты предыдущего этапа работы (Дробышева, 2020), которые позволили сделать вывод об «особом» статусе Тверского района как «психологически центрального» в восприятии жителей других районов мегаполиса. Выявленные особенности коммуникативной динамики в разных районах города демонстрируют неоднородность группы жителей мегаполиса, специфику восприятия ими проблем и предпочитаемых способов совладания с ситуацией массового распространения коронавируса.

Полученные результаты содержательно могут быть интерпретированы как «ответ» жителей мегаполиса на глобальную угрозу. Применяемые в работе качественные методы анализа продемонстрировали возможность их применения на следующем этапе работ, целью которого станет сравнение коммуникативной активности в периоды до локдауна и в его начале (февраль—март 2020 г.), после окончания полного локдауна и введения новых ограничений после летней «свободы» (октябрь—ноябрь 2020 г.).

Автор исследования с сожалением сообщает, что на момент создания публикации компания «Яндекс» закрыла данный проект спустя четыре года его существования.

Литература

Гудков Л. Одобрение институтов власти и доверие политикам. Левада-Центр. 2020. 6 мая. URL: <https://www.levada.ru/2020/05/06/>

odobrenie-institutov-vlasti-i-doverie-politikam (дата обращения: 25.10.2020).

- Дробышева Т. В., Емельянова Т. П.* Жизнеспособность горожан: содержание понятия, теоретические и эмпирические возможности его применения // Известия Саратовского университета. Новая серия. «Акмеология образования. Психология развития». 2020. Т. 9. № 3. С. 232–240. doi: 10.18500/2304-9790-2020-9-3-232-240
- Дробышева Т. В., Журавлев А. Л.* К истории становления отечественной социальной психологии города: основные этапы и направления исследований // Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: Результаты и перспективы развития. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. С. 1934–1942.
- Дробышева Т. В., Ларионов И. В.* Связь социально-психологической пресыщенности и городской идентичности в группе молодежи – жителей мегаполиса // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен / Отв. ред. А. Л. Журавлев, М. А. Холодная, П. А. Сабадош. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 748–457. doi: 10.38098/proc.2020.59.34.001
- Дробышева М. М.* Различия в коммуникативных ресурсах горожан – жителей разных районов Москвы (на материале социального сервиса «Яндекс.Район») // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен / Отв. ред. А. Л. Журавлев, М. А. Холодная, П. А. Сабадош. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 739–447. doi: 10.38098/proc.2020.59.34.00
- Ениколопов С. Н., Бойко О. М., Казьмина О. Ю., Медведева Т. И., Воронцова О. Ю.* Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // Психолого-педагогические исследования. 2020. Т. 12. № 2. С. 108–126. doi: 10.17759/psyedu.2020120207
- Журавлев А. Л., Китова Д. А.* Анализ интереса населения к информации о пандемии коронавируса (на примере пользователей поисковых систем интернета) // Психологический журнал. 2020а. Т. 41. № 4. С. 5–18.
- Журавлев А. Л., Китова Д. А.* Эмоциональные особенности отношения пользователей социальных сетей к коронавирусной инфекции // Бехтерев и современная психология личности: Сб. статей VI Всероссийской научно-практической конференции. Казань: НОУ ДПО «Центр социально-гуманитарного образования», 2020б. С. 208–211.

- Ищенко Н., Вирченко К., Бурлакова Е.* Минпромторг пообещал не закрывать магазины и призвал не закупаться впрок // Ведомости. 2020. 15 марта. URL: <https://www.vedomosti.ru/business/articles/2020/03/15/825217-magazini> (дата обращения: 25.10.2020).
- Линч К.* Образ города / Под ред. А. В. Иконникова. М.: Стройиздат, 1982.
- Малышева Г. А.* Социально-политические аспекты пандемии в обществе цифровой сетевизации: российский опыт // Вестник Московского государственного областного университета. 2020. № 3. URL: www.evestnik-mgou.ru (дата обращения: 20.10.2021).
- Митин И. И.* Ментальные карты города: история понятия и разнообразие подходов // Городские исследования и практики. 2017. Т. 2. № 3 (8). С. 64–79. doi: 10.17323/usp23201764-79
- Пизова Н. В., Пизов А. В.* Депрессия и посттравматическое стрессовое расстройство при новой коронавирусной инфекции // Лечебное дело. 2020. № 1. С. 82–88. doi: 10.24411/2071-5315-2020-12197
- Психологические проблемы семьи и личности в мегаполисе / Отв. ред. А. Л. Журавлев, А. И. Ляшенко, В. Е. Иноземцева, Д. В. Ушаков. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
- Психология: Учебник для технических вузов / Под ред. В. Н. Дружина. СПб.: Питер, 2000.
- Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия и совладание / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Н. В. Тарабрина, Н. Е. Харламенкова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016.
- Сидячева Н. В., Зотова Л. Э.* Ситуация вынужденной самоизоляции в период пандемии: психологический и академический аспекты // Современные наукоемкие технологии. 2020. № 5. С. 218–225. doi: 10.17513/snt. 38060
- Сорокин М. Ю., Касьянов Е. Д., Рукавишников Г. В., Макаревич О. В., Незнанов Н. Г., Лутова Н. Б., Мазо Г. Э.* Психологические реакции населения как фактор адаптации к пандемии COVID-19 // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В. М. Бехтерева. 2002. № 2. С. 87–94. doi: 10.31363/2313-7053-2020-2-87-94
- Скотникова И. Г. Егорова П. И., Огаркова Ю. Л., Жиганов Л. С.* Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии COVID-19 // Институт психологии российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 245–268. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.008

Раздел 1

- Тхостов А. Ш., Рассказова Е. И.* Психологическое содержание тревоги и профилактики в ситуации инфодемии: защита от коронавируса или «порочный круг» тревоги? // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 70–89. doi: 10.17759/spp.2020280204
- Федосенко Е. В.* Жизнь после карантина: психология смыслов и коронавирус COVID-19 // Психологические проблемы смысла жизни и акме: Материалы XXV Международного симпозиума. М.: ПИ РАО, 2020. С. 34–47. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42875873> (дата обращения: 20.10.2021).
- Харламенкова Н. Е., Быховец Ю. В., Дан М. В., Никитина Д. А.* Переживание неопределенности, тревоги, беспокойства в условиях COVID-19 // Сайт Института психологии РАН. COVID-19: влияние на человека и общество. Комментарии экспертов. URL: http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/har-1.html (дата обращения: 10.10.2021).
- Шакирова А. Т., Койбагарова А. А., Осмоналиев М. К., Ахмедов М. Т., Ибраимова А. Дж.* Влияние COVID-19 на психологическое состояние людей // Евразийский союз ученых. 2020. Т. 3. № 10 (79). С. 50–52. doi: 10.31618/ESU.2413–9335.2020.3.79
- Brooks S. K., Webster R. K., Smith L. E. et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence // The Lancet. 2020. V. 395. P. 912–920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- Novel coronavirus (2019-nCoV) // World Health Organization. 2020. URL: https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/novel-coronavirus-2019-ncov_old (дата обращения: 10.10.2021).
- Saladino V., Algeri D., Auriemma V.* The psychological and social impact of Covid-19: New perspectives of well-being // Frontiers in Psychology. 2020. V. 11. P. 1–6. doi: 10.3389/fpsyg.2020.577684
- Serafini G., Parmigiani B., Amerio A., Aguglia A., Sher L., Amore M.* The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population // Journal of Affective Disorders. 2020. V. 113 (8). P. 531–537. doi: 10.1093/qjmed/hcaa201
- Shi C., Guo Z., Luo C., Lei C., Li P.* The psychological impact and associated factors of COVID-19 on the General Public in Hunan, China // Risk Management and Healthcare Policy. 2020. V. 13 P. 3187–3199. doi: 10.2147/RMHP.S280289

Раздел 2

РЕСУРСЫ СОВЛАДАНИЯ И ОСОБЕННОСТИ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

Вызов пониманию конкретного человека в психологии пандемией COVID-19

М. Ш. Магомед-Эминов

doi: 10.38098/fund_21_0442_08

Пандемия COVID-19 забросила человека и науки, его изучающие, в том числе психологию и другие социогуманитарные науки, в экстремальную, кризисную, неповседневную ситуацию с продолжающейся волновой «скачкообразной» динамикой, несмотря на беспрецедентные усилия, предпринимаемые для ее прекращения каждым конкретным человеком и человечеством по всему миру. В этом планетарном событии глобального вызова и человек, и наука, находящиеся в деятельном соучастии и синергичной работе, проходят испытание пандемией в общности судьбы — судьбы научной системы и судьбы конкретного человека в со-бытии с другими.

В глобальном экзистенциальном испытании и человек, и помогающая ему наука отвечают на множество вызовов и вопросов, касающихся многообразных жизненных отношений, задействованных в пандемическом бытии COVID-19. Среди них, на наш взгляд, два вопроса являются наиболее фундаментальными, очерчивающими в своем взаимодействии границы концептуального поля для проблематизации, понимания и объяснения конкретного, индивидуального человека в предельном бытии — в бытии на пределе, или в опыте-предела.

Первый вопрос — «Что?», соответствующий сущностному принципу познания, направлен на понимание и объяснение сути вещей (шире — сущих), идей и их связей, а также на установление их качественной определенности. Второй вопрос — «Как?», возникающий из инстанции принципа практики, в том числе практики заботы (задан прежде всего практическим поворотом философии практи-

ки К. Маркса и др.), касается не только понимания (на что фокусированы М. Хайдеггер и М. Фуко), но и практики осуществления изменений, преобразований, созидания, творения, конструирования, овладения окружающим миром и самим собой. Мы его расширяем до принципа заботы, деконструируя феномен онтологической заботы (Хайдеггер, 1997) и культуры заботы о себе (Фуко, 2007) в гетерогенной диалектике принципа практики – в соотношении заботы о себе и заботы о другом во внутренних переходах в логике нового прочтения принципа историзма К. Маркса и практического поворота (Магомед-Эминов, 1998, Магомед-Эминов и др., 2020).

Чтобы поставить проблему исследования с учетом этих двух вопросов и наметить пути ее решения, прежде всего проведем терминологическую и концептуальную работу, охватывающую методологические и философские основания исследовательского проекта¹.

В первую очередь вопросы «Что?» и «Как?» мы адресуем в эмпирической плоскости самой пандемии COVID-19, с которой и началась вся эта критическая история, – а началась она с абсолютной неопределенности и полного незнания того, с чем столкнулось человечество. Естественно, мы хотим знать в подобных критических ситуациях, с чем человек имеет дело, как с этим неизвестным Нечто обращаться, как с ним справляться. Пандемия, вызванная распространением по всему миру инфекционного заболевания COVID-19, угрожает здоровью и жизни людей. Вдобавок она не завершилась,

1 Настоящая работа является частью НИР «Человек в экстремальной ситуации» (начата в 1990 г.) кафедры психологической помощи и ресоциализации факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. В самом начале пандемии, 6 апреля 2020 г., мы провели научный междисциплинарный онлайн-семинар «Культурно-деятельностная психология в экстремальной ситуации. Вызов пандемии» (докладчик – М. Ш. Магомед-Эминов). В обсуждении этого доклада приняли участие известные ученые А. Г. Асмолов, Б. С. Братусь, А. А. Гусейнов, А. И. Донцов, В. А. Иванников (Асмолов и др., 2020). До этого пресс-служба МГУ им. М. В. Ломоносова опубликовала разработанные нами психологические рекомендации о поведении человека в условиях пандемии COVID-19 (Психологические рекомендации..., 2020). В настоящем исследовании мы продолжаем эту работу в оптике деятельностно-экзистенциального подхода, делая акцент на проблеме вызова пониманию конкретного человека в диалектике индивидуального и общественно-го в психологии и социогуманитарных науках.

как ожидалось, а повторяется в волновой динамике относительно и темпоральной, и пространственной составляющих и относительно самой жизни, продолжая создавать новые вызовы.

На пандемию можно посмотреть двояко: с точки зрения предметности и с точки зрения событийности. В плане предметности пандемия COVID-19, во-первых, является предметом дискурса, дискурсивных практик, наводнивших информационное пространство массивом текстов и способных как помочь, так и навредить человеку, создавая инфодемию, навязывая определенную идеологию и прагматику поведения. Во-вторых, коронавирус SARS-CoV-2 является реальным предметом — чужеродным агентом, способным нанести вред здоровью человека или даже убить его, а не только знаком или означающим без референта.

В плане событийности пандемия является событием человеческого существования, в котором человек живет, осуществляя свою жизнь совместно с другими, взаимодействуя или противодействуя. Независимо от того, заболевает человек ковидом или нет, он чувствует дистресс, с которым надо совладать, который надо преодолевать. И более того, ему необходимо решать жизненные задачи для осуществления протективного поведения и организации своей жизнедеятельности в новых изменившихся условиях, — задачи на смысл, которые раскрываются в решении задачи на жизнь, на бытие — чтобы жить, чтобы быть. Важное замечание: дифференциация предметности и событийности человеческой реальности в пандемическом бытии, соответствующая выделенным двум вопросам, в дальнейшем станет основой дифференциации практики, деятельности, а также основой классификации подходов к феномену повседневности.

Для обозначения подобных глобальных угроз в психологии не существует устоявшейся терминологии и чаще всего используются такие термины, как глобальная угроза, глобальная катастрофа, кризис, чрезвычайная ситуация, экстремальная ситуация, ситуация неопределенности, глобального вызова. Во всех этих терминах акцентируется значение экстремума, предельности, чаще всего понимаемое экстенсивно, в количественном выражении, хотя интенсивность — качественное значение и является для нас особо важным (Гегель, 2000). В настоящем исследовании в качестве рабочего термина мы выберем термин «экстремальная ситуация», определяя ее пока формально как ситуацию, выходящую за пределы повседнев-

ного опыта существования. В дальнейшем данное понятие будет содержательно конкретизировано и дифференцировано.

Цель нашего исследования состоит в том, чтобы прояснить связь между принятием экстремальной ситуации пандемии и работой личности над собой, а также утверждением собственной субъектности себе через практику заботы о другом. Для формулировки теоретических оснований сперва обсудим эмпирические исследования феномена, далее дадим классификацию направлений и подходов и их теоретический анализ.

Эмпирические исследования психологических проблем в условиях пандемии COVID-19

К настоящему моменту за рубежом проведено большое количество эмпирических исследований психологических проблем, связанных с пандемией COVID-19, таких как травматический дистресс, страх, тревога, депрессивные симптомы, бессонница и др. (Bo et al., 2020; Minihan, 2020; Qiu et al., 2020; Sher, 2020); потеря чувства безопасности, страх заражения COVID-19 (Mamzer, 2020; Manderson, Levine, 2020).

Особое значение имеет исследование стрессоров пандемии, с которыми связаны также серьезное нарушение привычного образа жизни, расставание с семьей и друзьями, недостаток продуктов питания и лекарств, потеря доходов, социальная изоляция (Brooks, 2020; Horesh et al., 2020; Mazza et al., 2020; Zhang et al., 2020). Они могут создавать или усиливать расстройства настроения, тревожные расстройства и ПТСР (Bo et al., 2020; Taylor, 2020; Taylor, Asmundsen, 2020; Wang et al., 2020; Xie et al., 2020; Yuan et al., 2020).

Проводятся также исследования процессов, стратегий совладания (Chew, 2020; PeConga et al., 2020; Polizzi et al., 2020; Prime et al., 2020; Scrivner, 2020; Yan et al., 2021). Разрабатываются и апробируются также различные методы психологической поддержки и психотерапии, оказываемой в том числе и медицинским работникам в связи с проблемами, связанными с COVID-19 (Klomp et al., 2020; Li et al., 2020; Mo et al., 2020; Montemurro, 2020). В целом, большинство исследователей согласны с тем, что ситуация пандемии COVID-19 характеризуется: 1) высокой неопределенностью, порождающей неуверенность, 2) путаницей, создающей растерянность, 3) ощущением необходимости

срочных и неотложных действий. Всё это требует, на наш взгляд, соответствующей метапсихологической проблематизации.

Отечественные исследования, проведенные в период пандемии COVID-19, были посвящены проблемам изучения тревоги, беспокойства, панических реакций и страхов, соматизации (Ениколопов и др., 2020), стресс-факторов (Быховец, Коган-Лернер, 2020; Сорокин и др., 2020), переживания неопределенности в период пандемии COVID-19, принятия решений, саморегуляции в контексте индивидуально-личностных и стилевых свойств (Скотникова и др., 2020); восприятию и оценке угрозы от пандемии COVID-19 и ее связи с эмоциональным состоянием населения (Первичко и др., 2020). Содержательно с этим направлением связаны также изучение способов совладания с тревогой и факторов, способствующих сохранению психологического благополучия в период пандемии (Герасимова, Холмогорова, 2020; Рассказова, Леонтьев, 2020), исследование значения базисных убеждений личности, ценности собственного Я в качестве психологического ресурса преодоления жизненной ситуации (Гриценко и др., 2020), а также межличностных отношений (Польская, Разваляева, 2020).

Был проведен ряд исследований психологических реакций на информацию в период пандемии COVID-19: выявлены связи разных видов тревоги с поиском информации о коронавирусе (Тхостов и др., 2020), изучены вовлеченность в сетевые коммуникации, приверженность конспирологическим теориям, представления о последствиях коронакризиса (Нестик и др., 2020; Нестик, 2020), психологических механизмов инфодемии (Михеев, Нестик, 2020), динамики поисковых запросов в ситуации переживания объективной глобальной угрозы (Белинская и др., 2020), факторов, влияющих на выполнение поведенческих рекомендаций по защите от инфекции и на формирование адекватных представлений о пандемии (Кубрак, Латынов, 2020). Также изучалась специфика влияния пандемии и самоизоляции 2020 г. на возрастные группы (Гаязова, Вихристюк, 2020), профессиональные группы (Быховец, Коган-Лернер, 2020; Петриков и др., 2020), анализировались запросы на психологическую помощь (Гаязова, Вихристюк, 2020) и мнение экспертного сообщества о сложившейся ситуации (Ушаков, Юревич, 2020). В русле общей проблемы изучались цифровая реальность и дистанционные формы общения (Солдатова, Рассказова, 2020), сетевые сообщества (Ковалева, Жу-

равлев, 2020), исследовались взаимодействия, учеба и работа в удаленном формате (Захарова, Вилкова, 2020).

Нами было проведено исследование позитивной трансформации личности в условиях пандемии COVID-19 (Magomed-Eminov et al., 2021). Мы поставили перед собой цель показать, что с опытом-пределом, каковым можно признать опыт жизни в условиях пандемии, связан феномен перитравматического роста личности.

Прежде всего отметим, что наша модель вполне релевантна для интерпретации предельного опыта. В ней феномен экстремальности рассматривается в диалектике позитивного и негативного, раскрывая психологические феномены трансформации личности в рамках триады: 1) расстройство (негация), 2) преодоление (стойкость, мужество), 3) личностный рост (духовный рост), трансгрессия, трансформация картины мира (Магомед-Эминов, 2007).

В исследовании приняли участие 434 человека, 81% женщин и 19% мужчин, средний возраст 23,5. Большую часть респондентов составили студенты старших курсов университета. Болевших респондентов – 26% выборки, неболевших – 74%. У 52% респондентов члены семьи болели COVID-19, у 48% не болели. Методы исследования: Индекс перитравматического дистресса COVID-19 (Магомед-Эминов и др., 2020; Ahorsu et al., 2020), опросник посттравматического роста (Магомед-Эминов, 2008), методика неоконченных предложений (Магомед-Эминов, 2009). Обработка данных осуществлялась методами экспертной оценки нарративов и незаконченных предложений и статистического анализа в программе SPSS.

Данные показывают, что сам факт заболевания коронавирусной инфекцией является дистрессовым по показателям индекса перитравматического дистресса ($p = 0,02$), хорошо согласующимся с множеством релевантных исследований, представленных в литературе. Однако подобная логика количественной интенсивности воздействия не подтверждается показателями посттравматического роста: не обнаружено значимых различий по этому показателю между болевшими и неболевшими COVID-19. Можно было бы предположить, что более сильный дистресс будет связан с выраженным посттравматическим ростом. Однако результаты не согласуются с этим ожиданием. С другой стороны, была выявлена значимая корреляция ($r = 0,23$, $p < 0,01$) в группе переболевших между индексом перитравматического дистресса и посттравматическим ростом.

Основываясь на качественном анализе данных (нарративах и незаконченных предложениях), мы сделали другой вывод: феномен роста является не просто способом совладания или адаптации с дистрессором, а связан с 1) трансгрессивной мотивацией, направленной на выход человека за пределы наличной ситуации, и 2) с трансгрессивной смысловой работой личности над предельным опытом существования из перспективы становления человеческого в человеке.

В другом нашем исследовании (Соколова, Магомед-Эминов и др., 2020), в котором мы изучали связь психологических факторов с тяжестью течения заболевания COVID-19 ($N = 66$), был получен один интересный результат, касающийся корреляции между уровнем ферритина и резильентностью ($r = 0,363$, $p < 0,05$). Он может дать основание для предположения, что уровень ферритина – это универсальный показатель мобилизации организма, его готовности противодействовать стрессу на физическом уровне.

Подходы к пониманию экстремальности в психологии

Основываясь на эмпирических исследованиях, на классификациях психологических моделей стресса, на диагностических руководствах DSM-5 и МКБ-10 мы создали рабочую классификацию понимания феномена экстремальности с четырех точек зрения, которые укладываются в два наиболее широких направления: традиционное (абстрактной психологии психики) и нетрадиционное (конкретной психологии человека). Они выпукло вырисовываются уже в том, что критическая человеческая ситуация, которая рассматривается обычно в оптике переживания (в наиболее широком смысле – переживания дистресса, травмы, тревоги, страха, паники, депрессии и других реакций, которые могут перерасти в различные, психические нарушения, расстройства), имеет также более широкий человекомерный, экзистенциально-онтологический горизонт: способ рассмотрения человека в предельном бытии, в опыте предела.

В традиционном направлении мы условно выделяем, следуя логике нашего анализа, три подхода. Первый рассматривает экстремальность с точки зрения чрезвычайных ситуаций, вызванных социальными, природными, техногенными катастрофами. Психоло-

логия чрезвычайных ситуаций традиционно понимает экстремальность негативно, трактуя ее в терминах катастроф, аварий, вызывающих психофизиологические нарушения, подрывающих здоровье, ухудшающих деятельность, создающих различные психические расстройства, угрозы для здоровья и жизни, которые могут закончиться летальным исходом. Экстремальность трактуется на основе общественных, природных и технологических закономерностей, а индивидуальный опыт бытия человека не учитывается. Сам конкретный человек – сингулярность, игнорируется в своей индивидуальной истории жизни, исчезая в понятии «человеческий фактор» или являясь нумерологической единицей при калькуляции жертв катастроф и несчастных случаев.

Второй, собственно психологический, подход переносит акцент с чрезвычайных ситуаций на проблемы психологии стресса, травмы, адаптации, утраты, трактуя чрезвычайные события как травматические дистрессоры, создающие перитравматический дистресс в актуальной инцидентальной ситуации. Понимание психологических проблем при этом строится в рамках медико-биологически ориентированной концепции дистресса, травм, узко психологически трактуемой в терминах когнитивно-эмоциональных и поведенческих нарушений. Этот подход фокусирован на проблемах переживаний, стресса, травмы, тревоги, страха, неопределенности, паники, депрессии, перерастающих при определенных условиях (внешних и внутренних) в тревожные расстройства (в том числе панические атаки), дистрессовые расстройства (в том числе острые стрессовые расстройства, посттравматические стрессовые расстройства), расстройства адаптации и другие нервно-психические нарушения (нарушения сна, синдром хронической усталости (*chronic fatigue*), вторичные травматизации у специалистов помогающих профессий (*compassion fatigue*) и т. д.). Для объяснения психических реакций на дистресс используется ряд подходов: стимульный, реактивный, интерактивный, транзактный.

Традиционное направление фокусировано на переживании и в случае реакции на стрессоры, и в случае акции и проактивного поведения как промежуточной переменной¹. Переживание диффе-

1 Психотехнический подход к консультативной практике также строится на работе с деятельностью переживания (Василюк, 1984). Уже в этом утверждении отмечается необходимость дифференциации понятий дея-

ренцируется на план деятельности, совпадающей с «Ego cogito» Р. Декарта, и на предметный план — смысловую систему, осуществляющуюся в системе значений (знания, идеалы, нормы, картина мира и др.).

Мультипсихические реакции на перитравматический дистресс, вызванный пандемией COVID-19

В результате транзактного «кругового» взаимодействия множества образующих факторов человеческая ситуация в период пандемии приобретает характер перманентной кризисной ситуации, отличающейся волновой динамикой — усилением и ослаблением самой инфекции и ограничительных мер. Дистресс пандемии COVID-19 определяется не только глобальной угрозой, но и ответом на нее общества и конкретного человека, который может быть избыточным, дефицитным и оптимальным.

Эти три вида ответа мы соотносим с тремя формами психических реакций конкретного человека — катастрофизацией, негацией и оптимизацией, во взаимодействии которых формируется диалектическая мультипсихическая реакция, модель которой лучше объясняет динамику поведения человека, чем стадийные модели травмы, горя, на которые ранее ориентировались психологи. Конкретизируем мультипсихические реакции на угрозу в экстремальной ситуации следующим образом: 1) катастрофизация — шок, паника, аффективно-агрессивные реакции, алармизм, реакция испуга, гиперактивация, ковидофобия; 2) негация — отрицание, игнорирование, дезавуирование, редукция самосохранения, протест и конфронтация, гипоактивация и ковидофилия; 3) мобилизация психологических ресурсов, адаптация, оптимизация жизнедеятельности.

Метапсихологическое понимание феномена неповседневности

Мы различаем абстрактную и конкретную (конкретно-историческую) метапсихологию. Когда мы хотим поднять теоретическую планку и посмотреть на психологию стресса (шире — психологию переживания) в оптике личности, то мы, по сути, оказываемся в метапси-

тельности и работы с деятельностью, сознанием, переживанием (в том числе с деятельностью переживания), которую мы обосновали ранее (Магомед-Эминов, 1998).

хологической проблематике, выходящей за пределы высших психических функций, процессов, системы значений. Это в свое время подметил А. Н. Леонтьев, по сути, указав на иное понимание метапсихологии, не совпадающее с общепсихологическими механизмами в духе З. Фрейда. Однако подобный метапсихологический подход находится в рамках абстрактной метапсихологии: личность остается сверхчувственным качеством вне телесной воплощенности в существе конкретного, сингулярного (индивидуального) человека.

Абстрактный подход ограничивается в экстремальной ситуации дифференциально-психологическими проблемами, индивидуальными различиями, которые соотносятся с ситуационными переменными в интерактивной или транзактной моделях, или же речь идет об отдельных особенностях личности, субъекта, коррелятивных экстремальной ситуации. В абстрактной метапсихологии личность, субъект трактуются сугубо предметно, на основе свойств, качеств, отношений и предикатов так, что сам индивид, личность, субъект, определяясь определенными свойствами, остается вне бытия и времени.

Необходимо объективировать субъекта объективирующего, но остающегося вне объективации, в бытии как индивидуальную человеческую реальность. Эта идея созвучна критике коррелятивизма К. Мейясу (Мейясу, 2016) и мысли С. Л. Рубинштейна и А. Н. Леонтьева о том, что истинный субъект является объектом (Рубинштейн, 2012; Леонтьев, 1983). Стремясь к этому, мы придерживаемся четвертого подхода к феномену экстремальности (о первых трех см. выше).

Конкретная метапсихология человека в диалектике повседневного и неповседневного способов существования

Для понимания экстремальности в человекомерной оптике необходимо осуществить переход от переживания к проживанию, к осуществлению жизни, бытия конкретным человеком. В четвертом подходе метапсихологическое раскрывается в психологии конкретного человека в процессах жизни, в диалектике перехода повседневного и неповседневного способов существования.

Если мы хотим строить модель личности в экстремальной ситуации как ситуации человеческой жизни, то нам необходимо изучить

феномен укоренения конкретного человека в бытии с учетом того, как человек обращается, работает со своим бытием, решая определенные задачи на смысл.

В трех подходах традиционного направления конкретный человек исчезает — он исчезает в природных, общественных закономерностях, механизмах стресса, когнитивно-эмоциональных нарушениях, нарушениях поведения и деятельности, а также в статике свойств и качеств личности, в «чистой» субстанции субъекта как носителя психики, в целостности изначального феномена «само» как гомункулуса. Кроме того, экстремальность считается случаем и, следовательно, явлением контингентным, случайным. Не обладая качественным своеобразием, она поглощается, исчезает во верховной повседневной реальности (Шютц, 2004). Экстремальная случайность, наподобие черного лебедя Н. Н. Талеба, будто прилетает из верхнего мира «Экстримистана» и возвращается обратно (Талеб, 2013).

Таким образом в психологии существует фундаментальная проблема: феномен экстремальности, а также феномен конечности, брэнности человека, феномен смерти подвергаются теоретическому вытеснению. Мы, напротив, выдвигаем идею, что эти феномены являются *фундаментальными условиями* индивидуального человеческого бытия (о всеобщности феномена нам поведал М. Хайдеггер): феномен смерти, неповседневного бытия открывается в сердцевине повседневного существования человека. В этом случае конкретное человеческое бытие раскрывается в диалектике взаимодействия повседневного и неповседневного модусов и из соотношения «бытия-к-жизни» и «бытия-к-смерти», деконструируя смертоцентрированность учений М. Хайдеггера, З. Фрейда и, соответственно, экзистенциальной психологии.

Диалектика повседневного и неповседневного существования в условиях пандемии COVID-19

Следуя онтологии бытия личности сингулярного человека, заострю внимание на том, что экстремальный характер пандемическое бытие приобретает не только в связи с глобальной угрозой, но также в связи с не менее глобальным ответом человечества на этот вызов, порождающим в свою очередь новые вызовы, требующие новых ответов. И так — по кругу, или рекурсивному циклу. В самом экстремаль-

ном бытии (бытии на пределе) появляются будни экстремальности, «островки» повседневности, указывая на многослойную эквивокальную динамическую констелляцию ситуации человеческой жизни. Отмеченный выше транзитный характер человеческой ситуации, динамика которой определяется взаимодействиями повседневного и неповседневного модусов, способами существования, указывает на необходимость деконструкции понятия повседневного мира, понимаемого как унивокальная, единственная верховная реальность в философском, социологическом и других научных курсах, в том числе постмодернистском (Бергер, Лукман, 1995; Гуссерль, 1991; Латур, 2014; Лиотар, 1998; Хайдеггер, 1997; Шютц, 2004). Мы утверждаем, что, следуя этой диалектической деконструкции, любую человеческую реальность, в том числе экстремальную, необходимо рассматривать в диалектике повседневного и неповседневного существования (Магомед-Эминов, 1998).

Трансформация личности в экстремальных условиях

Итак, экстремальность пандемического бытия человека создается в процессе трансформации способа его существования, концептуализированной нами как переход от повседневного модуса существования к неповседневному. В этом переходе трансформируется сам человек, его субъектность, личность, идентичность, образ мира, образ жизни, отношения и др. Что важно, при этом человеку по логике его бытия, требованиям его жизни приходится становиться иным, отличным от себя, не тождественным себе и в то же время продолжать быть собой. Важный момент: пандемия раскрывает проблему свободы из соотнесения человек – судьба, а не только из его отношения с природой и обществом.

Если объединить эти два встречных процесса – процесс самореференции, аутопоэзиса и процесс инореференции, альтропоэзиса – в их диалектическом взаимодействии, то можно сформулировать культурно-историческую задачу личности в трансформирующемся социокультурном и природном бытии. Она звучит так: быть собой, становясь иным. По сути, речь идет о том, что конкретный человек определяется на перекрестье самобытия и инобытия. Этот же вопрос задается несколько по-иному в оптике конкретности: как возможен человек как конкретное единство многообразия.

Отметим, это уже не задача просто социализации, а задача особой транзитной ресоциализации. Однако подобная кардинальная трансформация не происходит, на наш взгляд, помимо самого человека, личности. Мы утверждаем, что трансформация идентичности человека – его субъектности, самоидентичности личности, самости, феномена «само» – опосредствована работой над собой как над другим, которая осуществляется не в саморефлексии, а в жизни, в бытии.

Множественность воплощений человека

Онтологическая трансформация человека (субъекта, личности, самости) и, соответственно, работа над собой вписаны в сущностное устройство человека, в средоточие человеческого в человеке, личности, субъекта. Отмечу, «центр» человеческого существа, феномен «само» открывается как практика, т. е. как работа над собой. Мы здесь рассматриваем конкретного человека, заданного в пандемии на перекрестье многообразия своих ипостасей.

Проведенный психологический анализ позволяет нам сделать важный общий вывод, задающий ориентиры последующей работы. Конкретный человек открывается на перекрестье жизненных отношений, природных и социальных – физических, биологических, социальных, экономических, политических, религиозных, духовных, экзистенциальных, психологических, – которые осуществляются им как собственное измерение в многообразных деятельности. В этом пункте возникает критический вопрос об онтологическом синтезе – гетерогенной синтетической работе, в которой создаются узлы, компоненты сборки личности, субъекта, человека. Этот вопрос задается не только психологическим теориям, но также и нашумевшему проекту деконструкции субъекта и постпостмодернистским проектам. Кроме синтетической работы возникает вопрос работы осуществления, в которой человек решает задачи на смысл, на жизнь, на бытие, в условиях которых он также осуществляет онтологическую безопасность.

Таким образом, из рассмотренных идей и их концептуализаций вытекает ряд следствий:

1. Следует дифференцировать человеческую ситуацию, которую мы уже выше предварительно обсудили, на повседневную и неповседневную.

2. Для обоснования этой дифференциации надо, в свою очередь, дифференцировать смыслы. Эти две реальности имеют различное смысловое строение: повседневность соотносительна L-смыслам (смысл жизни), а неповседневность – D-смыслам (смысл смерти).
3. Дифференциацию надо трактовать релятивно и в диалектике повседневности и неповседневности.
4. Чтобы далее наполнить эту дифференциацию конкретным содержанием, нужно ее раскрыть из горизонта жизни, существования, бытия конкретного человека, конкретной истории жизни.
5. Далее мы удваиваем практику личности: человек, осуществляя жизнедеятельность, работает, обращается с собственной жизнедеятельностью, с самим собой и т. д., но одновременно он работает над собой как над другим.

Вызов пониманию человека в психологии

Мы уже пришли к выводу о том, что конкретный человек претерпевает множество трансформаций, самоопределяясь в средоточии многообразия своих воплощений. Из дальнейшего анализа выясняется, что эти трансформации не только вызывают к онтологической синтетической работе, но ставят также вопрос об осуществлении индивидуального поступка в диалектике индивидуального и общественного. Между тем в современной психологии и гуманитарных дисциплинах единичный человек исчезает и в субстанции субъекта, и в общественно-историческом понимании сущности человека, в котором конкретный индивид выступает как сколок культуры, частичная персонификация общественных отношений. Конкретный человек нивелируется, превращаясь в абстрактного субъекта, культурную фрагментацию, логическую единичность или дурную бесконечность. Он исчезает также в феноменах свободы воли, квалиа, самости.

С другой стороны, приведя в связь учения Аристотеля и Канта о нравственном действии, исходным, начальным феноменом для его понимания А. А. Гусейнов считает поступок (Гусейнов, 2020). А. В. Смирнов предлагает рассматривать целостность как исходное в понимании сознания, принимая ее в своей начальной связности, в которой соотносятся логика и смысл, субстанциональное и процессуальное, образуя феномен «то же иное» (Смирнов, 2021). Восполь-

зовавшись этими идеями, поясню: в феномен «само», субъектность, исходную целостность, «то же иное», средоточие человеческого в человеке мы вписываем его работу над собой как над другим (Магомед-Эминов, 1998), рассматривая историческую целостность индивида в эмпирии жизни и пытаюсь деконструировать логику смысла и виртуальной сингулярности в концепции Ж. Делёза (Делёз, 2011).

В феномене смысла мы различаем смысловое образование и смысловую работу, в которой оно создается, удерживается, трансформируется и исчезает. Смысловая работа осуществляется в разрыве между одним смыслом и другим смыслом, т. е. в пробелах между буквами, словами, предложениями и текстами, поступками и действиями.

Пандемия COVID-19 нанесла мощный удар по миру глобализации, нивелировавшему человеческую индивидуальность, поставив в новые отношения конкретного человека и общество (в диалектике глобального и локального). Встает задача проблематизации данного опыта индивидуализации человека.

Один житель китайской провинции, съев то ли панголина, укушенного летучей мышью, то ли летучую мышь, укушенную панголином, заразился новым вирусом SARS-CoV-2, заболел COVID-19, заразив по транзитным сетям человеческой мобильности и виртуальной коммуникации, сопровождаемой волной инфодемии, весь мир, создав планетарное событие, отправившее почти каждого гражданина в самоизоляцию и поставившее общественную жизнь, в том числе экономическую и политическую на локдаун — паузу, продолжающуюся до сих пор, в ослабевающей и усиливающейся динамике. Последний человек не исчез в утробе постчеловеческой реальности, наперекор прогнозам Ф. Фукуямы и предупреждениям С. Хантингтона, а обернулся первочеловеком — и жертвой, и виновником COVID-19. Он открывается как агент и пациент не только в начале пандемии, но и в ее развитии, и в конце. Только с последним человеком, который освободится от COVID-19, прекратится эпидемия. И основной способ прекратить распространение (назовем его протективной социокультурной практикой) — это наложение определенных ограничений на жизнедеятельность (на общественную, природную жизнь и поведение человека) посредством социального дистанцирования для разрыва цепи передачи инфекции от одного человека к другому. Между тем практика социального дистанцирования и самоизоляции может работать, только выражаясь в автономном поведении каждого

отдельного индивида. Социальная практика – социальное дистанцирование, самоизоляция, гигиеническая практика, менеджмент болезни, управление рисковыми последствиями карантина – может быть осуществлена только посредством ответственного, сознательного поведения человека. Это потребует, на наш взгляд, определенной работы над собой, проявляющейся одновременно в заботе о себе и о другом.

Социальная задача, возникшая из «биологического смысла» сохранения жизни, становится экзистенциальной задачей индивидуального человека, который должен соблюдать самоизоляцию и социальное дистанцирование во имя спасения себя и других. Отсутствующим лекарством от COVID-19 является ответственное поведение личности. Поэтому традиционный карантин обозначен как самоизоляция: я сам себя изолирую. Акцент с дисциплинарной власти, социальных требований и нормативов смещается на автономное, индивидуальное поведение. Социальные требования вступают в синергичную связь с требованиями индивидуальной жизни, индивидуального бытия – судьбы конкретного человека и общности этой судьбы с другими людьми. Работа над собой открывается как работа над собственной судьбой и судьбой другого. Так намечается тема свободы и судьбы личности.

Таким образом, пандемия COVID-19 показала связь между биологическими, социальными, экзистенциальными, персональными образующими в существе конкретного человека, синтез, взаимодействие которых осуществляется в синтетической работе над собой. В пандемическом бытии конкретный человек в этой работе над собой открывается в телесной воплощенности, преодолевая культурную редукцию, актуализируется в социальных протективных практиках, реализуемых в индивидуальном автономном поведении. Социальная практика общественного человека осуществляется в индивидуальном поведении конкретного человека в перспективе реализации экзистенциального смысла.

Работа над собой как работа над другим

Работа над собой в жизни, в бытии происходит только при размыкании самозамкнутости, самоустремленности аутопоэтической работы. Значит, возникает вопрос о бытии феномена «само» не в саморефлек-

сии, а в процессах жизни, о бытии во взаимодействии с иным, другим. Напомню, все центральные высотные понятия, определяющие человека, средоточие его субъектности, сходятся в психологии и философии в феномене «само»: сам человек что-то делает или не делает. Этот феномен — средоточие субъектности, центр, ядро человека — утрачивается или фрагментируется в современной постмодернистской научной рациональности. В ситуации пандемии данный феномен, пребывая в онтологической пустоте в психологии повседневности, напротив, проясняется и конкретизируется в двух аспектах: 1) в реализации глобального, в общественно значимой социальной практике, в автономном индивидуальном поведении, 2) в осуществлении работы над собой для реализации этого автономного ответственного поступка, выходящего за пределы заботы о себе.

Самоизоляция как особая форма социального дистанцирования еще более конкретизирует и проясняет сущность феномена «само», не являющегося монадой без окон или бесшовной целостностью. Самость теперь раскрывается в двунаправленности работы над собой: в направленности работы на себя (аутопоэтической работы, аутопрактики) и направленности работы на другого (альтропоэтическая работа, альтропрактика). Маску я надеваю и для себя, и для другого, чтобы обезопасить себя и чтобы обезопасить другого от себя. Хотя общество, власти рекомендуют, требуют (мягче или жестче) определенное поведение, но в действительности я сам, руководствуясь своими соображениями, себя отправляю домой, сам себя дома удерживаю, провожу работу над собой для того, чтобы по-новому заниматься делами, чтобы найти в происходящем творческие моменты и задействовать глубинные ресурсы, продолжать жить, общаться, не сходить с ума, не поддаваться панике. Или, напротив, я сам делаю нечто противоположное, снова руководствуясь своими соображениями, неважно, как они мною обретенны.

Практика самоизоляции уточняет практику, работу над собой в ее диалогическом взаимодействии работы над собой и работы над другим, смысле-для-себя и смысле-для-другого. Понятие заботы в этом случае, в отличие от понимания М. Хайдеггера и М. Фуко, трактуется диалектически — во взаимодействии заботы о себе и заботы о другом. Намечается путь преодоления аскетизма заботы о себе в концепции М. Фуко, которого, кстати, за это критиковал П. Адо (Hadot, 1987). Преодолевается также отчужденность Dasein М. Хайдеггера

от социума в работе над собой, открывается иная ипостась — забота о конкретном другом. Следовательно, понятие практики дифференцируется не только в форме предмета деятельности, но и в форме дискурсивной практики, культуры заботы о себе. Работа личности опосредствует осуществление практики заботы о себе (в смысле М. Фуко) и других культурных практик и форм деятельности.

Важный момент: я общаюсь с собой как с другим. По отношению к другому человеку мой ответственный, сознательный поступок выражается в исключении себя из бытия другого. Я работаю над собой, чтобы оградить себя от опасности другого и в то же время чтобы спасти другого от возможно опасного меня.

Конкретная психология человека: между модернизмом и постмодернизмом

Следующим шагом нашей работы является использование концептуального аппарата и сформулированных положений о бытии конкретного человека в пандемию COVID-19 для решения теоретико-методологической проблемы, существующей в психологии и социогуманитарных науках в понимании и объяснении раскола, разрыва между парадигмой тождества и парадигмой различия, между единством, целостностью человека (личности, субъекта) и феноменом фрагментации, множественности, разнообразия (Лиотар, 1998).

Начиная с Р. Декарта, в новоевропейской научной рациональности и философии средоточием субъектности человека, понимаемой как его автономное, суверенное, транспарентное — самосознающее, самополагающее основание (подлежащее, предлежащее), центром и началом его активности, считают Я, самость, личность, самоидентичность, субъекта. Все эти высотные, центральные понятия, объясняющие целостность, связность и самодетерминацию человека, радикально проблематизируются в парадигмальной трансформации современной научной рациональности и фундаментальной трансформации социокультурного бытия человека и общества.

Эта парадигмальная трансформация связана с хорошо известным переходом от классической, модернистской (или неклассической) философии и науки к постмодернистской, вобравшей в себя в настоящее время постструктурализм и различные формы деконструкции, различия и разнообразия, характерные для культуры постмодерна.

Применительно к субъектности человека речь идет о переходе от, скажем, принципа центрации субъекта к принципу децентрации субъекта (Лиотар, 1998; Jameson, 1984). С одной стороны, модернистская парадигма исходит из концепции целостности субъекта, личности, а постмодернистская концепция объявляет смерть целостности человека. В целях дальнейшего анализа принцип центрации субъекта мы связываем с философией тождества, с работой по универсализации и абсолютизации субъекта, а также со следованием основополагающим метанарративам. В свою очередь, принцип децентрации субъекта связан с философией различия, идеями смерти субъекта, утраты метанарративов, целостности, единства, связности субъекта, личности, для которых характерна текучесть, изменчивость, множественность, фрагментация, социокультурная обусловленность дискурсивными практиками, нарративами, интертекстуальностью (Барт, 2008; Handbook..., 2018; Harre, 1993; McAdams, 1994). Российская психология, которая раньше отправлялась в своих изысканиях от марксистского дискурса, теперь, как правило, начинает свои тексты в русле этого модного тренда, говоря о методологии различия, разнообразия, изменчивости, множественности, неопределенности, нестабильности. Манифестом такого подхода можно даже считать тезис А. Г. Асмолова об изменяющейся личности в изменяющемся мире, сопровождающийся емким изречением «*Mobilis in mobili*» (Аванесян и др., 2019; Асмолов, 2018).

Противоречие между центрацией и децентрацией субъекта

В современной психологии в связи с этими научными движениями сложилось фундаментальное противоречие в понимании человека. С одной стороны, психологическая наука следует принципу децентрации субъекта – идеологии различия, разнообразия, с другой – продолжает исходить из принципа центрации субъекта – из категории абсолютного субъекта, самостийной личности. Другой тут является бледной тенью субъекта, проекцией Эго или тем, что нужно редуцировать во вторичной социализации и персоногенезе человека. Указанные два принципа либо спокойно сосуществуют в научном дискурсе, либо из них создаются определенные комбинации, сочетания, игнорируя возникающие при этом методологические и теоретические проблемы, требующие своего разрешения. Примеры,

иллюстрирующие сказанное, можно почерпнуть из сборника «Психология личности: пребывание в изменении» (Аванесян и др., 2019).

Тотальный субъект, или личность, выступает тут, говоря словами Л. Витгенштейна, которого любил цитировать С. Л. Рубинштейн, как «крючок вешалки», на который навешиваются как предикаты различные свойства, особенности, характеристики субъекта (Рубинштейн, 2012). Субъект сам себя творит, создает и в то же время социально конструируется, складывается дискурсивными практиками, нарративами, практиками заботы в духе М. Фуко. Но М. Фуко, напротив, переворачивает направление конструирования тотальности человека в антисубъектном ключе, образно говоря, размещая культурно-обусловленного человека в аквариуме властной дискурсивной формации. Сочетание несочетаемого создает гибридного, клипового субъекта, оксюморонную личность, лоскутную идентичность, или, в терминах К. Гергена, «набитую» самость («saturated self») (Gergen, 1991).

Для преодоления проблемы, созданной противоречием принципов центрации и децентрации субъекта, мы следуем (назовем это в современных терминах) постпостмодернистской логике, или идее де-деконструкции субъекта, основанной на трансформационном понимании конкретного – сингулярного человека, субъекта, личности, самоидентичности (Gergen, 1991; Handbook..., 2018). Эти идеи были реализованы также в рамках концепции трансформационной онтологии человека в диалектике повседневного и неповседневного существования (Магомед-Эминов, 2009).

Именно рассмотрение человека в диалектике перехода позволяет нам ухватить фундаментальную идею: за парадигмальными трансформациями человека, субъекта, прорабатываемыми в проекте деконструкции постмодернизмом и постструктурализмом, находится транзитная онтологическая трансформация человека, осуществляемая в работе над собой, практике себя, т. е. в действиях, через которые люди берут на себя ответственность перед собой, преобразуют себя.

Вопросы «Что?» и «Как?» в понимании личности, субъекта

Вопросу «Как?», который в начале звучал в контексте оказания психологической помощи в условиях пандемии COVID-19, теперь мы придадим онтологическое значение. Прежде всего коснемся

проблемы определения человека, личности и отметим, что традиционно, начиная с Аристотеля, для данного определения ставится вопрос «Что?» (о «чтойности», сущности). Что такое личность? Знаменитый четвертый вопрос И. Канта звучит так же: «Что такое человек?» Об этом много сказано и написано, а в последнее время В. А. Иванников, проведя глубокий анализ проблемы, показал необходимость введения критерия для выделения особой реальности человека, которая обозначается понятием «личность» (Иванников, 2015). Добавим, эта проблема критерия, выявляющего качественную определенность личности, обостряется в связи с пониманием личности в научной идеологии различия, множественности, текучести, неопределенности.

Соглашаясь с необходимостью выявления содержательного критерия понятия личности, мы в определении человека осуществляем сдвиг от вопроса «Что?» к вопросу «Как?», перевернув логику анализа и придав последнему вопросу методологическое и онтологическое значение. Дело в том, что для определения понятия «личность» мы выделяем многообразие конкретных реальностей (фактичностей) жизни человека. Для Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна и особенно А. Н. Леонтьева — это многообразие связей, отношений, взаимодействий, реализуемых в многообразных деятельности. Однако в теориях онтологическая связность ансамбля отношений постулируется, а современный научный дискурс вообще утверждает о диссоциации связей и фрагментации целостности. В то же время исподволь, окольным путем авторы возвращаются к этой идее через сети, сборки, которые, на наш взгляд, также производятся и связываются в гетерогенной работе над собой как над другим, т. е. в работе «то же самое иное», или в связующем различении (Магомед-Эминов, 1998).

Таким образом, в современной психологии и социогуманитарных науках возникает вопрос об онтологической синтетической работе, происходящей в самой жизни, в бытии, которая идет в то же самое время из центра человека, личности, субъекта — того пресловутого центра, который подвергается деконструкции у М. Фуко, Ж. Дерриды, Ж. Делеза и Ф. Гваттари и др. Вот и фундаментальный вопрос психологии и социогуманитарным наукам в понимании человека: как возможен человек — субъект, личность — как единство многообразия своих проявлений, воплощений, ипостасей? Этот же вопрос о синтетической работе задается и сущностному ансамблю К. Марк-

са, дискурсивным практикам, сборкам, ассамбляжам постсовременной науки. Его же можно поставить в более формальных терминах психологии личности: как возможна личность как созвездие специфических черт, как специфический паттерн поведения – мышления, эмоций, поведенческих актов (Handbook..., 2018) – или как узел связей деятельностей, отношений, взаимодействий у Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева?

Формы реализации принципа историзма в психологии

Обсуждение начнем с того, как работает принцип историзма К. Маркса – общественно-исторической обусловленности генезиса, развития психики, личности человека – у трех ведущих основоположников советской и российской психологии. При объяснении высших психических функций и личности человека основополагающим для Л. С. Выготского является превращение постулата связности, целостности психического в проблему, требующую объяснения. Скажем, необходимо объяснить в наших терминах работу синтеза в межфункциональных трансформациях, связях деятельностей сознания, которая происходит, в продолжение нашей терминологии, в работе опосредствования, осуществляющейся посредством культурных средств в переходах интер- и интрапсихологических деятельностей (Выготский, 1986). В свою очередь, С. Л. Рубинштейн, реализуя принцип историзма на основе единства сознания и деятельности, раскрывает развитие психики человека, субъекта, личности на основе многообразных связей и взаимодействия (Рубинштейн, 2012). Что важно, субъект, являющийся носителем психического, переживаний, сам определяется на перекрестье его связей и взаимодействия в мире, а это требует, как и у Л. С. Выготского, синтетической работы по связыванию многообразных взаимодействий в узлы, сборки, ассамбляжи субъекта. Обратим внимание: множество деятельностей человека и в плане сознания, и в плане психики, жизни, бытия в мире требует введения понятия работы, в которой многообразие деятельностей связывается в узлы, в сборки личности.

Этот момент становится еще более выпуклым в концепции А. Н. Леонтьева о личности, в которой существуют два определяющих ее психологических дискурса (Лиотар, 1998; Магомед-Эминов, 1998). В первом личность предстает как внутренний момент дея-

тельности, позиционируемый далее как полюс субъекта, или конкретный субъект особой деятельности (деятельностное определение), во втором определении, чаще всего игнорируемом в литературе, личность определяется через многообразие деятельностей, реализующих общественные отношения, которые и завязываются в узлы личности (полидеятельностное определение). Именно в этом теоретическом пункте наиболее остро обнаруживается необходимость введения понятия работы личности для объяснения процессов завязывания ее «узлов» — узлов высших психических функций, в ходе которого эти процессы и образования трансформируются, конституируются. Концептуализация принципа связывания привела нас к пониманию самой личности как работы личности — работы над собой, практики себя, реализующейся в процессах жизнедеятельности, процессах бытия.

Мы также доказываем, что в культурно-исторической теории существует проблема, требующая введения понятия работы личности для раскрытия процессов овладения собой как необходимого условия развития высших психических функций. По Л. С. Выготскому, личность как историческая целостность, которая формируется в ходе культурного развития человека как высший ее итог, высший психический синтез (включающий третичные психические связи), является в то же самое время необходимой предпосылкой развития и генетически постулируется как самое первичное, самое исходное образование. Возникает противоречие: личность, которая формируется в конце, требуется уже в самом начале.

Для решения этой проблемы личность должна быть — «быть» в ее глагольном, действенном звучании: она должна пониматься не как вещь, структура, а как *процесс становления, направляемого работой над собой*. Я сам работаю над своей психикой и над собой. Следовательно, личность нужно понимать как процесс становления исторической целостности человека, который происходит в ее работе над собой, в которой раскрывается процесс овладения собой, а соответственно, и овладения поведением, психическими функциями (Магомед-Эминов, 1998). Личности нет как статического фиксированного образования, а есть экстатический процесс работы, в котором он складывается.

Таким образом, развитие функций и межфункциональных связей проходит через личность — работу личности. Даже наиболее ха-

ракетные для существа личности третичные связи, по Л. С. Выготскому, работающие как регулятивный принцип наподобие «сна кафра», являются психологической системой функций, завязывающейся в личностный узел через личность, добавим – в работе личности (Выготский, 1986). Новый регулятивный принцип конструктивной деятельности Л. С. Выготского, ядро новой методологии и философии практики необходимо раскрыть, на наш взгляд, в работе личности над собой как над другим (альтпропрактике и аутопрактике). Введение понятия работы личности в культурно-историческую психологию Л. С. Выготского уточняет развитие высших психических функций, сознания, личности в оптике работы, которую проделывает человек с собственными функциями, психикой, сознанием, личностью.

Вернемся к проблеме конструирования субъекта, личности. В соответствии с принципом историзма, субъект конструируется. Но он не только самоконструируется, но и конструируется культурой; он не только самообусловлен, но и обусловлен культурой. Возникающая тут проблема, требующая работы освобождения в духе дискурса К. Маркса, остается нерешенной в постмодернизме, а также ни ранним М. Фуко, ни поздним М. Фуко в практиках заботы. Как разорвать этот круг обусловленности?

Выясняется, что все взгляды, основанные на социокультурной обусловленности человека, т. е. на принципе историзма в широком смысле, ставят человека в разрыве между тем, что его обуславливает, и между тем, что обуславливает, определяет сам человек. Такая социокультурная обусловленность постулируется в марксизме, где человек – объект общества, становится субъектом общества. По этой линии идут концепции определения личности, человека и в советско-российской психологии. Сперва человек социализируется, – точнее, в социогенезе или в первичной социализации человек приобщается к обществу, – а на втором этапе человек индивидуализируется, становится самостийным субъектом, *causa sui*, автономной самодетерминированной личностью.

Через вопрос «Как?» мы вводим в игру феномен работы, практики себя, исследуя возможности человека, и продвигаем этот вопрос в русле практического поворота, начатого К. Марксом: действительный индивид определяется в практическом существовании в деятельных отношениях. Принимая этот тезис, мы продумываем

его до конца, дополняя концепцию деятельности работой с деятельностью и практикой над собой, свершающейся в осуществлении индивидом своего единственного, единичного события жизни. Деятельность определяется на перекрестье культуры и жизни.

Рассматривая из оптики практического поворота проект деконструкции субъекта, мы можем утверждать, что 1) за изменением, разнообразием, многообразием, в которое заброшен человек в проекте деконструкции субъекта, идет работа по производству различий, дискурсивных практик, текстов, потоков, интерпретаций в духе М. Фуко, Ж. Дерриды, Ю. Кристевой, К. Гегена, 2) через которую, выражаясь теперь в форме гетерогенной диалектики (работа связывания и удержания различий), и осуществляется сборка, создание ансамблей, ассамбляжей, гетерогенных множеств.

Конкретизация практического поворота К. Маркса

Принцип историзма К. Маркса применительно к определению высших специфических человеческих психических функций и способностей, направленный на преодоление социологического и культурологического редукционизма, утверждает, что конкретный ансамбль общественных отношений, которые составляют сущность человека, осуществляется в деятельности действительного индивида, которая и выступает субстанцией личности, субъекта, Я. Действительно, человек индивидуализируется в деятельности, в которой он присваивает общественно-исторический опыт, человеческую сущность, воспроизводя его в собственном онтогенетическом развитии.

Однако индивидуальный опыт и индивидуальная история жизни конкретного человека не принимаются во внимание в теориях деятельности, считаясь случайными по отношению к всеобщим необходимым отношениям, независимо от того, рассматривают их глобально или локально, в терминах конкретизации отношений у Э. В. Ильенкова или в социальной философии у К. А. Абульхановой-Славской (Абульханова-Славская, 1980).

Специально подчеркну, что сингулярный человек в его работе над собой не самозамкнут в саморефлексии, в своей внутренней работе в духе немецкой классической философии, но осуществляет эту работу во взаимодействии с другими (тут наши пути с М. Фуко расходятся) в интерперсональной, межличностной работе, констру-

ируя свою субъектность, личность в диалектике сепарации и аффилиации, альтруизма и эгоизма, движения к людям и движения от людей, заботы о себе и заботы о другом.

Все вышеизложенное еще раз подтверждает необходимость ввести в теорию деятельности, философию практики работу, практику себя, в которой человек осуществляет индивидуальный, уникальный поступок, реализуя культурные универсалии. При этом, осуществляя ответственный нравственный поступок, личность что-то утверждает в себе и что-то отрицает. Воспользуемся осуществленной нами концептуализацией практики над собой для дальнейшей дифференциации категории предметной деятельности.

Деконструкция предметной деятельности в оптике практики человека над собой

Из предшествующего психологического анализа следует, что в экстремальной ситуации явно обнаруживается особый феномен раздвоения жизненного процесса, который, по сути, и мыслится в психологической теории деятельности как двигатель процессов развития психики. Сама целостная жизнедеятельность человека, являющаяся субстанцией личности, субъекта, раздваивается: человек, осуществляя жизнедеятельность, тем или иным образом обращается, работает над ней, работая над собой, осуществляя практику себя. Это требует радикального пересмотра понятия деятельности, в том числе в культурно-деятельностной психологии, который мы осуществляем на основе нового прочтения принципа историзма в оптике философии практики К. Маркса, конструктивного принципа Л. С. Выготского, исследования деятельности Харьковской школой (А. Н. Леонтьев и др.), задач практического существования по Ф. Ницше, С. Кьеркегору, З. Фрейду, феномена заботы М. Хайдеггера и М. Фуко и др.

Отталкиваясь, в частности, от идеи К. Маркса о том, что человек, в отличие от животных, делает свою жизнедеятельность собственным предметом, мы предлагаем следующую трактовку принципа историзма К. Маркса: конкретный человек определяется ансамблем общественных отношений, который реализуется совокупностью его многообразных деятельностей — уточнение А. Н. Леонтьева (Леонтьев, 1977), добавим — опосредствованных работой, практикой человека над собой и, соответственно, над многообразием собственных

отношений, их реализующих деятельностей, субъектностью, предметностью, взаимодействием и общением с другими и с собой (Магомед-Эминов, 1998).

Таким образом, практика, или праксис, дифференцируется на предметную деятельность, т. е. практику в традиционном смысле (в том числе активность субъекта), и на событийно трактуемую практику – работу человека над собой (работу личности над собой, работу субъекта над собой, работу Я над собой, работу самости над собой). В ней человек осуществляет свое единственное, единое событие жизни и самого себя в со-бытии с другими. Эта практика работы над собой не совпадает с самосознанием, рефлексией, внутренней деятельностью, активностью субъекта, самообъективацией субъекта, внутренним общением или интенциональным актом. Практика над собой выступает как забота о себе и о жизни. При этом забота трактуется нами, в отличие от М. Хайдеггера и М. Фуко, эквивокально, в диалектике заботы о себе (аутозабота) и заботы о другом (альтрозабота).

Традиционное понимание деятельности корректируется таким образом: предметная деятельность субъекта (внутренняя и внешняя) опосредствована работой над собой, в которой человек осуществляет свою единственную, темпорально протяженную историю жизни в со-бытии с другими. Происходит это в ходе формирования самоидентичности, осуществления поступков, решения задач на смысл, на жизнь, на бытие, осуществления заботы о себе и о другом.

Работа человека над собой осуществляется не внутри, а между одним Я и другим Я в жизни, в бытии, в драмах завязывания, связывания и развязывания отношений. При этом конкретный ансамбль, сборка отношений связывается в единство, удерживая различия. В этом случае работа над собой раскрывается как процесс, в котором человек продолжает быть собой, становясь иным, другим. Таким образом, практика себя выступает как работа сотворения гетерогенной целостности «то же самое иное», в которой тождество и различие работают синергично – и неслиянно, и нераздельно.

Процессы интериоризации, социализации, адаптации, конструирования и деконструкции субъекта, овладения им собой, присвоения общественно-исторического опыта, социальных, дискурсивных, культурных практик, нарративов опосредствованы работой человека над собой как над другим.

Раздел 2

Анализ существования конкретного человека в предельном бытии, бытии на пределе — в условиях пандемии COVID-19 — позволяет нам уточнить принцип историзма психики в диалектике индивидуального и общественного. Конкретный человек, 1) осуществляя ансамбль жизненных отношений (общественных и природных) в своих многообразных деятельности, 2) работает тем или иным образом с их многообразием, 3) осуществляя единичную темпорально-протяженную (в единстве прошлого, настоящего и будущего) индивидуальную историю жизни, 4) в со-бытии с другими конкретными людьми, строящими свою жизнь, 5) в перспективе решения задачи на смысл, смысл-для-себя и смысл-для-другого, 6) в заботе о себе и заботе о другом. В этой культурно-исторической работе и идет онтологический синтез, сборка целостности конкретного человека как средоточия собственных многообразных воплощений, реализуемых в уникальном событии жизни в единстве индивидуальных смыслов и универсальных ценностей.

Литература

- Абульханова-Славская К. А.* Деятельность и психология личности. М.: Наука, 1980.
- Аванесян М. О., Баканова А. А., Гришина Н. В.* и др. Психология личности. Пребывание в изменении: Коллективная монография / Под ред. Н. В. Гришиной. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2019.
- Асмолов А. Г., Иванников В. А., Магомед-Эминов М. Ш., Гусейнов А. А., Донцов А. И., Братусь Б. С.* Культурно-деятельностная психология в экстремальной ситуации: вызов пандемии // Человек. 2020. Т. 31. № 4. С. 7–40.
- Асмолов А. Г.* Методология психологии перемен: ремесло и искусство сомнения. Приглашение к диалогу // Mobilis in mobili: личность в эпоху перемен / Под ред. А. Г. Асмолова. М.: ИД «ЯСК», 2018. С. 9–12.
- Барт Р.* Мифологии. М.: Академический проект, 2008.
- Белнская Е. П., Столбова Е. А., Цикина Е. О.* Динамика информационных поисковых запросов о COVID-19 на этапе самоизоляции // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 4. С. 105–119. doi: 10.17759/sps.2020110408

- Бергер П., Лукман Т.* Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. М.: Медиум, 1995.
- Брушлинский А. В.* Мышление и прогнозирование. М.: Мысль, 1979.
- Быховец Ю. В., Коган-Лернер Л. Б.* Пандемия COVID-19 как многофакторная психотравмирующая ситуация // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.010
- Василюк Ф. Е.* Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
- Выготский Л. С.* Конкретная психология человека // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 1986. № 1. С. 51–59.
- Гаязова Л. А., Вихристюк О. В.* Особенности запросов на дистанционную психологическую помощь в период самоизоляции (COVID-19) // Вестник практической психологии образования. 2020. Т. 17. № 2. С. 118–129. doi: 10.17759/bppe.2020170211
- Гегель Г. В. Ф.* Феноменология духа. М.: Наука, 2000.
- Герасимова А. А., Холмогорова А. Б.* Стратегии совладания, психологическое благополучие и проблемное использование Интернета в период пандемии // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25. № 6. С. 31–40. doi: 10.17759/pse.2020250603
- Гриценко В. В., Резник А. Д., Константинов В. В., Маринова Т. Ю., Хоменко Н. В., Израйловиц Р.* Страх перед коронавирусом заболеванием (COVID-19) и базисные убеждения личности // Клиническая и специальная психология. 2020. Т. 9. № 2. С. 99–118. doi: 10.17759/cpse.2020090205
- Гусейнов А. А.* Этика и культура. Статьи, заметки, выступления, интервью: СПб.: СПбГУП, 2020.
- Гуссерль Э.* Парижские доклады // Логос. 1991. № 2. С. 6–30.
- Ениколопов С. Н., Казьмина О. Ю., Воронцова О. Ю., Медведева Т. И., Бойко О. М.* Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // Психологическая газета. 2020. 28 апреля. URL: <https://psy.su/feed/8182> (дата обращения: 01.11.2020).
- Делез Ж.* Логика смысла. М.: Академический проект, 2011.
- Делез Ж., Гваттари Ф.* Капитализм и шизофрения: Анти-Эдип. Екатеринбург: У-Фактория, 2007.
- Деррида Ж.* О грамматологии. М.: Ad Marginem, 2000.
- Захарова У. С., Вилкова К. А.* Субъектность студентов в условиях очного и дистанционного обучения: взгляд преподавателей // Современная зарубежная психология. 2020. Т. 9. № 3. С. 87–96. doi: 10.17759/jmfp.2020090308

- Иванников В. А.* Деятельностная природа личности // Вопросы психологии. 2015. № 6. С. 3–8.
- Ковалева Ю. В., Журавлев А. Л.* Общественное настроение и субъектность сетевого сообщества в период пандемии COVID-19: на примере социальной сети Твиттер // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 154–188. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.005
- Кристева Ю.* Знамения на пути к субъекту // Философская мысль Франции XX века. Томск: Водолей, 1998. С. 289–296.
- Крюкова Т. Л., Екимчик О. А., Опекина Т. П., Шипова Н. С.* Стресс и со-владание в семье в период самоизоляции во время пандемии COVID-19 // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 4. С. 120–134. doi: 10.17759/sps.2020110409
- Кубрак Т. А., Латынов В. В.* Возможности и ограничения информаци-онно-психологического воздействия в ситуации пандемии коро-навируса // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.003
- Латур Б.* Пересборка социального: введение в акторно-сетевую тео-рию / Пер. с англ. И. Полонской; под ред. С. Гавриленко. М.: ИД ВШЭ, 2014.
- Леонтьев А. Н.* Деятельность, сознание, личность. Изд. 2-е. М.: По-литиздат, 1977.
- Леонтьев А. Н.* Образ мира // Избранные психологические произве-дения. М.: Педагогика, 1983. С. 251–261.
- Лиотар Ж.-Ф.* Состояние постмодерна. М.: Ин-т экспериментальной социологии. СПб.: Алетейя, 1998.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Трансформация личности. М.: Психоанали-тическая ассоциация, 1998.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Феномен экстремальности. М.: ПАРФ, 2008.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Деятельностно-смысловой подход к психо-логической трансформации личности: Автореферат дис. ... д-ра психол. наук. М., 2009.
- Магомед-Эминов М. Ш.* Психика как работа // Вестник Московского университета. Сер. 14. «Психология». 2011. № 4. С. 92–108. URL: <https://rucont.ru/efd/340785> (дата обращения 03.11.2021).
- Магомед-Эминов М. Ш.* Взгляд на культурно-историческую психоло-гию в оптике работы личности // Психология личности: куль-турно-исторический подход: Материалы XX Международных чтений памяти Л. С. Выготского. М.: Лев, 2019.

- Магомед-Эминов М. Ш.* Деконструкция понятия субъекта на основе практического поворота в понимании человека // Актуальные проблемы развития личности в современном обществе: Материалы Международной научно-практической конференции 19–21 ноября 2020 г. Псков: Изд-во Псковского гос. ун-та, 2020. С. 30–38.
- Маркс К.* Экономическо-философские рукописи 1844 г. // К. Маркс. Сочинения: В 50 т. Т. 42. М., 1974. С. 41–174.
- Мейясу К.* После конечности: Эссе о необходимости контингентности. Екатеринбург-М.: Кабинетный ученый, 2016.
- Михеев Е. А., Нестик Т. А.* Психологические механизмы инфодемии и отношение личности к дезинформации о Covid-19 в социальных сетях // Социальная и экономическая психология. 2021. Т. 6. № 1 (21) doi: 10.38098/ipran.sep.2021.21.1.002
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18) doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.002
- Нестик Т. А., Дейнека О. С., Максименко А. А.* Социально-психологические предпосылки веры в конспирологические теории происхождения COVID-19 и вовлеченность в сетевые коммуникации // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11. № 4. С. 87–104. doi: 10.17759/sps.2020110407
- Первичко Е. И., Митина О. В., Степанова О. Б., Конюховская Ю. Е., Дорохов Е. А.* Восприятие COVID-19 населением России в условиях пандемии 2020 года // Клиническая и специальная психология. 2020. Т. 9. № 2. С. 119–146. doi: 10.17759/cpse.2020090206
- Петриков С. С., Холмогорова А. Б., Суроегина А. Ю., Микита О. Ю., Рой А. П., Рахманина А. А.* Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии COVID-19 // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 8–45. doi: 10.17759/cpp.2020280202
- Польская Н. А., Разваляева А. Ю.* Межличностная чувствительность в период самоизоляции: роль в выборе мер социального дистанцирования // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25. № 6. С. 63–76. doi: 10.17759/pse.2020250606
- Психологические рекомендации о поведении и деятельности человека в экстремальной ситуации пандемии (COVID-19). МГУ им. М. В. Ломоносова, 2020. URL: <https://www.msu.ru/info/virusprevention/docs/phyrecomend.pdf> (дата обращения: 15.10.2021).

- Рассказова Е. И., Леонтьев Д. А., Лебедева А. А.* Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 90–108. doi: 10.17759/cpp.2020280205
- Рубинштейн С. Л.* Человек и мир. СПб.: Питер, 2012.
- Скотникова И. Г., Егорова П. И., Огаркова Ю. Л., Жиганов Л. С.* Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии COVID-19 // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 245–268. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.008
- Смирнов А. В.* Логика смысла как философия сознания. Приглашение к размышлению. М.: ИД «ЯСК», 2021.
- Соколова Л. П., Магомед-Эминов М. Ш., Шмырев В. И., Вечорко В. И., Карачева Е. А., Аверков О. В., Пасько В. Г., Черняев С. А., Носко И. В.* Тревожные расстройства при COVID-19: биохимические и клинические корреляции // Кремлевская медицина. Клинический вестник. 2020. Т. 4. С. 25–29.
- Сорокин М. Ю., Касьянов Е. Д., Рукавишников Г. В., Макаревич О. В., Незнанов Н. Г., Лутова Н. Б., Мазо Г. Э.* Психологические реакции населения как фактор адаптации к пандемии COVID-19 // Обзорные психиатрии и медицинской психологии. 2020. № 2. С. 87–94.
- Талев Н. Н.* Черный лебедь: под знаком непредсказуемости. М.: Колибри, 2013.
- Тхостов А. Ш., Рассказова Е. И.* Психологическое содержание тревоги и профилактики в ситуации инфодемии: защита от коронавируса или «порочный круг» тревоги? // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 70–89. doi: 10.17759/cpp.2020280204
- Ушаков Д. В., Юревич А. В., Юревич М. А.* Экспертный опрос о психологическом контексте коронавирусной эпидемии // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.004
- Фуко М.* Герменевтика субъекта: курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс в 1981–1982 учебном году / Пер. с фр. А. Г. Погоняйло. СПб: Наука, 2007.
- Хайдеггер М.* Бытие и время. М.: Ad Marginem, 1997.
- Шютц А.* Смысловая структура повседневного мира: очерки по феноменологической социологии. М.: Изд-во Институт Фонда «Общественное мнение», 2004.

- Ahorsu D. K., Lin C. Y., Imani V., Saffari M., Griffiths M. D., Pakpour A. H.* The fear of COVID-19 scale: Development and initial validation // International Journal of Mental Health and Addiction. 2020. doi: 10.1007/s11469-020-00270-8
- Bo H. X., Li W., Yang Y., Wang Y., Zhang Q., Cheung T., Wu X., Xiang Y. T.* Posttraumatic stress symptoms and attitude toward crisis mental health services among clinically stable patients with COVID-19 // China Psychological Medicine. 2020. doi: 10.1017/S0033291720000999
- Brook S. K., Webster R. K., Smith L. E., Woodland W. S., Greenberg N., Wessely S., Rubin G. J.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence // Lancet. 2020. № 395 (10227). P. 912–920. doi: 10.1016/S0140
- Bruner J. S.* Actual minds, possible worlds. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1986.
- Chew Q. H., Wei K. C., Vasoo S., Chua H. C., Sim K.* Narrative synthesis of psychological and coping responses towards emerging infectious disease outbreaks in the general population: practical considerations for the COVID-19 pandemic // Singapore Medical Journal. 2020. V. 61 (7). P. 350–356. doi: 10.11622/smedj.2020046
- Feng L. S., Dong Z. J., Yan R. Y., Wu X. Q., Zhang L., Ma J., Zen Y.* Psychological distress in the shadow of the COVID-19 pandemic: Preliminary development of an assessment scale // Psychiatry Research. 2020. V. 291 (113202). doi: 10.1016/j.psychres.2020.113202
- Garcia F. E., Paez D., Reyes-Reyes A., Alvarez R.* Religious coping as moderator of psychological responses to stressful events: A Longitudinal Study // Religions. 2017. V. 8 (4). P. 62. doi: 10.3390/rel8040062
- Gergen K.* The saturated self. Newbury Park, CA: Sage, 1991.
- Handbook of personality and individual differences. V. 1–3 / Eds V. Zeigler-Hill, T. K. Shackelford. SAGE Publications Ltd, 2018.
- Harre R., Van Langenhove L.* Positioning and autobiography: telling your life // Discourse and lifespan identity / Eds. N. Coupland, J. Nussbaum. Newbury Park, CA: Sage, 1993. P. 81–99.
- Hadot P.* Exercices spirituels et philosophie antique. Paris: l'Institut d'Études Augustiniennes, 1987.
- Horesh D., Brown A. D.* Traumatic stress in the age of COVID-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities // Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy. 2020. V. 12 (4). P. 331–335. doi: 10.1037/tra0000592

- Jameson F.* Postmodernism and consumer society // *The Anti-aesthetic: essays on postmodern culture* / Ed. by H. Forster. Port Townsend, 1984. P. 111–126.
- Kelly G., Morris R., Shetty H.* Predictors of post-traumatic growth in stroke survivors // *Disability and Rehabilitation*. 2018. V. 40 (24). P. 2916–2924. doi: 10.1080/09638288.2017.1363300
- Klomp R. W., Jones L., Watanabe E., Thompson W.* CDC's multiple approaches to safeguard the health, safety, and resilience of Ebola responders // *Prehospital and Disaster Medicine*. 2020. V. 35 (1). P. 69–75. doi: 10.1017/S1049023X19005144
- Li C., Mi Y., Chu J., Zhu L., Zhang Z., Lian L., Liu L.* Investigation and analysis of novel coronavirus first-line nurses' posttraumatic emergency disorder // *Journal of Nurse Training*. 2020. V. 35 (7). P. 615–618.
- Magomed-Eminov M. S.* Post-traumatic stress disorders as a loss of meaning of life // *States of mind* / D. Halpern, A. Voiskunsky. Oxford University Press, 1997. P. 238–250.
- Magomed-Eminov M. S., Karacheva E., Kvasova O., Prikhodko I., Savina O.* Personal growth and covid-19 distress /// *Psychological Applications and Trends* / Eds C. Pracana, M. Wang. Science Press: Lisboa, Portugal, 2021. P. 447–449.
- Mamzer H.* Postmodern society and COVID-19 pandemic: old, new and scary // *Society register*. 2020. V. 4 (2). P. 7–18. doi: 10.14746/sr.2020.4.2.01
- Mazza C., Ricci E., Biondi S., Colasanti M., Ferracuti S., Napoli C., Roma P. A.* A nationwide survey of psychological distress among Italian people during the COVID-19 pandemic: Immediate psychological responses and associated factors // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. V. 17 (9). P. 3165. doi: 10.3390/ijerph17093165
- McAdams D. P.* Can personality change? Levels of stability and growth in personality across the life span // *Can Personality Change?* / Eds T. F. Heatherton, J. L. Weinberger. Washington, D. C.: American Psychological Association, 1994. P. 299–313.
- Minihan E., Gavin B., Kelly B., McNicholas F.* COVID-19, mental health and psychological first aid // *Irish Journal of Psychological Medicine*. 2020. V. 37 (4). P. 259–263. doi: 10.1017/ipm.2020.41
- Mo Y., Deng L., Zhang L., Lang Q., Liao C., Wang N., Huang H.* Work stress among Chinese nurses to support Wuhan for fighting against the

- COVID-19 epidemic // *Journal of Nursing Management* 2020. V. 28 (5). P. 1002–1009. doi: 10.1111/jonm. 13014
- Montemurro N.* The emotional impact of COVID-19: from medical staff to common people // *Brain, Behavior and Immunity*. 2020. V. 87. P. 23–24. doi: 10.1016/j.bbi.2020.03.032
- Nuttin J., Lens W.* Future time perspective and motivation: Theory and research method. Leuven and Hillsdale, N.J.: Leuven University Press and Erlbaum, 1985.
- PeConga E. K., Gauthier G. M., Holloway A., Walker R. S. W., Rosencrans P. L., Zoellner L. A., Bedard-Gilligan M.* Resilience is spreading: Mental health within the COVID-19 pandemic // *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2020. V. 12 (S1). P. 47–48. doi: 10.1037/tra0000874
- Polizzi C., Lynn S. J., Perry A.* Stress and coping in the time of COVID-19: Pathways to resilience and recovery // *Clinical Neuropsychiatry*. 2020. V. 17 (2). P. 59–62.
- Prime H., Wade M., Browne D. T.* Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic // *American Psychologist*. 2020. V. 75 (5). P. 631–643. doi: 10.1037/amp0000660
- Qiu J., Shen B., Zhao M., Wang Z., Xie B., Xu Y.* A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations // *General psychiatry*. 2020. V. 33 (2). doi: 10.1136/gpsych-2020-100213
- Scrivner C., Johnson J. A., Kjeldgaard-Christiansen J., Clasen M.* Pandemic practice: Horror fans and morbidly curious individuals are more psychologically resilient during the COVID-19 pandemic // *PsyArXiv*. 2020. June 30. doi:10.31234/osf.io/4c7af
- Sher L.* Are COVID-19 survivors at increased risk for suicide? *Acta Neuropsychiatrica*. 2020. V. 32 (5). P. 270. doi: 10.1017/neu.2020.21
- Tedeschi R. G., Calhoun L. G.* The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma // *Journal of Traumatic Stress*. 1996. V. 9 (3). P. 455–471. doi: 10.1007/BF02103658
- Taylor S., Asmundsen G.* Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. 2020. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.1021962020
- Taylor S.* The psychology of pandemics: Preparing for the next global outbreak of infectious disease. Cambridge: Cambridge Scholars Publishing, 2019.
- Wang Y., Di Y., Ye J., Wei W.* Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19)

Раздел 2

in some regions of China // *Psychology, Health and Medicine*. 2021. V. 26 (1). P. 13–22. doi: 10.1080/13548506.2020.1746817

Xie W., Campbell S., Zhan W. Working memory capacity predicts individual differences in social-distancing compliance during the COVID-19 pandemic in the United States // *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 2020. V. 117 (30). P. 17667–17674. doi: 10.1073/pnas.2008868117

Yan L., Gan Y., Ding X., Wu J., Duan H. The relationship between perceived stress and emotional distress during the COVID-19 outbreak: Effects of boredom proneness and coping style // *Journal of Anxiety Disorders*. 2021. V. 77. P. 102328. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102328

Zhang K., Zhou X., Liu H., Hashimoto K. Treatment concerns for psychiatric symptoms in patients with COVID-19 with or without psychiatric disorders // *The British Journal of Psychiatry*. 2020. V. 217 (1). P. 351. doi: 10.1192/bjp.2020.84

Тревога и мониторинг информации в ситуации пандемии: приверженность медицинским рекомендациям и их нарушения

А. Ш. Тхостов, Г. У. Солдатова, Е. И. Рассказова

doi: 10.38098/fund_21_0442_09

Эффективность государственных действий по контролю за распространением COVID-19 во многом зависит от индивидуальных решений людей. Рекомендации по самоизоляции, ограничению общения, ношению масок и перчаток в общественных местах не будут эффективны, если люди не станут им следовать. В медицине для описания готовности пациента к соблюдению назначенного лечения и его режима, используется термин «комплаенс» («комплаентное поведение») (Нелюбина, 2019), а также его аналоги «приверженность лечению» и «конкордантность», в большей степени подчеркивающие, что речь идет о собственной активности, о свободном выборе пациента, его сотрудничестве, альянсе с врачом (Burgne, Dean, 2012; Harris, 2009). В данной работе мы будем использовать термин *«приверженность медицинским рекомендациям в ситуации пандемии»* для описания готовности людей следовать официальным рекомендациям по самоизоляции и профилактике заражения. Выявление социальных и психологических факторов этого явления – важная задача в области контроля за распространением COVID-19.

Психологические факторы приверженности медицинским рекомендациям и лечению

Клинические и клинико-психологические исследования приверженности лечению у пациентов показывают, что несоблюдение рекомендаций и отказ от лечения – широко распространенные фено-

1 Исследование выполнено при поддержке РФФИ, проект № 20-04-60072.

мены даже у пациентов с тяжелыми соматическими заболеваниями (Mendelson, Bachar, 2016; Oserberg, Blashke, 2005), которые нередко не связаны с общими медицинскими знаниями о заболевании и рекомендациях. Исследования позволили выделить *нецеленаправленный нон-комплаенс* – нарушение рекомендаций при формальном согласии пациента с лечением и демонстрации субъективной готовности к лечению. Судить о непреднамеренном нон-комплаенсе можно косвенно по тем трудностям, которые пациент отмечает в следовании лечению – забывания названий и времени приема лекарств, их стоимости, открытия упаковки и пр. (Svarstad et al., 1999), напротив, *преднамеренный и осознанный нон-комплаенс* – отказ пациента от лечения при полном понимании его ситуации, рисков и возможностей.

Низкий уровень приверженности лечению связан с представлениями пациентов об их собственных рисках, их причинах, проявлениях и течении, о возможностях контроля за заболеванием, за выраженностью и остротой своих эмоциональных переживаний (Leventhal et al., 2003, Рассказова и др., 2014), а также опасениями по поводу лечения, сомнениями в его необходимости и эффективности (Horne, 2003), в самоэффективности как уверенности в своих способностях следовать назначенному лечению (Risser et al., 2007).

Опираясь на эти представления, можно ожидать еще более низких показателей приверженности официальным рекомендациям в ситуации пандемии, когда речь идет о неопределенной ситуации, неясном риске и эффективности предлагаемых мер. Это предположение полностью согласуется с данными исследований, согласно которым около трети респондентов не соблюдают рекомендаций даже в домах, где есть заболевшие коронавирусом (Smith et al., 2020). Кроме того, в полном соответствии с аналогией приверженности лечению, следование официальным рекомендациям выше у людей, относящих себя к группе риска, верящих в эффективность этих рекомендаций и испытывающих более сильную тревогу по поводу пандемии (Kowalski et al., 2020; Smith et al., 2020).

Защитные действия в ситуации пандемии

С нашей точки зрения, вопрос о приверженности рекомендациям при пандемии не может быть понят исключительно в аспекте его ана-

логии с приверженностью медицинскому лечению в ситуации заболевания. Пандемия создала беспрецедентную ситуацию, в которой люди постоянно находятся под воздействием информационных потоков о коронавирусе, многие из которых не относятся к рациональным (например, теории заговора: Kowalski et al., 2020), не могут оставаться эмоционально нейтральными, но часто не имеют оснований для рационального выбора. Стрессогенность ситуации пандемии подтверждается данными о росте количества жалоб респондентов на тревогу, депрессию, симптомы посттравматического стресса (Roy et al., 2020; Wang et al., 2020), а также на соматические расстройства, в первую очередь, нарушения сна (Huang, Zhao, 2020; Li et al., 2020; Pérez-Carbonell et al., 2020). Режим самоизоляции дополнительно усиливает риск стресса, скуки (Brooks et al., 2020; Kowalski et al., 2020), а по некоторым данным – домашнего насилия и трудностей регуляции поведения (например, употребления алкоголя, контроля питания: Humphreys et al., 2020; Rodriguez et al., 2020). В данном контексте люди не столько принимают решения о следовании официальным рекомендациям, сколько об общих стратегиях защитного поведения, совладания со стрессом и контроля своего состояния, изменившегося образа жизни для себя и своих близких. Учет этого контекста требует минимум двух уточнений.

Во-первых, приверженность официальным рекомендациям должна рассматриваться *в структуре других защитных действий*: чрезмерного мониторинга состояния здоровья (обращения за помощью при малейших подозрениях, приема иммуностимулирующих средств и пр.), контроля образа жизни за время локдауна (питания, режима сна и бодрствования) и др. Применение в исследованиях открытых вопросов о защитных действиях (Тхостов, Рассказова, 2020) подтверждает, что в ситуации пандемии защитные действия крайне разнообразны: от целенаправленного нарушения всех рекомендаций и нарочито провокативного поведения до действий, не предусмотренных официальными рекомендациями (переезд на природу, контроль образа жизни или, напротив, выраженные формы нарушения сна и бодрствования, здорового питания, злоупотребление алкоголем при самоизоляции) и чрезмерных защитных действий (крайние варианты самоизоляции, регулярный контроль уровня сатурации, прием иммуностимулирующих средств). Опираясь на исследования приверженности лечению, можно ожидать также *расхождение между*

субъективной готовностью к различным защитным действиям и частотой их нарушения (по аналогии с разделением целенаправленного и нецеленаправленного нон-комплаенса).

Во-вторых, можно ожидать, что защитные действия в ситуации пандемии в значительно более выраженной степени зависят от *эмоциональных и иррациональных процессов*, а также от *инфодемии*, нежели в случае приверженности прописанному лечению. Согласно исследованиям, приверженность рекомендациям выше при более высоком уровне тревоги по поводу пандемии (Smith et al., 2020), а низкая приверженность тесно связана с недоверием государству и науке (Webster et al., 2020), с верой в «теорию заговора», которая отчасти связана с переживанием скуки (Kawalski et al., 2021, Freeman et al., 2020), с представлением, что окружающие не следуют этим рекомендациям, и с опытом неполучения медицинской помощи при обращении (Smith et al., 2020).

Целью настоящей работы стало исследование различных видов защитных действий и их нарушений в ситуации пандемии, а также выявление их связи с тревогой и мониторингом информации о коронавирусе.

Выдвигались следующие *гипотезы*:

1. В структуре защитных действий в ситуации пандемии можно выделить: 1) приверженность официальным рекомендациям (активные действия и самоизоляцию), 2) склонность к нарушению этих действий, 3) общую готовность к здоровому образу жизни как защитному (выезды на природу, контроль образа жизни).
2. Приверженность официальным рекомендациям в ситуации пандемии не зависит от пола и возраста респондентов.
3. Субъективное благополучие выше у людей, склонных к контролю образа жизни в ситуации пандемии, и слабо связано с приверженностью официальным рекомендациям.
4. Тревога и мониторинг новостей в отношении пандемии по-разному связаны с защитными действиями в ситуации пандемии.

Были осуществлены два исследования. Первое проводилось онлайн в мае 2020 г. Через социальные сети и другие источники информации к исследованию были привлечены жители России (преимущественно Москва и Московская область) в возрасте от 18 до 65 лет,

не болевшие подтвержденной коронавирусной инфекцией¹. Всего в нем приняли участие 183 человека: 76 мужчин (41,5%) и 107 женщин (58,5%). Средний возраст составил $m \pm \delta = 34,51 \pm 11,56$ лет. 40 человек (21,9%) были студентами, 121 человек (66,1%) работали, 22 человека (12,0%) не работали или были на пенсии. Среди работающих респондентов только у пяти профессия очевидно требовала присутствия на рабочем месте в период самоизоляции (медицинские специальности, полиция, торговля в продуктовых магазинах, охрана и пр.). 12,6% указали, что либо работают очно в обычном или более интенсивном графике, либо регулярно выезжают на место работы/учебы. У 24,6% речь шла о выездах время от времени, тогда как большинство работали или учились на момент исследования дистанционно (86,9%). Еще 13,1% респондентов не учились и не работали на момент исследования.

Использовались следующие методики:

1. Для диагностики *защитного поведения в ситуации пандемии* была доработана шкала защитных действий в ситуации пандемии (Тхостов, Рассказова, 2020), включающая активные защитные действия, действия по самоизоляции и другие действия, не относящиеся к официальным рекомендациям. На основе ответов респондентов на открытый вопрос об их действиях были добавлены пункты, касающиеся контроля образа жизни (питания, режима дня, употребления алкоголя и пр.) и выезда на природу или переезда из-за пандемии. Дополнительно были сформулированы семь пунктов, описывающих *частоту нарушения рекомендаций* (например, «Выхожу из дома, даже если мог бы остаться», «Не надеваю перчаток», «Намеренно нарушаю все правила безопасности, потому что устал от них или они меня раздражают»).
2. Разработанная ранее шкала *тревоги в отношении пандемии* (Тхостов, Рассказова, 2020) также была дополнена на основе анализа ответов на открытый вопрос об источниках тревоги и включила четыре субшкалы (подтверждаемых методом главных компонент с варимакс-вращением) по три пункта: тревога личного заражения, заражения близких, негативных последствий панде-

1 Сбор данных проводился студентами Ю. М. Чернецовой и Е. В. Корневой в рамках их курсовых работ.

мии, халатности окружающих (α Кронбаха в данной выборке – от 0,70 до 0,92).

3. *Субъективное благополучие* оценивалось в соответствии с моделью Э. Динера: для оценки ее когнитивного компонента применялась шкала удовлетворенности жизнью (Осин, Леонтьев, 2020; Diener et al., 1985), а для оценки позитивных и негативных эмоций применялась шкала позитивных и негативных эмоциональных переживаний – SPANE (Рассказова, Лебедева, 2020; Diener et al., 2010).

Второй этап исследования проводился онлайн с 18 ноября до конца декабря 2020 г. В рамках учебных курсов студентов различных факультетов МГУ им. М. В. Ломоносова просили пригласить для участия в онлайн-исследовании (на платформе Google forms) одного–трех респондентов в возрасте от 18 до 65 лет. Из исследования исключались люди, имеющие основания подозревать у себя коронавирусную инфекцию или болеющие ей. Люди, перенесшие инфекцию в прошлом, не исключались.

Всего в исследовании приняли участие 525 жителей России: 355 мужчин (67,9%) и 168 женщин (32,1%). Все респонденты были городскими жителями, преимущественно Центрального федерального округа (82,2%). Средний возраст составил $m \pm \delta = 32,35 \pm 13,30$ лет. 305 человек имели высшее образование (58,3%), 145 человек (27,7%) – неполное высшее, 73 человека (14%) – среднее или среднее специальное профессиональное образование. 283 респондента (54,1%) ответили, что на момент исследования работают, 208 (39,8%) – учатся, и 32 (6,1%) – не работают или находятся на пенсии. При этом каждый третий респондент (180 человек, 34,4%) работал или учился на момент исследования в полностью дистанционном формате, 114 человек (21,8%) выезжали на место учебы или работы иногда, но основная их занятость была дистанционной, тогда как 197 человек (37,7%) указали, что работают или учатся очно в обычном или более интенсивном, чем обычно, режиме. 324 респондента (62%) указали, что холосты (не замужем) или разведены, 199 (38%) состоят в браке или в гражданском браке. 336 человек (64,2%) на момент исследования не имели детей, у 74 человек (4,1%) был один ребенок, у 87 (16,6%) – двое, у 26 (5%) – трое и более.

83 человека (15,9%) перенесли в прошлом или на момент исследования подтвержденную тестом ПЦР коронавирусную инфекцию. По-

что половина респондентов (234 человека, 44,7%) указали, что среди их личных знакомых есть случаи угрожающего жизни течения этого заболевания и/или летального исхода. При этом 134 человека (25,6%) знали лично не более трех человек, болеющих или переболевших коронавирусной инфекцией, 218 человек (41,7%) – менее 10 человек, 122 человека (23,3%) – 10–20 человек, 45 (9,4%) – более 20 человек.

Респонденты заполняли шкалы удовлетворенности жизнью, позитивных и негативных эмоциональных переживаний, а также шкалы защитных действий и тревоги в отношении пандемии (α Кронбаха от 0,76 до 0,93). В отличие от первого этапа исследования, в связи с изменением эпидемиологической и медицинской ситуации шкала тревоги была дополнена тремя пунктами, описывающими тревогу неполучения медицинской помощи в случае необходимости (α Кронбаха = 0,92). Другое дополнение состояло во включении в число защитных действий дополнительных пунктов «Принимаете витамин D, А, цинк или другие средства для улучшения иммунитета и профилактики COVID-19», «Регулярно проверяете свой уровень сатурации (кислорода в крови) при помощи пульсоксиметра».

Помимо этого респонденты заполняли шкалу склонности к мониторингу информации по поводу пандемии (Тхостов, Рассказова, 2020, α Кронбаха в данном исследовании – 0,74).

Обработка данных проводилась в программе SPSS Statistics 23.0.

Результаты исследования

По данным выборки первого этапа исследования (выборка 1), факторный анализ методом главных компонент пунктов шкалы защитных действий в ситуации пандемии позволил выявить четыре содержательно однородных компоненты с собственными значениями выше единицы и объясняющими 61,28% дисперсии ответов. После вращения варимакс факторная структура соответствовала содержательно субшкалам: активное (чрезмерное) соблюдение мер безопасности и мониторинг («Следите за малейшими симптомами и обращайтесь за медицинской помощью при малейшем подозрении на ОРВИ», «На улице носите маску»), приверженность самоизоляции («Остаетесь дома всегда, кроме походов в продовольственные магазины или аптеки», «Не встречаетесь с друзьями и близкими, которые не проживают с Вами»), контроль образа жизни («Контролируете свое питание

во время самоизоляции», «Делаете зарядку, стараетесь поддерживать активный образ жизни»), выезды на природу («Проводите как можно больше времени на природе», «Переехали на дачу (или регулярно туда приезжаете)»). Факторные нагрузки пунктов на «свои» факторы варьировались от 0,36 до 0,83.

Факторный анализ методом главных компонент пунктов шкалы нарушения медицинских рекомендаций позволил выделить две компоненты с собственными значениями, превышающими единицу и объясняющими 61,5% дисперсии ответов респондентов. После вращения варимакс факторная структура полностью соответствовала разделению на нарушения рекомендаций по безопасности («Подхожу к другим людям ближе, чем на 1,5 метра», «Не беру маски, выходя на улицу») и нарушения рекомендаций по общению («Иду в гости или зову в гости друзей, близких», «Намеренно нарушаю все правила безопасности, потому что устал от них или они меня раздражают»). Факторные нагрузки пунктов на «свои» факторы варьировались от 0,57 до 0,86.

Надежность-согласованность субшкал (см. таблицу 1) варьировалась от приемлемой до хорошей.

Результаты, полученные на выборке второго этапа исследования (выборка 2), подтвердили четырехфакторную структуру защитных действий, объясняющую 56,91% дисперсии с факторными нагрузками на «свои» компоненты от 0,30 до 0,74. Оба дополнительных пункта (о витаминах и проверке сатурации) вошли в компоненту активного соблюдения мер и мониторинга с факторными нагрузками 0,30 и 0,38, соответственно.

В обеих выборках доминируют приверженность самоизоляции и контроль образа жизни, однако активные действия и выезды на природу, по сути, примыкают к ним. Отметим, что нарушения рекомендаций – также относительно распространенный феномен, особенно это касается мер по самоизоляции.

По данным выборки 1, защитные действия и нарушения рекомендаций по поводу пандемии не зависят от пола респондентов. Активное соблюдение мер безопасности и мониторинг были более характерны для лиц старшего возраста ($r=0,17$, $p<0,05$), хотя величина корреляции была слабой.

По данным выборки 2, активное соблюдение мер безопасности и мониторинг немного более характерны для женщин, чем для муж-

Таблица 1

Надежность-согласованность и описательная статистика шкал приверженности медицинским рекомендациям и их нарушения при пандемии

Шкалы защитных действий и нарушения медицинских рекомендаций при пандемии	Выборка 1 (N= 183)			Выборка 2 (N= 525)		
	α Крон-баха	Ср.	Ст. откл.	α Крон-баха	Ср.	Ст. откл.
Шкала защитных действий – активное соблюдение мер безопасности и мониторинг	0,85	3,05	1,09	0,75	2,66	0,95
Шкала защитных действий – приверженность самоизоляции	0,84	4,06	0,89	0,82	3,26	0,95
Шкала защитных действий – контроль образа жизни	0,82	3,16	1,02	0,81	2,85	0,97
Шкала защитных действий – выезды на природу	0,79	2,55	1,25	0,83	2,65	1,06
Шкала нарушений рекомендаций – по соблюдению мер безопасности	0,74	3,00	1,45	–	–	–
Шкала нарушений рекомендаций – по общению	0,75	2,18	1,09	–	–	–

чин ($t = 2,23, p < 0,05$). Отмечается слабая связь возраста и склонности к самоизоляции ($r = 0,13, p < 0,01$) и к выезду на природу ($r = 0,14, p < 0,01$).

Во всех случаях речь идет о неустойчивых (различающихся в разных выборках) и крайне слабых связях и зависимостях – иными словами, защитные действия при пандемии мало зависят от пола и возраста респондентов.

Склонности к нарушению мер безопасности и рекомендаций по общению тесно связаны между собой (см. таблицу 2), но не повторяют друг друга. Склонность к нарушению рекомендаций не связана с контролем образа жизни, и только нарушения рекомендаций по общению связаны с выездами на природу как защитными действиями при пандемии. Активное соблюдение мер безопасности и мониторинг и приверженность самоизоляции тесно связаны между собой; контроль образа жизни связан с ними слабее. Решение о выездах на природу неоднозначно связаны с другими защитными действиями и, по-видимому, отражают относительно самостоятельные решения людей, что отражается в изменении связей от выборки к выборке.

Таблица 2
 Связи защитных действий и нарушения рекомендаций по поводу пандемии: результаты корреляционного анализа (выше диагонали из единиц – выборка 2, ниже – выборка 1)

Защитные действия и нарушения рекомендаций	Нарушение рекомендаций по соблюдению мер безопасности	Нарушение рекомендаций по общению	Действия – активное соблюдение мер безопасности и мониторинг	Действия – приверженность самоизоляции	Действия – контроль образа жизни	Действия – выезд на природу
Нарушение рекомендаций по соблюдению мер безопасности	1	–	–	–	–	–
Нарушение рекомендаций по общению	0,51**	1	–	–	–	–
Действия – активное соблюдение мер безопасности и мониторинг	–0,62**	–0,41**	1	0,60**	0,49**	0,20**
Действия – приверженность самоизоляции	–0,37**	–0,62**	0,60**	1	0,45**	0,05
Действия – контроль образа жизни	–0,11	–0,08	0,30**	0,27**	1	0,36**
Действия – выезд на природу	0,08	0,44**	–0,07	–0,19*	0,16*	1

Обозначения к таблицам 2–4: * – $p < 0,05$, ** – $p < 0,01$.

В обеих выборках (см. таблицы 3–4) субъективное благополучие при пандемии связано с контролем образа жизни, с выездами на природу, слабо и неоднозначно связано с приверженностью самоизоляции и вовсе не связано с соблюдением мер безопасности и мониторингом. Нарушение рекомендаций не связано с субъективным благополучием.

По данным выборки 1, тревога заражения и тревога халатности окружающих особенно тесно связаны с соблюдением официальных рекомендаций и с низким уровнем их нарушения. Тревога за близких и тревога негативных последствий связаны с активным соблюдением мер и с самоизоляцией, но не связаны с контролем образа жизни.

По данным выборки 2, мониторинг информации связан со всеми защитными действиями; тревоги по поводу заражения себя и близких, негативных последствий пандемии, халатности окружающих связаны с самоизоляцией и активным соблюдением мер безопасности, но слабее связаны с контролем образа жизни и вовсе не связаны с выездами на природу.

Обсуждение результатов

В данном исследовании на основе двух выборок было показано, что собственно защитные действия по типу активного ношения масок и перчаток и мониторинга своих ощущений в субъективном сознании примыкают к чрезмерному мониторингу, регулярной проверке телесных симптомов, сатурации, приему витаминов А и D. Помимо этого, к защитным в ситуации пандемии можно отнести действия по изменению образа жизни и выезду на природу, которые не являются собственно медицинскими рекомендациями и относятся к области обыденного сознания в ситуации пандемии в настоящее время. Эти действия мало связаны с активными действиями по защите от заражения и недостаточно учитываются в исследованиях приверженности лечению (Freeman et al., 2020; Smith et al., 2020; Webster et al., 2020), но именно они связаны с благополучием людей. Данные показывают, что четыре субшкалы защитных действий и две субшкалы их нарушений обладают достаточной надежностью-согласованностью и факторной валидностью для использования их в научных исследованиях.

Таблица 3
Связи соблюдения и нарушения мер безопасности с субъективным благополучием и тревогой в отношении пандемии (выборка 1)

Характеристики субъективного благополучия, тревоги и мониторинга информации в условиях пандемии	Нарушение рекомендаций по соблюдению мер безопасности	Нарушение рекомендаций по общению	Действия – активное соблюдение мер безопасности и мониторинг	Действия – приверженность самоизоляции	Действия – контроль образа жизни	Действия – выезд на природу
Удовлетворенность жизнью	-0,02	-0,02	0,01	0,16*	0,23**	0,24**
Позитивные эмоции	-0,01	0,05	-0,08	-0,03	0,30**	0,14
Негативные эмоции	0,00	0,00	0,07	0,17*	-0,17*	-0,12
Тревога заражения	-0,31**	-0,21**	0,38**	0,28**	0,09	-0,03
Тревога за близких	-0,14	-0,08	0,25**	0,25**	-0,02	0,01
Тревога негативных последствий пандемии	-0,12	-0,07	0,25**	0,13	0,14	-0,12
Тревога халатности окружающих	-0,40**	-0,40**	0,45**	0,50**	0,09	-0,06

Таблица 4
Связи соблюдения и нарушения мер безопасности с субъективным благополучием и тревогой в отношении пандемии и с мониторингом информации (выборка 2)

Характеристики субъективного благополучия, тревоги и мониторинга информации в условиях пандемии	Действия – активное соблюдение мер безопасности и мониторинг	Действия – приверженность самоизоляции	Действия – контроль образа жизни	Действия – выезд на природу
Удовлетворенность жизнью	0,09*	0,13**	0,19**	0,15**
Позитивные эмоции	0,06	0,09*	0,24**	0,18**
Негативные эмоции	-0,01	-0,08	-0,17**	-0,13**
Мониторинг информации о пандемии	0,30**	0,22**	0,22**	0,13**
Тревога заражения	0,43**	0,42**	0,23**	0,08
Тревога за близких	0,35**	0,36**	0,14**	0,07
Тревога негативных последствий пандемии	0,19**	0,22**	0,14**	0,08
Тревога халатности окружающих	0,48**	0,52**	0,25**	0,05
Тревога по поводу недостаточности медицинской помощи	0,23**	0,25**	0,15**	0,10*

Как и предполагалось, нарушение рекомендаций связано, но не сводится к следованию рекомендациям и поэтому требует отдельного рассмотрения, что согласуется с данными исследований приверженности лечению (Нелюбина, 2019).

Субъективное благополучие в ситуации пандемии связано с контролем образа жизни и выездами на природу, но не связано со следованием медицинским рекомендациям. Иными словами, в ситуации пандемии более благополучны те, кто старается контролировать свой образ жизни и следовать здоровому образу жизни даже в случае самоизоляции. Мониторинг информации о пандемии связан со всеми защитными действиями: говоря метафорически, люди защищаются любым способом, если чаще просматривают те информационные источники, что дают основу их опасениям. При этом выбор конкретного типа защитных действий определяется, по-видимому, другими факторами.

Тревога заражения себя и близких и тревога негативных последствий пандемии связаны со следованием официальным рекомендациям, но только тревога халатности окружающих людей связана с меньшей готовностью нарушать режим.

В целом, данные согласуются с другими исследованиями важности учета инфодемии и тревоги (Roy et al., 2020; Wang et al., 2020), однако дополняют их, позволяя предполагать, что мониторинг информации является неспецифическим фактором, не предопределяющим, какое поведение будет выбрано для совладания, и именно тревога халатности других людей, возможно, способствует меньшим проявлениям нарушения рекомендаций.

Данные показывают, что в структуре защитных действий в ситуации пандемии можно выделить действия, рекомендованные медициной и государством (отдельно действия по самоизоляции и активные защитные действия, к которым примыкает чрезмерное «охранительное» поведение), и не связанные с рекомендациями действия (выезды на природу и контроль образа жизни). Склонность к нарушениям рекомендаций также неоднородна: в ней выделяются склонность к нарушению рекомендаций по общению с друзьями и близкими и склонность к нарушению других требований — преимущественно в общественных местах и в отношении посторонних людей. Хо-

тя склонность к соблюдению и нарушению рекомендаций связаны друг с другом, эта связь неоднозначна и не превышает 0,50, что согласуется с предположением о различиях между приверженностью рекомендациям и нарушением их.

Шкалы защитных действий и нарушения рекомендаций показали свою надежность-согласованность и факторную валидность. Склонность к соблюдению и нарушению рекомендаций практически не связана с полом и возрастом.

Субъективное благополучие в ситуации пандемии слабо связано со следованием медицинским рекомендациям, но связано с лучшим контролем образа жизни и – в меньшей степени – выездом на природу. Поиск и мониторинг информации о пандемии связан с готовностью ко всем видам защитного поведения. Тревога заражения себя и близких и тревога негативных последствий пандемии связаны со следованием официальным рекомендациям, но только тревога халатности окружающих людей связана с меньшими нарушениями режима.

Литература

- Нелюбина А. Н.* Психологические факторы комплаентного поведения и приверженности лечению // Руководство по психологии здоровья / Под ред. А. Ш. Тхостова, Е. И. Рассказовой. М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 2019. С. 753–794.
- Осин Е. Н., Леонтьев Д. А.* Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 117–142.
- Рассказова Е. И., Лебедева А. А.* Скрининговая шкала позитивных и негативных переживаний Э. Динера: апробация русскоязычной версии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2020. Т. 17. № 2. С. 250–263. doi: 10.17323/1813-8918-2020-2-250-263
- Рассказова Е. И., Мачулина А. И., Ковров Г. В., Палатов С. Ю.* Когнитивная составляющая репрезентации лечения и качество жизни при соматических заболеваниях // Психическое здоровье. 2014. Т. 1. С. 43–51.
- Тхостов А. Ш., Рассказова Е. И.* Психологическое содержание тревоги и профилактики в ситуации инфодемии: защита от коро-

- навируса или порочный круг тревоги // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 70–89. doi: 10.17759/cpp.2020280204
- Brooks S. K., Webster R. K., Smith L. E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N., Rubin G. J.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence // *The Lancet*. 2020. V. 395 (10227). P. 912–920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- Byrne M. K., Deane F. P.* Treatment adherence // *Manual of Psychosocial Rehabilitation*. John Wiley & Sons, 2012.
- Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S.* The Satisfaction With Life Scale (SWLS) // *Journal of Personality Assessment*. 1985. V. 49. P. 71–75.
- Diener E., Wirtz D., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D., Oishi S., Biswas-Diener R.* New well-being measures: short scales to assess flourishing and positive and negative feelings // *Social Indicators Research*. 2010. V. 97. P. 143–156.
- Freeman D., Waite F., Rosebrock L., Petit A., Causier C., East A., Lambe S.* Coronavirus conspiracy beliefs, mistrust and compliance with government guidelines in England // *Psychological Medicine*. 2020. V. 1–13. doi: 10.1017/S0033291720001890
- Harris N.* Treatment adherence // *Medicines Management in Mental Health Care* / Eds N. Harris, J. Baker, R. Gray. Oxford: Wiley-Blackwell, 2009. doi: 10.1002/9781444316155
- Horne R.* Treatment perception and self-regulation // *The Self-Regulation of Health and Illness Behavior* / Eds L. D. Cameron, H. Leventhal. N. Y.: Routledge, 2003. P. 138–153.
- Huang Y., Zhao N.* Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey // *Psychiatry Research*. 2020. V. 12. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112954
- Humphreys K. L., Myint M. T., Zeanah C. H.* Increased Risk for Family Violence During the COVID-19 Pandemic // *Pediatrics*. 2020. V. 146 (1). doi: 10.1542/peds.2020-0982
- Kowalski J., Marchlewska M., Molenda Z., Górska P., Gawęda L.* Adherence to safety and self-isolation guidelines, conspiracy and paranoia-like beliefs during COVID-19 pandemic in Poland – associations and moderators // *Psychiatry Research*. 2020. V. 294. doi: 10.1016/j.psychres.2020.113540
- Leventhal H., Brissette I., Leventhal E.* The common-sense model of self-regulation of health and illness // *The self-regulation of health and illness behavior* / Eds L. D. Cameron, H. Leventhal. N. Y.: Routledge, 2003. P. 42–65.

- Mendelsohn N., Bachar R.* Approach to the non-adherent patient // Mount Sinai Expert Guides: Psychiatry. Oxford: John Wiley & Sons, 2017. P. 343–345.
- Osterberg L., Blaschke T.* Adherence to medication // New England Journal of Medicine. 2005. V. 353 (5). P. 487–497.
- Pérez-Carbonell L., Meurling I. J., Wassermann D., Gnoni V., Leschziner G., Weighall A., Ellis J., Durrant S., Hare A., Steier J.* Impact of the novel coronavirus (COVID-19) pandemic on sleep // Journal of Thoracic Diseases. 2020. V. 12 (Supple 2). P. 163–175. doi: 10.21037/jtd-cus-2020-015
- Risser J., Jacobson T. A., Kripalani S.* Development and psychometric evaluation of the Self-efficacy for Appropriate Medication Use Scale (SEAMS) in low-literacy patients with chronic disease // Journal of Nursing Measurement. 2007. V. 15 (3). P. 203–219.
- Rodriguez L. M., Litt D. M., Stewart S. H.* Drinking to cope with the pandemic: The unique associations of COVID-19-related perceived threat and psychological distress to drinking behaviors in American men and women // Addictive Behaviors. 2020. V. 110. 106532. doi: 10.1016/j.addbeh.2020.106532
- Roy D., Tripathy S., Kar S. K., Sharma N., Verma S. K., Kaushal V.* Study of knowledge, attitude, anxiety and perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic // Asian Journal of Psychiatry. 2020. V. 8 (51). doi: 10.1016/j.ajp.2020.102083
- Smith L. E., Amlôt R., Lambert H., Oliverd I., Robine C., Yardley L., Rubinna G. B.* Factors associated with adherence to self-isolation and lockdown measures in the UK: a cross-sectional survey // Public Health. 2020. V. 187. P. 41–52. doi: 10.1016/j.puhe.2020.07.024
- Svarstad B. L., Chewning B., Sleath B. L., Claesson C.* The Brief Medication Questionnaire: A tool for screening patient adherence and barriers to adherence // Patient Education and Counseling. 1999. V. 37 (2). P. 113–124. doi: 10.1016/S0738-3991(98)00107-4
- Wang C., Pan R., Wan X., Tan Y., Xu L., McIntyre R. S., Choo F. N., Tran B., Ho R., Sharma V. K., Hoe C.* Longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China // Brain, Behavior and Immunity. 2020. V. 13. doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.028
- Webster R. K., Brooks S. K., Smith L. E., Woodland L., Wessely S., Rubin G. J.* How to improve adherence with quarantine: rapid review of the evidence // Public Health. 2020. V. 182. P. 163–169. doi: 10.1016/j.puhe.2020.03.007

Устойчивость—изменчивость свойств индивидуальности и переживание неопределенности в условиях пандемии COVID-19

И. Г. Скотникова, П. И. Егорова

doi: 10.38098/fund_21_0442_10

В условиях пандемии COVID-19 практически каждому человеку приходится постоянно принимать непривычные решения по организации своей жизни при санитарно-эпидемиологических ограничениях и возможной угрозе инфицирования. Для выявления факторов преодоления негативных психологических последствий пандемии COVID-19 необходима диагностика индивидуально-личностных свойств и состояний людей, в том числе степени их дискомфорта, тревожности, уверенности в себе, характеристик саморегуляции, особенностей принятия решений, способности понимать и контролировать свои чувства и чувства окружающих в ситуации неопределенности, вызванной новым неизвестным вирусом.

Для изучения этих индивидуально-личностных свойств и состояний мы провели онлайн-опрос психологов в апреле-мае 2020 г., когда мир столкнулся с первой волной незнакомого заболевания. Часть результатов этого исследования уже была опубликована нами ранее (см.: Скотникова и др., 2020). Цель данной статьи состоит в том, чтобы сопоставить полученные нами данные с результатами других исследований, а также рассмотреть принципиальную теоретико-методологическую проблему: могут ли изменяться в сравнении с нормативными показателями индивидуально-личностные свойства людей в особых, нетипичных условиях жизни, — в част-

Статья подготовлена по Госзаданию № 0138-2021-0006. Авторы выражают признательность М. А. Холодной, Е. В. Волковой и А. Н. Гусеву за ценные идеи и замечания, высказанные при обсуждении материалов данной статьи.

ности, при переживании неопределенности во время пандемии COVID-19.

Индивидуально-личностные свойства и состояния при переживании неопределенности в период начала пандемии

В исследовании приняли участие респонденты в возрасте от 22 до 63 лет из России, Украины, Беларуси, Германии, Швейцарии, Италии, Словении, Турции, Израиля, Кипра. Выборка была небольшой (54 человека), но однородной: все респонденты – дипломированные психологи или студенты психологических факультетов. Участники исследования проходили трехдневный психотерапевтический марафон, направленный на стабилизацию эмоционального состояния в условиях самоизоляции, обучение основным техникам самопомощи, постановку целей на период пандемии. Специфика выборки заключалась в том, что психологи в отличие от других людей чаще осознают свои проблемы и обращаются за помощью, в том числе профилактической.

Участники прошли тестирование по 8 опросникам, включавшим 24 шкалы (их подробное описание см.: Скотникова и др., 2020):

1. Шкала толерантности к неопределенности Д. Мак-Лейна в адаптации Е. Г. Луковицкой (Луковицкая, 1998).
2. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССП) В. И. Моросановой (Моросанова, 2004).
3. Русскоязычная версия шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема в адаптации В. Ромека (Шварцер, Ерусалем, Ромек, 1996).
4. Шкала ситуативной тревожности из опросника Д. Спилбергера (Батаршев, 2001).
5. Опросник эмоционального интеллекта (ЭМИН) Д. В. Люсина (Люсин, 2006).
6. Мельбурнский опросник принятия решения (Корнилова, 2013).
7. Шкала принятия себя (уверенности в себе) из опросника по оценке социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (Фетискин и др., 2002).
8. Опросник САН: самочувствие, активность, настроение (Миронова, 2005).

По шкале общей самооффективности Р. Шварцера, М. Ерусалема и В. Ромека у 87% респондентов нами были выявлены средние или высокие значения (25–40 баллов). По опроснику тревожности Д. Спилбергера очень высокими были показатели 31% респондентов (>60 баллов). Анализ результатов по Мельбурнскому опроснику принятия решения показал, что для 76% участников исследования характерна бдительность, для 17% – избегание и для 7% – сверхбдительность.

Статистическая обработка данных по остальным опросникам включала в себя оценку среднегрупповых значений по каждой шкале. При подготовке данной статьи также были рассчитаны стандартные ошибки средних (см. таблицу 1).

Средние по выборке значения показателей оказались близки к средним нормам опросников по шкалам толерантности к неопределенности, общей самооффективности, эмоционального интеллекта (по 9 из 10 шкал). Несколько выше этих норм оказались средние значения по шкалам саморегуляции поведения (по 6 из 7 шкал), понимание своих эмоций и уверенности в себе. Также больший процент опрошенных, чем по нормам Мельбурнского опросника, предпочитали рациональную стратегию бдительности в принятии решения и меньший процент, чем по нормам, избирали неэффективные стратегии избегания и прокрастинации.

Таким образом, по данным опроса, респонденты-психологи даже в стрессогенных условиях пандемии проявили способности к саморегуляции, самостоятельному планированию, управлению своими эмоциями, их корректному выражению, пониманию своих и чужих эмоций, принятию рациональных решений путем выбора для этого корректных способов в зависимости от условий, принятию на себя ответственности, уверенному поведению. Возможно, эти результаты объясняются спецификой выборки психологов, профессиональная подготовка которых включает в себя развитие навыков психологической самопомощи.

Исследования, проведенные в различных странах в начале пандемии, показали, что более типичным является порождаемый неопределенностью стресс (Нестик, 2020). Длительное переживание глобальной и трудноконтролируемой угрозы вызывает у людей особое состояние, которое можно назвать *дистрессом неопределенности*. По-видимому, такие состояния можно считать характерными

Таблица 1

Описательная статистика по шкалам пяти опросников (N = 54)

Наименование шкалы	Среднее значение	Стандартные ошибки средних
<i>Шкала толерантности к неопределенности Е. Г. Луковицкой</i>	1,52	1,42
<i>Опросник «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой</i>		
Общий уровень саморегуляции	44,13	1,99
Планирование	7,9	0,56
Программирование	8,6	0,63
Гибкость	5,76	0,6
Моделирование	10,6	0,84
Оценивание результатов	10,1	0,73
Самостоятельность	8,2	0,47
<i>Опросник эмоционального интеллекта Д. В. Люсина</i>		
МП «Понимание чужих эмоций»	22,39	0,82
МУ «Управление чужими эмоциями»	20,83	0,69
ВП «Понимание своих эмоций»	22,06	0,94
ВУ «Управление своими эмоциями»	13,94	0,61
ВЭ «Контроль экспрессии»	10,35	0,48
МЭИ «Понимание чужих эмоций + Управление чужими эмоциями»	43,22	1,38
ВЭИ «Понимание своих эмоций + Управление своими эмоциями + Контроль экспрессии»	46,35	1,73
ПЭ «Понимание чужих эмоций + Понимание своих эмоций»	44,44	1,53
УЭ «Управление чужими эмоциями + Управление своими эмоциями + Контроль экспрессии»	45,13	1,4
ОЭИ «Интегральный показатель общего эмоционального интеллекта»	89,57	2,77
<i>Шкала уверенности в себе К. Роджерса и Р. Даймонда</i>	66,09	1,13
<i>Опросник САИ: самочувствие, активность, настроение</i>		
Самочувствие	4,66	0,17
Активность	3,48	0,14
Настроение	4,9	0,16

для переживания эпидемиологической угрозы, так как они отмечались исследователями и ранее. Так, например, исследование, проведенное среди канадских добровольцев в связи с пандемией свиного гриппа H1N1 в 2009 г., показало, что лица с низкой толерантностью к неопределенности с большей вероятностью воспринимают пандемию как угрожающую и сообщают о повышении уровня тревоги (Харламенкова и др., 2020).

У значительной части нашей выборки (48%) обнаружен повышенный уровень тревожности (45–59 баллов), а у 31% – крайне высокий ее уровень (более 60 баллов). Как ни странно, это данные лиц моложе 40 лет. Полученные нами данные хорошо согласуются с результатами других исследований. Так, по данным одного из опросов, проведенных во время первой волны пандемии, 16,5% респондентов сообщили об умеренных и тяжелых симптомах депрессии, 28,8% о средней и высокой степени тревоги, 8,1% об умеренном или высоком стрессе (там же). Непонимание болезни и вызываемый ею страх усиливают воспринимаемую человеком угрозу для своей жизни. Наиболее высокий уровень стресса и тревоги установлен у людей в дни, когда фиксировалось наибольшее число заболевших (Первичко и др., 2020). Тревога как один из главных феноменов эпидемии усиливала переживание негативных эмоций, снижая психологическое благополучие людей. При этом выраженность переживания положительных эмоций снижалась, хотя это, по-видимому, определялось факторами, не связанными с тревогой (Рассказова, Леонтьев, Лебедева, 2020). В психологическом содержании тревоги, вызванной пандемией COVID-19, выделены два взаимосвязанных компонента с разной динамикой в 2020 г.: растущая тревога по поводу экономических последствий эпидемии и снижающийся страх заражения коронавирусом. Именно первый компонент чаще носил деструктивный характер, сильнее всего снижая психологическое благополучие и нарушая нормальную жизнедеятельность людей (Тхостов, Рассказова, 2020).

По опроснику САН у 44% участников нашего исследования были выявлены низкие значения (менее 4 баллов) по всем трем его шкалам, а это почти половина выборки. При этом у более чем половины выборки (57% респондентов) обнаружены значительно более низкие оценки по шкале активности, чем по шкалам самочувствия и настроения. Вероятно, пониженная активность связана с мерами по каран-

тину и самоизоляции для предотвращения распространения инфекции, которые значительно ограничивают активность населения.

Среди семи шкал опросника «Стиль саморегуляции поведения» в 41% анкет наиболее низкие результаты получены по шкале «Гибкость», за счет которых среднегрупповое значение составило 5,76 (SE=0,6). Оно соответствует среднему уровню норм опросника (5–7 баллов), но существенно ниже среднегрупповых показателей по другим пяти шкалам: 7,9–10,6 (SE = 0,47–0,84). Можно предположить, что людям при организации своей деятельности в ходе пандемии труднее всего подстроиться под неожиданные изменения обстоятельств, быстрое и резкое изменение эпидемиологической ситуации и следующие за этим ограничительные меры. Полученные результаты хорошо согласуются с данными о том, что в состоянии тревоги растет приверженность ранее принятым решениям, тревога скрывает воображение и затрудняет поиск нестандартных путей выхода из ситуации (Нестик, 2020).

Нами был проведен факторный анализ оценок респондентов (Гусев, Уточкин, 2011). Учитывая ограниченную численность участников исследования (N = 54) и большое число шкал, полученные нами результаты следует рассматривать как предварительные и требующие перепроверки на более крупных выборках. Вместе с тем в отличие от больших выборок наша выборка более однородна и потому результаты факторного анализа можно полагать информативными. Выделены четыре независимых фактора при доле объясняемой дисперсии 68%: эмоциональный интеллект, саморегуляция и бдительность, самочувствие и настроение, рефлексия и контроль (Скотникова и др., 2020).

В первый фактор вошли 5 из 10 показателей эмоционального интеллекта: МП «Понимание чужих эмоций», МУ «Управление чужими эмоциями», МЭИ «Понимание чужих эмоций + Управление чужими эмоциями», ПЭ «Понимание чужих эмоций + Понимание своих эмоций», ОЭИ «Общий эмоциональный интеллект». Первый фактор можно назвать эмоциональным интеллектом.

Во второй фактор вошли показатели по первым двум шкалам опросника Моросановой: «Общий уровень саморегуляции» и «Планирование», а также показатель «Бдительность» по опроснику принятия решения. Второй фактор можно назвать саморегуляцией и бдительностью.

В третий фактор вошли два из трех показателей опросника САН: «Самочувствие» и «Настроение». Третий фактор можно назвать самочувствием и настроением.

В четвертый фактор вошли три показателя: «Моделирование» (из опросника саморегуляции), ВЭ «Контроль экспрессии» (из опросника эмоционального интеллекта), и «Сверхбдительность» (из опросника принятия решения). Его можно определить как рефлекссию и контроль, в соответствии с психологическим содержанием вошедших в него трех шкал.

Можно предположить, что выявленная нами факторная структура индивидуально-личностных свойств связана с особенностями жизнедеятельности в нетипичных, экстремальных условиях начала пандемии, и прежде всего — с переживанием неопределенности настоящего и будущего.

В целом проведенное нами исследование показало, что в стрессогенных условиях пандемии у значительной части выборки наблюдаются отклонения от нормативных уровней по показателям ситуационных свойств индивидуальности: ситуативной тревожности и характеристикам САН. По остальным же шкалам показатели психологов, принявших участие в нашем исследовании, оказались близки к нормативным или даже лучше их.

Полученные нами данные указывают на то, что при переживании неопределенности в условиях пандемии одни индивидуально-личностные характеристики являются более изменчивыми, чем другие. Проведенное нами поисковое исследование позволяет поставить вопрос не только о границах изменчивости ситуационных свойств индивидуальности, но и об изменчивости некоторых других индивидуально-личностных свойств, которые принято считать относительно стабильными, — таких, например, как стиль саморегуляции, эмоциональный интеллект и уверенность в себе.

Проблема устойчивости—изменчивости индивидуально-личностных свойств в современной психологии

Необходимость прогнозирования психологических последствий пандемии повышает актуальность проблемы устойчивости—изменчивости индивидуально-личностных свойств, подстегивая уже наметившийся в современной психологии переход от изучения личностных

качеств как таковых к изучению изменяющейся личности в изменяющемся мире (Психология личности..., 2016).

Во множестве типологий личности, по сути, можно вычленить две пересекающиеся дихотомии. Наиболее распространенная из них характеризует преимущественно биологически либо социально обусловленные свойства индивидуальности (Ананьев, 2001). Нами прослежено соотношение тех и других через анализ понятий индивида, индивидуальности, личности и субъекта, выделяемых многими отечественными авторами (см. подробнее: Скотникова, 2008). При этом четко разграничиваются категории «индивид» и «личность». Индивид — биологическое существо, организм, наделенный природными индивидуальными особенностями (и человек, и животное). Личность — системное социально-психологическое образование, где ключевые подсистемы, формирующиеся только у человека — ценности, свобода воли, иерархия мотивов, — преимущественно определяют свойства его личности. Индивидуальность понимается как интегративное психическое образование, объединяющее индивида и личность: интегральная индивидуальность (Мерлин, 1986), в которой выделены иерархические уровни организации (Русалов, 2006, 2012). Специфика категории субъекта прежде всего состоит в его понимании как активного деятеля. В продолжение этой традиции в современном варианте сопоставления двух из четырех рассматриваемых понятий за личностью признается «управляющая» роль (направленность деятельности, определение ее целей и задач), а за субъектом — «исполнительская» функция их реализации (Психология личности..., 2016). Вместе с тем, с позиций субъектно-деятельностного подхода категория субъекта рассматривается как наиболее интегративная (хотя и сравнимая по объему с категорией индивидуальности). Она включает в себя все проявления человека как индивида, индивидуальности и личности (Брушлинский, 2006; Русалов, 2006). Экспериментально показано, что даже сенсорная деятельность имеет индивидуальный характер, и в ней, как и в любой другой, проявляется активность субъекта (Скотникова, 2008). При этом в литературе по проблеме устойчивости—изменчивости индивидуальных особенностей обычно используется понятие свойств личности.

Другая дихотомия — это диспозиционные и ситуационные свойства индивидуальности. Первые выделены на основе структурных теорий черт личности Г. Олпорта, Г. Айзенка, Дж. Гилфорда, Р. Кет-

тела (Terracciano et al., 2008). К ним относят параметры Г. Айзенка, шестнадцатифакторной модели Р. Кеттела, пятифакторной модели Р. Мак-Крэ и П. Коста («Большая пятерка») и некоторые другие. В рамках этих теорий определен качественный состав черт, характеризующихся как фундаментальные единицы структуры личности, как обобщенные диспозиции: врожденные и приобретенные predispositions к способам реагирования, действиям, поступкам. Такая готовность личности связана с ее свойствами, которые признавались авторами взаимосвязанными с различными аспектами жизни и устойчивыми в разных условиях.

К ситуационным свойствам относят прежде всего ситуативную тревожность и ситуативную уверенность, которые, по сути, являются состояниями. Большая стабильность признается за преимущественно биологически обусловленными свойствами личности, а также за формально-динамическими характеристиками темперамента, базирующимися на основных свойствах нервной системы; большая вариативность признается за преимущественно социально обусловленными и ситуационными свойствами. Очевидно, что в особых стрессогенных условиях пандемии можно ожидать изменений прежде всего ситуационных свойств личности.

Неизменность диспозиционных свойств стала одним из направлений критики теорий черт. Исключение, пожалуй, составили черты, входящие в структуру Г. Айзенка: экстраверсия, нейротизм и психотизм, которые в значительной степени природно обусловлены, что обеспечивает их существенную индивидуальную инвариантность. Между тем, среди шестнадцати факторов Р. Кеттела около половины представляют собой социальные установки, которые формируются под влиянием условий жизни человека и потому могут несколько изменяться при изменении этих условий: добросердечность—отчужденность, доминантность—подчиненность, обязательность—безответственность, подозрительность—доверчивость, радикализм—консерватизм, самостоятельность—зависимость от группы. То же относится к трем компонентам «Большой пятерки»: открытости, доброжелательности, сознательности (см.: Психодиагностика..., 1986; Психологическая диагностика..., 1981; Шевандрин, 2003).

Неоднократно предпринимались попытки разработать подходы, альтернативные структурному описанию личности. Ситуационные подходы подчеркивают важность учета совокупности конкретных

факторов, влияющих на проявление данного личностного свойства в рассматриваемый момент. Это динамическая психология К. Левина, процессуально-динамический подход Г. Томэ и С. Л. Рубинштейна, процессуальный характер личности (по Г. Олпорту). Основной постулат процессуально-динамического подхода — изменчивость как имманентная характеристика личности на основе ее постоянно-го взаимодействия с миром, контекстами ее существования, и внутренний динамизм личности, определенный взаимосвязью и взаимовлиянием ее функциональных систем (Гришина, Костромина, 2017). Процессуальный подход С. Л. Рубинштейна в психологии личности продолжили К. А. Абульханова, Л. И. Анцыферова, А. В. Брушлинский и другие представители его школы. Потенциальный резерв развития личности, ее функциональный запас открывают возможность развития в разных направлениях, но создают детерминанты реализации лишь некоторых из них (Анцыферова, 1978). Ключевое представление С. Л. Рубинштейна об активности и самодетерминации субъекта деятельности (Рубинштейн, 1997) внесено в психологию личности при изучении самодетерминированного человека в пространстве неопределенности и возможностей (Леонтьев, 2011, 2016), неопределенности, сложности и разнообразия современной реальности (Асмолов, 2015, 2018). В ряд понятий категории «само-» включено понятие самоизменения, имеющего процессуальную природу. Самочувствие человека в современной реальности с ее вызовами неопределенности и сложности в значительной (если не решающей) степени определяется его способностью принимать сложности и изменения этого мира, его установкой на степень изменяемости либо неизменности (Гришина, 2018). Ж.-Ф. Лиотар выделяет два типа личности, проявляющиеся в условиях роста неопределенности, разнообразия и сложности: это те, кто готов принимать сложное, и те, кто склонен к упрощению (подробнее см.: Асмолов, 2015). Эта типология перекликается с идеей о полюсах когнитивной сложности и когнитивной простоты личности.

Изменения, которые претерпевает личность во временном континуме, трактуются как развитие личности. Н. Коган выделяет три основных теоретических подхода к его изучению (Kogan, 1990). Согласно первому подходу, развитие личностных черт происходит в детском возрасте, и на протяжении взрослой жизни они остаются стабильными. Возрастная динамика личностных черт связывается с изме-

нением социальных ролей (Roberts et al., 2006). Этапы созревания и развития индивидуальности прослежены подробно: особенности темперамента становятся устойчивыми примерно к 15 годам, черты характера – немного позже, а относительная стабильность свойств индивидуальности наблюдается в период от 19 до 40 лет (Русалов, 2012). В соответствии со вторым подходом, на свойства личности влияют внешние события – и регулярные, и непредвиденные. Наконец, третий, интерактивный подход состоит в признании взаимодействия свойств личности и контекстов, в которых они проявляются.

Этим подходам соответствуют три типа моделей развития личности. К первому типу относятся нормативные модели, которые обосновывают изменчивость индивидуально-личностных свойств. Однако данные модели не отражают влияния на черты личности социальных событий и критических обстоятельств жизни. В связи с этим разработаны модели второго типа – ситуационные, контекстуальные, описывающие изменения личности через систему отношений «личность–ситуация». Эти модели наиболее успешно описывают пространство жизненной активности человека, учитывая разнообразие обстоятельств, которыми определяется множественность траекторий динамики личности (Roberts et al., 2006). Главными факторами личностных изменений здесь выступают не хронологический возраст, как в нормативных моделях, а социальный опыт, культура, образование, глобальные события. Наконец, к третьему типу относятся интерактивные модели, которые описывают интеграцию внутренних и внешних факторов, взаимосвязи между последовательностью ситуаций и изменениями личностных характеристик. Внутренний механизм таких взаимосвязей состоит в том, что повторяющиеся внешние события вызывают повторение определенного состояния человека, приводящее к повышению его устойчивости и долгосрочному закреплению его в личности как свойства. Однако важно и нетривиально, что и однократные, но очень значимые (например, травматические) ситуации могут вызывать повторные мысли и чувства о них и в результате тоже приводить к изменению личности (Jayawickreme, Blackie, 2014).

В настоящее время парадигма динамичной природы личности активно развивается. Долгосрочные конструктивные изменения личностных свойств человека происходят под влиянием успешной психотерапевтической работы с ним (Terracciano et al., 2008). Деструк-

тивная их динамика все чаще наблюдается у молодежи под влиянием зависимости от социальных медиа: фрагментация чувства Я с невозможностью интегрировать его в целостную структуру и даже полная его потеря. Этот феномен стал известен в психотерапии как неклиническая деперсонализация (Журавлева, 2018). В состояниях стресса и счастья установлены изменения Я-концепции, которая диагностируется методикой экспрессивных метафорических проективных рисунков с их письменным комментированием. Выделены характеристики представлений испытуемых о структуре Я—Мир—Тело—Душа, рассматриваемые как параметры структуры личности: независимость, открытость, активность, доминантность и напряженность. Напряженность максимальна в состоянии стресса и минимальна в состоянии счастья, а открытость и независимость — наоборот (Титов, Титова, Нагибина, 2015).

Ведутся многочисленные исследования проявления свойств личности в стрессогенных и неопределенных ситуациях, типичных для современной жизни. Активизируются исследования в области психологии транзитивности. Сложные изменения мира условно разделяются на резкие и стремительные (жесткая транзитивность) и постепенные, но неотвратимые (мягкая транзитивность) (Марцинковская, 2015). Резкие изменения уклада жизни, взглядов, ценностей, принципов произошли в России в 1990-х годах. Жесткая кризисная ситуация всегда требует от людей повышенной жизненной и эмоциональной устойчивости, которая есть не у всех. Но, несмотря на стремительность событий, происходящих при жесткой транзитивности, психологически они иногда переносятся легче, чем длительные изменения, так как в критической ситуации мобилизуются силы организма, повышается его устойчивость к внешним воздействиям, сохраняется надежда на скорый выход из кризиса. Мягкая транзитивность предполагает затяжные стрессы, при которых организм теряет ресурсы и переходит на стадию истощения. После кризиса 1990-х годов общество перешло в период мягкой транзитивности: в результате изменения становятся менее кардинальными, но остаются такими же неотвратимыми, как и 20 лет назад (Марцинковская, 2015). В связи с этим изучается преодоление негативных последствий транзитивности (Гришина, Костромина, 2017; Карабанова и др., 2017). Пандемия COVID-19, безусловно, является стрессогенным фактором. На наш взгляд, период карантина можно считать проявлением

мягкой транзитивности, так как точно предсказать окончание эпидемии пока трудно.

Определены характеристики, которые входят в личностный потенциал человека и способствуют преодолению стресса: интернальный локус контроля, удовлетворенность жизнью, осознанность, жизнестойкость. В противоположность перечисленным, внешние мотивы, повышенная лабильность, импульсивность, социальная желательность приводят к усугублению стрессогенной ситуации, к повышению уровня негативных эмоций, способствующих усугублению стресса и нарушению оптимального личностного функционирования. При этом положительные эмоции – и эксплицитные, и особенно имплицитные – помогают конструктивному преодолению стресса (Митина и др., 2019).

В русле традиционного подхода к изучению свойств личности как стабильных разработаны многочисленные методики для их определения, проверявшиеся на надежность путем повторного тестирования испытуемых через определенные промежутки времени. Высокая надежность ставших авторитетными методик означает устойчивость диагностируемых с их помощью свойств во времени. Однако проверки на ретестовую надежность, как правило, не проводились в нетипичных, чрезвычайных обстоятельствах, при изменении значимых условий жизнедеятельности испытуемых. Именно такие масштабные перемены произошли во время пандемии COVID-19. Оценка устойчивости свойств личности в этих особых условиях требует специального изучения.

Уже не раз отмечалось, что при нарастании неопределенности происходит трансформация норм, ценностей и правил поведения, что ведет к изменениям личностной идентичности (Белинская, 2018; Марцинковская, 2014). Более того, давно подчеркивается процессуальность баланса между стабильностью и изменчивостью Я-структур (Tajfel, Turner, 1986), непрекращающаяся переоценка субъектом своей самоидентичности (Breakwell, 2010). Таким образом, есть все основания предполагать, что в период пандемии субъективная иерархия ценностных, смысловых и мотивационных факторов, составляющих ядро личности, может в какой-то степени изменяться под влиянием переживания неопределенности, угрозы своему и чужому здоровью, а также столкновения с последствиями ограничительных мер, серьезно повлиявших на жизнь людей.

Проблема устойчивости-изменчивости имеет важное теоретическое значение в отношении ряда стилевых образований психики, — в частности, когнитивных стилей, параметры которых обнаруживают разную степень стабильности. Те из них, которые в наибольшей мере проявляются в уровне когнитивного функционирования (и потому сказываются на эффективности деятельности), могут быть изменчивыми в области показателей, близких к полюсам, соответствующим высокому уровню, и устойчивыми — в области, близкой к низкоуровневым полюсам (Холодная, 2002). Так, Г. Уиткин описывает способность полнезависимых лиц при необходимости использовать стратегии, свойственные полнезависимым, тогда как последние не имеют когнитивных ресурсов для перехода на «полнезависимые» стратегии (Witkin et al., 1974). Можно ожидать подобную тенденцию также и для гибкости/ригидности и когнитивной сложности/простоты. При изменении задачи менее адаптивными оказываются стратегии лиц, характеризующихся экстремальными значениями высокоуровневых полюсов когнитивных стилей (полнезависимости, когнитивной сложности, узкого диапазона эквивалентности). Напротив, более адаптивными при изменении задачи являются стратегии у тех людей, которые характеризуются более умеренными показателями стилей (Шкуратова, 1994). Последних Г. Уиткин характеризовал как полнезависимых гибких, а экстремально полнезависимых — как полнезависимых ригидных (Globerson, 1983). Обнаружена изменчивость стиля при смене характеристик деятельности субъекта: при успехе в решении мыслительных задач растет индивидуальный уровень полнезависимости, при неуспехе — полнезависимости (Селиванов, 2003). Эти результаты имеют принципиальное значение для исследования назревшей проблемы изучения зависимости стиля от задачи и деятельности человека (Скотникова, 2008). Особенно перспективной нам представляется проверка гипотезы о существовании различий в степени индивидуального постоянства/динамичности стилей саморегуляции поведения.

Проведенный нами анализ убедительно свидетельствует о том, что на смену представлениям об инвариантности черт личности пришли представления о ее процессуально-динамической природе. При изучении и прогнозировании влияния пандемии на инди-

видуально-личностные характеристики важно учитывать, что любой психический объект является сложной многомерной системой, поэтому его поведение имеет нелинейный характер (Холодная, 2020). Это относится и к индивидуальным особенностям, в силу чего нельзя ожидать их одинакового проявления на протяжении жизни и, тем более, — в нетипичных условиях, причем разные индивидуально-личностные и стилевые свойства обнаруживают разную степень устойчивости-изменчивости.

Вопрос о том, что должно лежать в основе типологий личности, остается дискуссионным. Конструктивным подходом является рассмотрение взаимодействия биологических и средовых факторов с активностью самого человека (Volkova, Kalugin, 2021), что отвечает ключевой идее инициативности субъекта как автора своей психической деятельности (Брушлинский, 2003). Исследования «само-процессов» отражают понимание активной роли человека в своем развитии, изменении собственной личности и жизненной ситуации (Гришина, 2018). Типология не может сводиться к одному лишь биологическому описанию темпераментальных черт, она должна отражать многоуровневость характеристик личности. При этом внутриуровневая устойчивость и межуровневая изменчивость индивидуальных свойств обеспечивают адекватное приспособление человека к изменениям среды и в то же время общую стабильность его поведения (Volkova, Kalugin, 2021). Такой подход хорошо согласуется с идеями С. Л. Рубинштейна о диалектическом соотношении стабильности и динамичности психического (Рубинштейн, 1997). Личность существует в процессе постоянных трансформаций, но сущность этих изменений состоит не в их противопоставлении сохранности, а в воспроизведении общего внутри изменяющегося.

Наше исследование позволяет выдвинуть предположение о том, что для преодоления дистресса неопределенности в условиях пандемии ключевое значение имеют не сами по себе ситуационные свойства индивидуальности, а способность личности сохранить свою субъектность. Таким образом, изменения индивидуально-личностных и стилевых свойств в условиях пандемии должны рассматриваться не с точки зрения отклонения от норм, определенных ранее в стабильных условиях, а как активный поиск новой идентичности, проявление процессуально-динамической природы личности.

Литература

- Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001.
- Анциферова Л. И.* Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. 1978. № 1. С. 37–50.
- Асмолов А. Г.* Психология современности: вызовы неопределенности, сложности и разнообразия // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 40. С. 1. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.12.2021).
- Асмолов А. Г.* Психология современности: вызовы неопределенности, сложности и разнообразия. II. Приглашение к диалогу // Mobilis in mobili: личность в эпоху перемен / Под ред. А. Г. Асмолова. 2018. С. 13–26.
- Батаршев А. В.* Тестирование — основной инструмент практикующего психолога. М.: Дело, 2001.
- Брушлинский А. В.* Психология субъекта. СПб.: Алетейя, 2003.
- Брушлинский А. В.* Целостность субъекта — основание для системности всех его качеств // А. В. Брушлинский. Избранные психологические труды. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. С. 510–523.
- Гришина Н. В.* «Самоизменения» личности: возможное и необходимое // Вестник СПбГУ. Сер. «Психология и педагогика». 2018. Т. 8. Вып. 2. С. 126–138.
- Гришина Н. В., Костромина С. Н.* Психология личности: переосмысление традиционных подходов в контексте вызовов современности // Психологические исследования. 2017. Т. 10. № 52. С. 1. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.12.2021).
- Гусев А. Н., Уточкин И. С.* Психологические измерения: Теория, методы: Общепсихологический практикум. М.: Аспект-Пресс, 2011.
- Журавлева Ю. В.* Феномен новой современной неклинической деперсонализации: кризис идентичности в условиях медиапространства // Личность в эпоху перемен: Mobilis in mobili / Под ред. Е. Ю. Патяевой, Е. И. Шлягиной. М.: Смысл, 2018. С. 117–120.
- Карабанова О. А., Бурменская Г. В., Захарова Е. И., Алмазова О. В., Долгих А. Г., Молчанов С. В., Садовникова С. В.* Типы отношения к материнству и родительской позиции у девушек в период вхождения во взрослость // Психологические исследования. 2017. Т. 10. № 56. С. 9. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.12.2021).

- Корнилова Т. В.* Мельбурнский опросник принятия решений: русскоязычная адаптация // Психологические исследования. 2013. Т. 6. № 31. С. 4. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.12.2021).
- Леонтьев Д. А.* Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному // Вопросы психологии. 2011. № 1. С. 3–27.
- Леонтьев Д. А.* Экзистенциальный подход в современной психологии личности // Вопросы психологии. 2016. № 3. С. 3–15.
- Луковицкая Е. Г.* Социально-психологическое значение толерантности к неопределенности: Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1998.
- Люсин Д. В.* Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3–22.
- Марцинковская Т. Д.* Современная психология – вызовы транзитивности // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 42. С. 1. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.12.2021).
- Мерлин В. С.* Очерк интегрального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986.
- Миронова Е. Е.* Опросник САН (самочувствие, активность, настроение) // Сборник психологических тестов. Часть I: Пособие / Сост. Е. Е. Миронова. Минск: Энвила, 2005. С. 19–20.
- Митина О. В., Пернер А. М., Абдуллаева Л. Ш.* Исследование взаимосвязи личностных характеристик и динамики эмоциональной сферы в ситуации длительного стресса // Психологические исследования. 2019. Т. 12. № 63. С. 6. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.12.2021).
- Моросанова В. И.* Стиль саморегуляции поведения (ССП): Методическое пособие. М.: Когито-Центр, 2004.
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 47–83.
- Первичко Е. И., Митина О. Б., Степанова О. Б., Конюховская Ю. Е., Дорохов Е. А.* Восприятие COVID-19 населением России в условиях пандемии 2020 года // Клиническая и специальная психология. 2020. Т. 9. № 2. С. 119–146.
- Психология личности: Пребывание в изменении / Под ред. Н. В. Гришиной. СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2019.

- Рассказова Е. И., Леонтьев Д. А., Лебедева А. А.* Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 90–108.
- Рубинштейн С. Л.* Человек и мир. М.: Наука, 1997.
- Русалов В. М.* Психологическая зрелость: единая или множественная характеристика? // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 5. С. 83–91.
- Русалов В. М.* Темперамент в структуре индивидуальности человека. Дифференциально-психофизиологические и психологические исследования. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012.
- Селиванов В. В.* Мышление в личностном развитии субъекта. Смоленск: Универсум, 2003.
- Скотникова И. Г.* Проблемы субъектной психофизики. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.
- Скотникова И. Г., Егорова П. И., Дубинская Ю. Л., Жиганов Л. С.* Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии COVID-19 // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 245–268.
- Титов А. В., Титова Ж. Г., Нагибина Н. Л.* Представления человека о структуре «Я–Тело–Душа–Мир» в разных эмоциональных состояниях // Международный научно-практический журнал по итогам второй конференции «Человек, искусство, вселенная» / Науч. ред. Н. Л. Нагибина. М.: Центр развития человека, 2015. С. 91–96.
- Тхостов А. Ш., Рассказова Е. И.* Психологическое содержание тревоги и профилактики в ситуации инфодемии: защита от коронавируса или «порочный круг» тревоги? // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 70–89.
- Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. С. 193–197.
- Харламенкова Н. Е., Быховец Ю. В., Дан М. В., Никитина Д. А.* Переживание неопределенности, беспокойства, тревоги в условиях COVID-19. Институт психологии РАН, 2020. URL: http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/har-1.html# (дата обращения: 25.12.2021).
- Холодная М. А.* Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. М.: Пер Сэ, 2002.

Раздел 2

- Холодная М. А.* Многомерная природа показателей интеллекта и креативности: методические и теоретические следствия // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 3. С. 18–31.
- Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В.* Русская версия шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема // Иностранная психология. 1996. № 7. С. 71–77.
- Шкуратова И. П.* Когнитивный стиль и общение. Ростов-н/Д.: Изд-во РПУ, 1994.
- Globerson T.* Mental capacity, mental effort and cognitive style // *Developmental Review*. 1983. V. 3. P. 292–302.
- Jayawickreme E., Blackie L. E.* Post-traumatic growth as positive personality change: Evidence, controversies and future directions // *European Journal of Personality*. 2014. V. 28. P. 312–331.
- Kogan N.* Personality and aging // *Handbook of the psychology of aging* / Eds J. E. Birren, S. W. Schaie. San Diego: Academic Press, 1990. P. 330–346.
- Roberts B. W., Walton K. E., Viechtbauer W.* Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies // *Psychological Bulletin*. 2006. V. 132 (1). P. 1–25.
- Tajfel H., Turner J. C.* The social identity of intergroup behavior // *Psychology of intergroup relations*. Chicago, 1986. P. 7–24.
- Terracciano A., McCrae R. R., Costa P. T. Jr.* Personality traits: Stability and change with age // *Geriatrics and Aging*. 2008. V. 11 (8). P. 474–478.
- Volkova E. V., Kalugin A. Yu.* Typology of individuality: problems and solutions // *Natural Systems of Mind*. 2021. V. 1 (1). P. 21–30.
- Witkin H. A., Dyk R. B., Faterson H. F.* et al. Psychological differentiation: Studies of development. N. Y.: Wiley, 1974.

Психотерапия в период пандемии COVID-19

Ю. В. Быховец, Л. Б. Коган-Лернер

doi: 10.38098/fund_21_0442_11

Актуальность изучения психотерапевтической практики в период карантина в связи с пандемией обусловлена тем, что, во-первых, как клиенты, так и терапевты в этот момент оказались подвержены стрессовому воздействию потенциально психотравмирующей ситуации (угроза заражения вирусом); во-вторых, переход психотерапевтической практики в онлайн-формат произошел резко и тотально, что может рассматриваться как дополнительный стрессовый фактор как для терапевтов, так и для клиентов. Именно это заставляет задуматься о том, что происходит в поле психотерапевтической практики в данной ситуации (на полюсе клиента, на полюсе терапевта и с точки зрения протекания психотерапевтического процесса).

Целью данного пилотажного исследования является изучение психотерапевтической практики в период карантина во время пандемии. В фокусе внимания оказались такие элементы психотерапевтической системы, как частота и содержание клиентских запросов (как в случае первичного обращения, так и в рамках продолжающихся кейсов), сложности, с которыми столкнулись терапевты в период карантина, а также отношения между терапевтом и клиентом в ситуации резкой смены формата работы.

На первый взгляд можно было бы предположить, что ситуация с распространением COVID-19 приведет к росту количества запросов и к изменениям их содержания (повышение тревоги, рост депрессивных состояний, переживание неопределенности ситуации).

В опубликованных в литературе данных есть информация о следующей динамике количества обращений на телефоны психологической помощи в период пандемии с определенными запросами в 2020 г. по сравнению с аналогичным периодом в 2019 г.: в 2,5 раза увеличилось количество обращений, касающихся тревожных состояний; появились обращения о суицидальных действиях; в 2,5 раза выросло количество обращений о самоповреждающем поведении; почти в 1,5 раза возросло количество обращений по темам домашнего, физического и сексуального насилия (Герасимова, 2020). Также по данным сайта «Насилию. нет» в период пандемии коронавируса в Российской Федерации количество жертв и случаев насилия в семье увеличилось в 2,5 раза (Нефедова, 2020). Сходные данные отмечаются в Израиле, где с введением карантина на 16% возросло количество дел о жестокости в отношении партнера, а также отмечается на 31% больше звонков в полицию от женщин, пострадавших от домашних издевательств (Сотни израильтянок..., 2020). Служба спасения в Европе и Азии фиксирует во время пандемии резкий рост числа обращений на горячую линию от пострадавших от агрессии: во Франции на 30%, в Китае более чем на 25% (Нефедова, 2020). Таким образом, мы видим, что есть данные о росте количества обращений клиентов к психологам. Однако эта статистика касается центров и телефонов доверия, которые работают с кризисными состояниями.

Похоже, иная картина будет наблюдаться в сегменте частной психотерапевтической практики. Например, есть данные сравнительного анализа динамики запросов по отчетам психотерапевтов из трех стран — Чехии, Словакии и Германии, который показывает, что общее число обращений за психологической помощью не изменилось (хотя есть некоторые отличия по странам): резко снизилось число очных клиентов и возросло число интернет-кейсов (Humer et al., 2020). Авторы приходят к заключению, что с введением карантинных мер резко возрастает доля онлайн-консультаций, но общее количество приемов частнопрактикующих специалистов остается прежним. Таким образом, нашим первым исследовательским вопросом стало прояснение того, *будут ли наблюдаться рост или снижение количества запросов в частной психотерапевтической практике в период карантина в связи с пандемией.*

Еще один параметр, выделенный нами для изучения, — это специфика содержания клиентских запросов в период карантина в связи

с пандемией. В 2020 г. появилось значительное количество исследований, посвященных изучению психологических последствий переживания людьми угрозы COVID-19. Среди них называются суицидальное поведение (Mamun, Ullah, 2020), рост психопатологической симптоматики (соматизация, фобическая симптоматика, нарушения сна и пр.) (Быховец, 2020; Ениколопов и др., 2020), стигматизация и рост межгрупповой напряженности (Нестик, 2020) и др. Среди наиболее часто зарегистрированных в международных исследованиях психологических реакций людей на угрозу COVID-19 указываются тревога и депрессия (Newby et al., 2020; Ozamiz et al., 2020; Wang et al., 2020). По данным исследования в Северной Испании авторы отмечают следующие особенности проявлений психопатологической симптоматики в период самоизоляции в связи с пандемией: показатели депрессии у мужчин выше, чем у женщин; наличие хронического заболевания увеличивало риск развития тревоги и депрессии; по мере увеличения длительности пребывания на самоизоляции показатели тревоги, депрессии, стресса росли; люди с самым высоким уровнем тревоги и депрессии — это молодые люди в возрасте от 18 до 30 лет (Ozamiz et al., 2020). Эти данные согласуются с данными китайских коллег (Wang et al., 2020). Обращаясь к нашему исследованию, логично предположить, что описанные в популяционных исследованиях психологические последствия переживания COVID-19 будут находить отражение в содержании клиентских запросов к психотерапевтам. В связи с этим возникает второй исследовательский вопрос: *какова специфика клиентских запросов в период пандемии?*

Третьим фокусом нашего исследования является *изучение представлений психотерапевтов о специфике их работы в период карантина в связи с пандемией*. В работе К. Афиджес ван Дурн с соавт. показано, что психотерапевты сообщают о собственной тревоге и профессиональных сомнениях чаще, чем до перехода в онлайн-формат; они чувствуют себя менее компетентными и уверенными по поводу своих профессиональных способностей. Довольно понятными кажутся результаты, согласно которым тревога и сомнения в профессиональной компетентности терапевтов оказывается выше у тех, у кого меньше опыта онлайн-работы в предшествующий пандемии период (Doogn et al., 2020). Необходимость избегания прямых контактов в связи с эпидемиологической обстановкой привела к резкому и довольно радикальному изменению сферы психологической помощи.

Проведенный этими авторами опрос 141 терапевта о различных аспектах терапевтических отношений в онлайн-формате во время пандемии (рабочий альянс, уровень тревоги терапевта и профессиональные сомнения, отношение к видеотерапии и готовность работать так в будущем) показал, что для большинства терапевтов, несмотря на некоторую тревогу и сомнения, рабочий альянс и отношения чувствуются как достаточно хорошие. Отмечается, что высокая оценка контакта дается даже теми терапевтами, которые чувствуют себя менее связанными с клиентами по сравнению с очным форматом, при этом женщины выше оценивают рабочий альянс, чем мужчины, американские психологи – выше, чем европейские. Отдельный интерес представляют те данные, которые показывают, что специальная подготовка к переходу в онлайн-формат (подготовка специального информированного согласия, обсуждения с коллегами, вебинары, супервизии, подготовка клиентов к переходу в онлайн-режим работы) оказывается связанной с более высокой оценкой терапевтами контакта (Doorn et al., 2020). Исследование аналитических терапевтов об их опыте перехода в онлайн-терапию показывает, что большинство из них чувствуют себя столь же уверенными и компетентными, как и ранее в офлайн-формате. Более того, несмотря на технические сложности, они чувствуют себя так же связанными эмоционально с клиентами и аутентичными (Békés et al., 2020). Нам было интересно определить, какие особенности (ключевые темы) работы в онлайн-формате будут выделять практические психологи в период карантина в связи с пандемией.

Участниками исследования стали 69 практикующих психологов (62 женщины и 7 мужчин) в возрасте от 24 до 73 лет (средний возраст – 42 года). Средний стаж работы – 10,5 лет. Онлайн-опрос проводился с 12 по 26 июня 2020 г. через соцсети. Перечень психотерапевтических модальностей респондентов: системная семейная психотерапия – 32 человека, психодинамический подход – 17 человек, гештальт-терапия – 8 человек, другое – 8 человек. Специальное образование для работы в онлайн-формате имеют 4 человека.

Предлагалось ответить на следующие вопросы:

1. В каком формате вы работали с клиентами в период карантина?
2. Как в целом вы можете описать впечатления о специфике работы с клиентами в период карантина? Что для вас оказалось глав-

ным в этом опыте? (Одно-два предложения или более развернутый ответ, на ваше усмотрение.)

3. Изменилась ли ваша нагрузка по часам консультаций в неделю в период карантина?
4. Были ли у вас кейсы, когда клиент отказался продолжать (начинать) работать из-за онлайн-формата приема?
5. Оцените клиентскую активность в период карантина, выбрав один из вариантов: ко мне продолжили ходить те же самые клиенты, что и до карантина, в период карантина пришли новые клиенты, верны оба утверждения.
6. Выберите из перечисленных ниже вариантов наиболее часто встречающиеся в период карантина запросы к вам как к специалисту: детско-родительские отношения, супружеская терапия, индивидуальная работа, отношения с друзьями/коллегами, отношения с родственниками, другое.
7. Как вы считаете, произошли ли изменения в запросах клиентов?
8. Отметьте варианты содержания первичных жалоб клиентов в период карантина: тревога, депрессивные состояния, физиологическая возбудимость, нарушения сна, страшные сны, страх заразиться, страх за здоровье близких, диссоциативные реакции, избегающее поведение, снижение интереса в ранее значимой деятельности, чувство отстраненности от других, неспособность переживать положительные эмоции, трудности с концентрацией внимания, фобические реакции, нарушения коммуникации между членами семьи, насилие со стороны партнера, конфликты в паре, агрессивное поведение детей, агрессия на детей со стороны обращающегося, другое.
9. Если клиенты в период карантина касались темы пандемии, то запросы касались: переживаний в связи с ухудшениями экономических условий жизни (потеря работы, сокращение заработной платы), переживаний в связи с изменениями в организации ежедневной жизни, беспокойства в связи с новостями о пандемии, страха заразиться коронавирусом, сложностей в отношениях (напряжение, изолированность, возросшая дистанция), сложностей в перераспределении ролей в семье в связи с изоляцией, другого.
10. Возникла ли у вас необходимость овладеть какими-то новыми профессиональными навыками после введения карантина (тех-

нические навыки, способ организации работы, построение процесса психотерапевтической беседы и т. п.)?

11. Есть ли у вас планы пройти специальное обучение онлайн-работе с клиентами?
12. Планируете ли вы увеличить в будущем объем онлайн-работы (по сравнению с вашей практикой онлайн-консультирования до введения карантина)?

Первый блок полученных нами данных касается оценки *количества запросов* в период карантина в связи с пандемией. Ответы на вопрос «Изменилась ли ваша нагрузка по часам консультаций в неделю в период карантина?» распределились следующим образом: 36% — да, снизилась, 31% — да, увеличилась, 33% — нет, осталась прежней. Эти данные показывают, что у 64% респондентов нагрузка либо осталась прежней, либо увеличилась. При этом в каждой из трех подгрупп большинство респондентов указывали на наличие первичных запросов. В целом, оценивая клиентскую активность в период карантина, 65,2% указали, что у них появились новые клиенты, а те, кто работал ранее, продолжили сессии; у 24,6% психотерапевтов не появилось новых клиентов, но они продолжали работать с имеющейся клиентской базой. Таким образом, даже при снижении рабочей нагрузки психотерапевты указывают на приток новых клиентов, что свидетельствует о клиентской активности в период пандемии, но не позволяет сделать заключение о ее росте по сравнению с периодом до карантина.

Отдельный интерес представляют данные о том, что у 77% опрошенных психотерапевтов в практике встречались случаи отказа клиента продолжать (начинать) работать из-за онлайн-формата. Эти данные могут свидетельствовать о некотором перераспределении в клиентском секторе: часть клиентов, не готовых к онлайн-формату работы, ушли из процесса, но активизировалась доля клиентов, для которых дистанционная форма взаимодействия оказалась приемлемой.

Обратимся к анализу *содержания запросов*. Большинство терапевтов (78,26%) указали, что не видят изменений в запросах клиентов в период самоизоляции в связи с пандемией. Однако 21,74% все-таки считают, что содержание запросов отличалось. Среди специфических тем, которые затрагивали клиенты во время работы в период пандемии, терапевты отмечают: ухудшение экономических условий жизни (59,42%), переживания в связи с изменениями в организации

ежедневной жизни (56,52%), сложности отношений (47,82%), страх заразиться (30,43%), беспокойство в связи с сообщениями в СМИ по поводу пандемии (27,54%), перераспределение обязанностей в семье в связи с самоизоляцией (17,39%).

Первичные обращения клиентов, согласно полученным результатам, были связаны: с тревогой (78%), ростом психологического напряжения (52%), нарушениями коммуникации между членами семьи (49%), конфликтами в паре (42%), депрессивным состоянием (40,57%), страхом за здоровье близких (30%), нарушением сна (27,5%), страхом заразиться (27,5%), агрессией на детей (26%), трудностями концентрации внимания (23%), избегающим поведением (20%), агрессивным поведением детей (17%), чувством отстраненности от других (13%), неспособностью переживать положительные эмоции (12%), страшными снами (10%), фобическими реакциями (10%), диссоциациями (9%), насилием со стороны партнера (9%), физиологической возбудимостью (7%).

Дополнительно мы спрашивали о том, как в целом психотерапевты могут описать свои впечатления о специфике работы с клиентами в период карантина. В результате проведенного контент-анализа ответов была выделена одна из категорий, которая касалась особенностей содержания запросов. В частности, терапевты отмечали клиентскую тревогу, депрессию, обострение прежних проблем, конфликты в семье (в супружеской паре, в детско-родительских отношениях), динамику проявления психопатологических признаков (в начале карантина – снижение, к концу – рост).

Полученные результаты показывают, что содержание запросов клиентов во время пандемии соотносится с данными исследований психологических реакций населения на психотравмирующую ситуацию вирусной угрозы. Специфика запросов обусловлена многофакторностью стрессового воздействия COVID-19 (Быховец, Коган-Лернер, 2020). Действительно, стрессовыми факторами в данной ситуации являются потенциальная опасность заражения, информационное освещение событий в СМИ, изменения привычного уклада жизни и экономических условий.

Рассмотрим представления психотерапевтов о специфике их работы в период карантина в связи с пандемией. Контент-анализ ответов на открытый вопрос «Как в целом вы можете описать впечатления о специфике работы с клиентами в период карантина? Что для вас

оказалось главным в этом опыте?» позволили выделить следующие категории: клиентские запросы, трудности в работе, новые возможности и опыт, отсутствие изменений в работе (см. таблицу 1).

Представленные в таблице 1 данные отражают картину того, что психотерапия в процессе резкого перехода в онлайн-формат работы в связи с пандемией столкнулась с естественным кризисом и процессом адаптации к нему. Хотя часть специалистов отмечает, что ситуация с распространением COVID-19 не затронула их профессиональную сферу (18,84%), большинство опрошенных психотерапевтов (81,14%) определяют эту ситуацию как связанную со значительными изменениями: отмечают трудности в работе, появление новых возможностей и приобретение нового опыта, изменение характера клиентских запросов. Среди этой подгруппы есть те, кто видит данные изменения через призму трудностей (40,57%), и те, для кого это стало временем новых возможностей (21,73%).

Среди *трудностей* чаще всего указываются сложности поддержания и установления контакта, рост эмоционального напряжения, усталость психолога, особенности сеттинга при онлайн-формате. Тема сложности установления и поддержания контакта при работе онлайн и сомнений психологов в собственной эффективности при переходе в новый формат оказывается в фокусе разных исследований. Так, например, И. Г. Скотникова с соавт. на выборке психологов и студентов психологических факультетов в период эпидемии и самоизоляции получила результаты о высоком уровне тревожности респондентов (48%), об оценке своих действий как неэффективных (особенно среди тех, кто потерял работу или чья работа стала существенно менее удобной и продуктивной), о низких показателях гибкости (41%), которая необходима при переходе в новый формат работы и приспособлении к изменениям (Скотникова и др., 2020). При этом необходимо отметить, что, судя по данным исследований, сами клиенты смотрят на онлайн-психотерапию более позитивно (Doorn et al., 2020; Ruwaard et al., 2009).

Среди *новых возможностей*, которые позволила попробовать дистанционная работа, респонденты отмечают так называемые «бонусы» как для клиента, так и для терапевта. Например, на полюсе терапевта это переосмысление границ своей ответственности, использование техник работы с кризисными состояниями в онлайн-формате, выработка новых сценариев организации практики (сочетание оч-

Таблица 1

Представленность категорий ответов на вопрос
«Как в целом вы можете описать впечатления о специфике работы
с клиентами в период карантина?»

Что для вас оказалось главным в этом опыте?» (n = 69)

Название категории	% респондентов	Примеры ответов
Трудности в работе	40,57	<p><i>Большее напряжение, связанное с особенностями контакта: отсутствие полной телесной представленности, изменение тонастройки, другой ритм в разговоре. Размышление об удобстве, безопасности и конфиденциальности.</i></p> <p><i>Сложным оказалось не столько перевести очных клиентов в онлайн-формат, сколько организовать собственную недоступность для семьи, когда они за дверью</i></p>
Новые возможности	21,73	<p><i>Оказалось для меня возможным начать в карантин проводить небольшие группы в формате самоисследования; была удивлена, насколько мне легче консультировать онлайн, чем оффлайн (как будто меньше находится в фокусе восприятия – и меньше устаю физически).</i></p> <ol style="list-style-type: none"><i>1. Онлайн-работа вполне возможна и при определенных усилиях не уступает в эффективности очным встречам.</i><i>2. Работа с парами, особенно с эскалированными, в онлайн-формате сопряжена с определенными трудностями, которые бывает непросто преодолеть.</i><i>3. Онлайн-работа требует отдельных навыков, и период карантина стал отличной возможностью их обрести и потренировать</i>
Клиентские запросы	18,84	<p><i>В целом у клиентов повысилась тревога, вызванная пандемией. Никто не выражал страха заболеть, но жаловались на ограничения или «заражение» общей тревогой...</i></p> <p><i>Пожалуй, обратила на себя внимание однотипность запросов: основном обращались клиенты с подавленностью, растерянностью, угнетенностью или с агрессией и раздражением</i></p>
Отсутствие изменений в работе	18,84	<p><i>Для меня мало что изменилось: небольшой адаптационный период 1–2 недели, а дальше онлайн-прием мало отличался от очного.</i></p> <p><i>Не почувствовала разницы</i></p>

ной и онлайн-сессий), проверка собственной стрессоустойчивости в ситуации пандемии. На полюсе клиента – возможность проработать свои глубинные страхи, актуализированные переживаниями вирусной угрозы, безопасность домашней обстановки для самораскрытия, возможности отреагирования агрессии как реакции на угрожающую ситуацию.

Итак, обобщая весь массив полученных по этому вопросу данных, можно сделать заключение о том, что при размышлении о специфике работы в период пандемии психотерапевты выделяют разные составляющие этого опыта. В их ответах присутствовали описания:

- *особенностей клиентских запросов* в период пандемии;
- *собственного психологического состояния* (например, 25% опрошенных отмечали у себя тревогу, усталость, сложности адаптации);
- *особенностей психотерапевтического процесса* (так, о трудностях установления и поддержания контакта с клиентами при новой форме работы сообщили 19% респондентов; 22% оценили работу онлайн как не менее эффективную, чем офлайн; на «бонусы» ситуации перехода в онлайн-формат указали 17% опрошенных);
- *перспектив*, которые открылись в связи с новой ситуацией.

В целом можно говорить о том, что в процессе перехода к онлайн-формату работы у специалистов возникали технические сложности и общая тревога, напряженность, однако этот адаптационный период прошел успешно, что подтверждается в том числе высокой готовностью респондентов далее продолжать онлайн-практику. Несмотря на то, что специальное образование в сфере онлайн-психотерапии есть только у 5,7% опрошенных, большинство психотерапевтов не считает, что им необходима дополнительная подготовка в этой сфере (69,56%), при этом многие (46,38%) планируют увеличивать объем онлайн-работы.

Таким образом, в ситуации социальных ограничений, связанных с пандемией, мы оказались свидетелями резкого и тотального перехода психотерапевтической практики в дистанционный формат. В исследовании получены данные о том, что в секторе частной практики количество запросов в период карантина в связи с пандемией не снижается, а по данным литературы возрастает нагрузка скорее на специалистов кризисных центров. Результаты нашего

исследования также показывают, что содержание клиентских запросов в целом не изменилось, но указанные некоторыми респондентами особенности проблемных ситуаций содержательно коррелируют с данными исследований о психологических последствиях многофакторного воздействия переживания вирусной угрозы (тревога, депрессия, нарушения в межличностной коммуникации, психическая напряженность и пр.).

Изучение представлений психотерапевтов о специфике работы в период карантина в связи с пандемией показывают, что для большей части респондентов это был кризисный период, где они столкнулись с рядом трудностей (сложности поддержания и установления контакта, рост эмоционального напряжения, усталость, ограничения, накладываемые на сеттинг психотерапевтических встреч онлайн-форматом), а часть опрошенных видит в сложившейся ситуации время реализации новых возможностей как для клиента, так и для терапевта. Однако были и те психотерапевты, которые не отмечают каких-либо изменений в специфике работы в связи с переходом в онлайн-формат. Следует также отметить, что переход в онлайн-формат работы происходил на фоне переживаний неопределенности и тревоги в связи с вирусной угрозой, что, возможно, оказало дополнительное стрессовое воздействие на психотерапевтов в этой ситуации.

Описанные в работе представления психологов-практиков о специфике онлайн-формата работы, те трудности и возможности, с которыми они столкнулись, обрисовывают исследовательский интерес к проблемным областям, которые могут касаться оценки эффективности дистанционной психотерапии, особенностей построения контакта с клиентом в режиме онлайн, динамики психических состояний психотерапевта и пр.

Литература

- Быховец Ю. В.* Специфика вирусной угрозы как психотравмирующего стрессора // Человек в условиях глобальных рисков: социально-психологический анализ / Под ред. Т. А. Нестика, А. Л. Журавлева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 465–478.
- Быховец Ю. В., Коган-Лернер Л. Б.* Пандемия COVID-19 как многофакторная психотравмирующая ситуация // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 291–308.

- Герасимова А. А.* Анализ обращаемости на телефон неотложной психологической помощи в период пандемии и до нее // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2 (108). С. 109–119.
- Ениколопов С. Н., Бойко О. М., Медведева Т. И., Воронцова О. Ю., Казьмина О. Ю.* Динамика психологических реакций на начальном этапе пандемии COVID-19 // Психологическая газета. 2020. 28 апреля. URL: <https://psy.su/feed/8182> (дата обращения 05.11.2021).
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 47–83.
- Нефедова А.* Татьяна Москалькова: домашнее насилие участилось за время самоизоляции // РИА Новости. 2020. 5 мая. URL: <https://ria.ru/20200505/1570953246.html> (дата обращения: 15.10.2021).
- Скотникова И. Г., Егорова П. И., Огаркова Ю. Л., Жиганов Л. С.* Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии COVID-19 // Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 245–268.
- Сотни израильтянок вышли на митинги против насилия в отношении женщин // Утопия. 2020. 7 мая. URL: <https://mediautopia.ru/sotni-izrailtyanok-vyshli-na-mitingi-protiv-nasiliya-v-otnoshenii-zhenshhin> (дата обращения: 15.10.2021).
- Békés V., Doorn K. A., Prout T. A., Hoffman L.* Stretching the analytic frame: Analytic therapists' experiences with remote therapy during COVID-19 // Journal of the American Psychoanalytic Association. 2020. V. 68 (3). P. 437–446. doi: 10.1177/0003065120939298
- Doorn K. A., Békés V.* Grappling with our therapeutic relationship and professional self-doubt during COVID-19: will we use video therapy again? // Counselling Psychology Quarterly. 2020. doi: 10.1080/09515070.2020.1773404
- Humer E., Pieh C., Kuska M., Barke A., Doering B. K., Gossmann K., Trnka R., Meier Z., Kascakova N., Tavel P., Probst T.* Provision of psychotherapy during the COVID-19 pandemic among Czech, German and Slovak psychotherapists // The International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020. V. 17 (13). doi: 10.3390/ijerph17134811
- Mamun M. M., Ullah I.* COVID-19 suicides in Pakistan, dying off not COVID-19 fear but poverty? – The forthcoming economic challenges for a developing country // Brain, Behavior and Immunity. 2020. V. 87. P. 163–166. doi: 10.1016/j.bbi.2020.05.028

- Newby J., O'Moore K., Tang S., Christensen H., Faasse K.* Acute mental health responses during the COVID-19 pandemic in Australia // *PLoS One*. 2020. V. 15 (7). e0236562. doi: 10.1371/journal.pone.0236562
- Ozamiz N., Mondragon N. I., Santamaria M. D., Gorrotxategi M. P.* Psychological symptoms during the two stages of lockdown in response to the COVID-19 outbreak: an investigation in a sample of citizens in Northern Spain // *Frontiers in Psychology*. 2020. V. 11. doi: 10.3389/fpsyg.2020.01491
- Ruwaard J., Schrieken B., Schrijver M., Broeksteeg J., Dekker J., Vermeulen H., Lange A.* Standardized web-based cognitive behavioral therapy of mild to moderate depression: A randomized controlled trial with a long-term follow-up // *Cognitive Behavioral Therapy*. 2009. V. 38 (4). P. 206–221.
- Wang Y., McKee M., Torbica A., Stuckler D.* Systematic literature review on the spread of health-related misinformation on social media // *Social Science and Medicine*. 2019. V. 240. doi: 10.1016/j.socscimed.2019.112552

Факторы и характеристики отношения клиентов психолога к онлайн-консультированию на фоне пандемии COVID-19

А. Е. Воробьева, С. И. Скипор

doi: 10.38098/fund_21_0442_12

Пандемия COVID-19 негативным образом повлияла на психологическое благополучие людей, обусловив увеличение количества обращений за психологической помощью к специалистам в области психического здоровья (Крахмалева, Кузьмина, Ермолова, 2020; Kumar, Nayar, 2020; Wang et. al., 2020). Основными проблемами клиентов во время всеобщей самоизоляции стали вопросы преодоления тревожности на фоне неопределенности, формирования новых способов и стратегий поведения в изменившемся мире (Ефремова, 2020). Социальное дистанцирование, различные ограничения и опасения за свои жизнь и здоровье драматическим образом сказались на ментальном здоровье людей: крайне высокие значения тревоги, участвовавшие эпизоды депрессии и расстройств адаптации — далеко не полный перечень проблем, с которыми столкнулось население всего мира в последнее время (Galea, Merchant, Lurie, 2020). Подобные проблемы требуют безотлагательной помощи, особенно в отношении уязвимых категорий населения, которые могут страдать от последствий психологического стресса особенно серьезно (Емельянова, Шакиров, Толмачев, 2020).

В такой ситуации на первый план в качестве помощи выходят дистанционные методы консультирования. Несмотря на то, что психотерапия посредством дистанционных каналов еще не прочно вошла в обиход психологов (Иванов, Николаев, 2017), во время пандемии онлайн-консультирование становится одним из главных способов проведения сессий (Емельянова, 2020). Часть клиентов успешно пе-

1 Статья подготовлена по Госзаданию № 0138-2021-0010.

реходит на такой вид терапии, не испытывая существенных затруднений и сложностей, однако существует немалое количество индивидов, сталкивающихся при этом с целым рядом проблем (Лаврова, Куминская, 2020).

Таким образом, *целью* нашего исследования стало выявление факторов перехода клиентов на интернет-консультирование и их адаптации к подобному формату работы на фоне пандемии коронавируса. В качестве *общей гипотезы* мы выдвинули предположение о том, что существует два ключевых фактора готовности клиента переходить на онлайн-консультирование во время пандемии и успешности адаптации к нему: инновационные качества клиента и стаж его работы с психологом.

Инновативные качества связаны с открытостью новому опыту и вероятностью использования индивидом новых подходов и инноваций (Терехова, Попов, 2015). Ввиду этого нашей *первой частной гипотезой* стало предположение о том, что инновационные качества клиента связаны с его согласием или не согласием консультироваться в онлайн-формате во время всеобщей самоизоляции. Более того, инновативность личности как ее интегральная характеристика включает в себя способности нестандартно подходить к решению новых задач и не бояться рисковать и готовность внедрять инновации (Лебедева, Татарко, 2009; Терехова, Попов, 2015) и может являться предиктором различного опыта онлайн-консультирования. Соответственно, нашей второй частной *гипотезой* является предположение о том, что инновационные качества клиентов были связаны с их опытом встречи со сложностями во время интернет-консультирования.

Одним из важнейших факторов успешного психологического консультирования и офлайн, и онлайн является хороший альянс между психологом и клиентом (Лаврова, Куминская, 2020). Благодаря ему консультативный процесс проходит успешнее, а с течением времени такой контакт имеет тенденцию углубляться и усиливаться (Fitzpatrick, Iwakabe, Stalikas, 2005). В связи с этим мы выдвигаем *третью частную гипотезу* о том, что стаж работы клиента с психологом предсказывает согласие первого переходить на новые формы работы, в частности, онлайн, а также обуславливает более низкую частоту испытываемых клиентом сложностей в процессе онлайн-консультирования (*четвертая частная гипотеза*).

Исследование клиентов психологов проводилось летом 2020 г. посредством онлайн-опросника в Google forms. Оно было анонимным и добровольным, материальное или иное вознаграждение за прохождение опроса респондентам не предлагалось. Мы просили откликнуться клиентов психологов, которые посещают психолога в настоящий момент или недавно завершили/приостановили консультирование (не ранее, чем за два месяца до момента исследования).

В исследовании приняло участие 410 клиентов психологов, проживающих на территории Российской Федерации.

Базами сбора ответов респондентов стали сервис онлайн-занятий с психологами Zigmund. Online и онлайн-сервис для предоставления психологических услуг и дистанционных тренингов «BrainBild». Опрос проводился также при информационной поддержке магазина «Психологическая книга».

Клиенты заполняли авторскую анкету, которая включала в себя вопросы о собственном опыте интернет-консультирования до и во время пандемии коронавируса, об отношении к подобному формату работы, о трудностях онлайн-консультирования и о возможностях улучшения данного процесса, которые определяют для себя респонденты. Для изучения инновационных качеств клиентов использовалась «Методика исследования отношения личности к инновациям» (Лебедева, Татарко, 2009). Она состоит из двенадцати утверждений-характеристик человека, с которыми респонденту необходимо соотнести себя путем выбора ответов «совсем не похож на меня», «мало похож на меня», «немного похож на меня», «похож на меня», «очень похож на меня». Каждое утверждение может относиться к одной из трех шкал: «Креативность», «Риск ради успеха», «Ориентация на будущее». По ключу считается среднее арифметическое каждой шкалы и общего индекса инновативности личности (среднее арифметическое трех шкал). Полученные значения могут варьировать от 1 до 5.

Мы получили следующие результаты. Выяснилось, что большая часть клиентов (84,6%) консультировалась у психолога онлайн на момент исследования. Около 75% из них работали с психологом до трех месяцев включительно, порядка 13% – от трех до шести месяцев, примерно 12% посещали психолога уже более шести месяцев.

Примечательно, что большинство опрошенных занималось со своим психологом онлайн (частично или полностью) еще до пан-

демии (86,6%). Ответы клиентов о том, предлагал ли их психолог перейти на интернет-консультирование в связи со сложившейся эпидемиологической обстановкой, разделились: порядка 54% опрошенных такого предложения сделано не было, а около 46% клиентов психолог выдвинул такое предложение. Из тех, кому был предложен вариант перейти с очного формата на онлайн, 68,5% согласились. Оставшиеся 31,4% опрошенных отказались ввиду следующих причин: 1) неудобство онлайн-занятий с точки зрения организации сессий (44,4%), 2) предпочтение личного общения виртуальному (44,4%), 3) падение уровня доходов в связи с пандемией (11,1%).

Те же, кто перешел на онлайн-консультирование с очного, в основном отмечали, что качество консультативного процесса не изменилось (69%) или даже стало лучше (9%), но при этом около 22% клиентов указали на ухудшение качества консультирования в онлайн-формате. Порядка 76% опрошенных нами клиентов не столкнулись со специфическими проблемами интернет-консультирования, почти четверть клиентов (24%) сообщили о таких сложностях.

Далее мы уточнили у клиентов, с какими именно проблемами они сталкиваются в процессе онлайн-консультирования. Полученные ответы были объединены в категории, которые представлены в таблице 1.

Как видно, основные проблемы клиентов с онлайн-консультированием связаны либо с техническими неполадками (43,6%), либо со снижением качества контакта и уровня близости с психологом (18,1%). Фактически, подобный опыт клиентов так или иначе относится к самому онлайн-формату, ведь любое взаимодействие с помощью технических приспособлений сопровождается периодическими техническими трудностями и ограничениями вследствие несовершенства техники. В свою очередь, запаздывание картинки и/или звука, прерывание связи во время сессии вероятно приводят к ощущению у клиента потери контакта с психологом. В то же время часть клиентов (20%) указали, что испытывает технические сложности «иногда», 3% отмечали такие сложности всего единожды и 3% не придают им существенного значения.

Клиенты также ожидаемо сообщили о сложностях с организацией сеансов (14,8%), что в свою очередь было связано с проблемами конфиденциальности и безопасности, с отсутствием подходящих условий для комфортной сессии. Клиенты беспокоились о том, что во вре-

мя сеанса их могут услышать домочадцы: *«Пока я работаю удаленно, я могу консультироваться в свой обеденный перерыв, так как дома никого нет. Но я не уверен, что смогу продолжить консультации, когда выйду в офис, так как вечером вся семья будет возвращаться домой, а из отдельной комнаты меня все равно немного слышно»*. Небольшая часть клиентов (2,7%) была обеспокоена вопросами кибербезопасности, — например: *«Страх, что за кадром кто-то еще или что эта запись попадет в Интернет»*.

Часть клиентов также упомянула о неудобствах онлайн-консультирования, связанных с отсутствием психолога рядом физически (8%) и со сложностями в эмоциональном аспекте (7,4%). Данные результаты не совпадают с мнением некоторых авторов о том, что онлайн-сессии приводят к снижению напряженности клиента из-за его нахождения в привычной для себя обстановке (Лейнова, 2019). Можно предположить, что снижение или повышение напряженности у клиента при работе онлайн связано со спецификой его запроса и с личностными особенностями, поэтому на разных выборках наблюдаются разные эффекты. Таким образом, в дальнейших исследованиях имеет смысл дополнительно контролировать эти переменные.

Среди прочего респонденты высказали ряд претензий к психологам (4,7% клиентов). Часть сложностей была связана непосредственно со спецификой онлайн-консультирования: *«Психолог был недоволен появлением в помещении моего парня, хотя мы живем вместе и я не против того, чтобы он эпизодически находился рядом в момент консультации»*; *«Невнимание психолога, не всегда смотрение в камеру»*. Некоторые же трудности, отмеченные респондентами, носили общий характер безотносительно дистанционного формата: *«Недопонимания, связанные с деньгами и поведением психолога»*; *«Мы договорились, что месяц психолог будет меня хвалить на каждом занятии, но мне показалось, что она не выполняет договоренность»*. Хотелось бы отметить, что в процессе видеосвязи направление взгляда в камеру, вероятно, рассматривается собеседником как важный показатель внимания к нему. В таком случае, если во время сессии психолог меняет направление своего взгляда, это может восприниматься клиентом как факт его отвлечения от процесса консультирования. Вместе с тем, длительная фиксация взгляда в направлении веб-камеры вызывает зрительное утомление, которое является нехарактерным для визуального контакта между психологом и клиентом во время тради-

Таблица 1

Сложности онлайн-консультирования у опрошенных клиентов

Категории (в %)	Примеры высказываний респондентов
Технические сложности (43,6)	<i>Иногда прерывается связь или бывает плохо слышно, и приходится прилагать доп. усилия, чтобы прислушаться. Проблемы исключительно технические. Плюс были небольшие подвисания из-за плохого соединения, складывалось ощущение, что разговариваю с ноутом</i>
Снижение качества контакта, коммуникации, уровня близости с психологом (18,1)	<i>Нет такого контакта, как при очных встречах. Как-то безлико и далеко. Сложность коммуницирования, невозможность перебить или своевременно задать вопрос</i>
Организация сессии (14,8)	<i>Сложно найти уединенное место, если живешь не один. Если уходить куда-нибудь, т.е. вероятность разрядки ноутбука. Всё это вызывает дополнительную тревожность, возможно, мешает полностью открыться</i>
Отсутствие физического контакта (8)	<i>Это скорее не проблема, а факт: проще, когда ты плачешь, чтобы физически человек присутствовал рядом, а не онлайн</i>
Эмоциональные сложности/дискомфорт (7,4)	<i>Невозможность расслабиться перед экраном</i>
Сложности с психологом (4,7)	<i>Невнимание психолога (не смотрит в камеру и т.д.)</i>
Другое (3,4)	<i>Мне немного не хватает телесно ориентированных заданий... Нарушения слуха приносят существенный дискомфорт при разговоре онлайн.</i>

ционных, очных сеансов. Таким образом, перед терапевтом встает задача поиска баланса между поддержанием длительного и качественного визуального контакта с клиентом по видеосвязи и недопущением излишнего зрительного утомления (а следовательно, снижения своей работоспособности) при онлайн-консультировании.

Далее мы спрашивали у клиентов их мнение о том, что можно было бы предпринять для улучшения процесса онлайн-консультирования (см. таблицу 2). Треть респондентов ожидаемо ответила, что лучшим способом усовершенствовать онлайн-сессии была бы работа над улучшением программного обеспечения или приложений, связанных с онлайн-консультированием. Значительная часть кли-

Раздел 2

Таблица 2

Ответы клиентов на вопрос «Что может улучшить процесс интернет-консультирования» (в %)

Категории	Примеры высказываний респондентов
<p>Новые программное обеспечение или платформа (30,5) Создание своего приложения/сервиса (36,9) Смена платформы (29,2) Интерактивность (29,2) Личный кабинет (4,6)</p>	<p><i>Создать специальный сайт/сервис, через который будет проходить консультирование.</i></p> <p><i>Мне бы удобнее созваниваться с психологом в Zoom или Facetime. А не в устаревшем Skype.</i></p> <p><i>Online/web, интерактив, чтоб было удобней и не нужно было тратить время на поиски материалов, необходимых вещей для упражнений.</i></p> <p><i>Хочется иметь полноценный личный кабинет</i></p>
<p>Непосредственно процесс работы с психологом (21,6) Время/расписание (37) Сессии (32,6) Комбинирование с очными занятиями (10,9) Тестирование/анкетирование (10,9) Переключение на рабочий лад (4,3) Коммуникация с психологом между сеансами (4,3)</p>	<p><i>Увеличить время консультации, нужно больше времени для установления связи, особенно если качество связи по каким-то причинам не очень.</i></p> <p><i>Возможно оговаривать формат видео. Поскольку видно только то, что я хочу показать, не всегда понятно, как на самом деле обстоят дела. Например, я могу выражать эмоции не лицом, а телом, и это не будет видно психологу. Или, наоборот, в кадре может быть слишком много всего и детали сложно будет различить.</i></p> <p><i>Добавить очные сессии, типа контрольных точек.</i></p> <p><i>Какие-нибудь цифровые тесты/задания вне онлайн-консультации, чтобы компенсировать меньшую вовлеченность при онлайн-сессиях.</i></p> <p><i>Начинать занятие с переключения на рабочий лад с домашней атмосферы.</i></p> <p><i>Дополнительная услуга: быть на связи между сеансами. По ограниченному количеству запросов, так как это тоже время психолога</i></p>
<p>Связь (14,6)</p>	<p><i>Обеспечить высокое качество связи с обеих сторон, чтобы психологу были доступны все мимические реакции клиента</i></p>
<p>Технологии (11,7)</p>	<p><i>Улучшение технологий, связанных с видеосвязью, шумоподавлением и т. д.</i></p>
<p>Другое (6,1) Цена (53,8) Безопасность (23,1) Иное (23,1)</p>	<p><i>...возможно, стоимость может быть меньше, чем при офлайн (всё же связь не такая, как при личной встрече, плюс у терапевта нет временных и денежных затрат, связанных с дорогой).</i></p> <p><i>Защита прав клиентов (хранение данных, использование их третьей стороной и т. д.).</i></p> <p><i>Каждому человеку отдельное жилье</i></p>

Продолжение таблицы 2

Памятки, предварительная подготовка к онлайн-сессии (5,6)	<i>Было бы здорово предлагать клиентам памятки о том, как подготовиться к занятию. Вроде «найдите уединенное место, убедитесь, что вас не побеспокоят» и т. д.</i>
Пожелания к платформам подбора психологов (5,6) Подбор/выбор психолога (33,3) Процесс консультирования (33,3) Клиентоориентированность (33,3)	<i>Рейтинги психологов, специализации. Напоминания о консультации за сутки и за час. Периодически запрашивать у пациентов оценку консультаций, уведомить в мессенджере, что платеж будет обработан, и моментально выдавать чек о платеже через мессенджер</i>
Пожелания к психологам (4,2)	<i>Психологу – представляться и сообщать о том, как может идти процесс, в какие моменты может возникнуть дискомфорт и что с этим делать</i>

ентов (36,9%) считала, что лучшим решением станет создать новый сайт или специальный сервис/приложение для целей интернет-консультирования (например, «Сделать отдельное веб-приложение с уютным дизайном. „Скайп“, „Зум“¹ и другие инструменты уж очень ассоциируются с созвонами по работе»; «Онлайн-платформу, не „Скайп“, а именно платформу через Интернет, где ты не привязан к каким-то приложениям»; «Нужна единая удобная платформа для поиска психологов по критериям и проведения консультаций прямо на платформе»).

Почти 30% респондентов указали, что им хотелось бы добавить интерактива в консультативный процесс (геймифицировать его): «Ставить письменные цели и итоги терапии, иметь собственный профиль на сайте (где можно ставить цели терапии, фиксировать успехи), к которому есть доступ и у терапевта, чтобы качественно прорабатывать запросы»; «Разработать единую платформу, как, например, в „Скайэнге“²»; «Сделать интерактивную платформу с заданиями».

Примерно такое же количество клиентов предложило просто сменить приложение для связи: «Не полагаться на „Скайп“, пробовать использовать другие программы для видеосвязи»; «Я бы выбрала

1 Skype – одна из привычных и массово используемых программ для видеозвонков. Zoom – платформа для видеоконференций, популярность которой резко возросла в период пандемии COVID-19.

2 Здесь имеется в виду российская онлайн-школа английского языка «Skyeng».

более современную программу для онлайн-звонков. „Дискорд“¹ или „Зум“ дают более высокое качество связи, чем „Скайп“»; «Возможно, снабдить всех сотрудников платным зум-аккаунтом, чтобы они могли звонить своим клиентам и получать более качественный процесс коммуникации. Имею в виду: чтобы консультация проводилась не в „Скайпе“, а в „Зуме“». Некоторые респонденты (4,6%) уточнили, что хотели бы иметь свой личный кабинет («Был бы удобен личный кабинет, где в одном месте было бы и расписание, и информация об оплатах, и все материалы для работы, переданные психологом»).

Вопросы улучшения качества связи и технологий передачи изображения и звука также довольно часто упоминались клиентами (14,6% и 11,7% соответственно), что соотносится с указанными респондентами ранее сложностями онлайн-консультирования. Такое частое упоминание новых технологий и желание расширить репертуар программного обеспечения для онлайн-консультирования, внедрения современных решений в процесс онлайн-консультирования могут быть связаны с возрастом опрошенных клиентов. Мы не собирали информацию о возрасте клиентов, однако исследования некоторых авторов, показывающие, что зачастую клиентами психолога в онлайн-формате становится молодежь (Иванов, Лазарева, 2019), позволяют нам предположить, что наша выборка также состояла преимущественно из клиентов молодого возраста.

Чуть более 20% респондентов указали возможные варианты улучшений, относящиеся непосредственно к самому процессу консультирования. Чаще всего они предлагали увеличить время консультаций, «добавить бесплатное время для нахождения контакта» с новым психологом или добавить «возможность продлевать время занятия во время самого занятия с дополнительной оплатой».

Интересными представляются варианты улучшений, связанных с самими консультациями. Так, респонденты предлагали дополнять видеовстречи текстовой перепиской с психологом, получать больше практических упражнений и заданий, оговаривать настройку видеоизображения (например, ракурс камеры). Также клиентам важно получать и давать обратную связь по процессу консультирования (например, «каждое занятие начинать с вопросов, все ли хорошо

1 Discord – бесплатный мессенджер с поддержкой видеосвязи (до пандемии COVID-19 был популярен преимущественно среди игроков в многопользовательские онлайн-игры).

и нравится ли работа»; «выявлять какие-либо проблемы и отмечать, были ли они проработаны до конца на консультациях или еще не закончены»). Один из клиентов отметил, что ему бы хотелось получать «записи психологов с занятия в pdf-формате».

Примечательно, что в качестве способов улучшения интернет-консультирования некоторые респонденты отметили возможность иногда встречаться с психологом очно, контактировать с ним между сессиями и внедрять в практику некие ритуалы для переключения на рабочий лад. Данные предложения могут быть связаны с низкой вовлеченностью таких клиентов в консультативный процесс, что является не редкостью при дистантном консультировании, так как перцептивный компонент контакта «консультант—клиент» мало представлен (Климушко, 2019), что в свою очередь может обуславливать сложность консультирования из дома.

Более того, факт, что некоторым клиентам не хватало физического присутствия психолога рядом, мог в том числе повлиять и на их желание улучшить технологии, платформы-посредники, посредством которых происходит общение с психологом онлайн, а также на их предложения периодически встречаться с психологом очно между онлайн-сессиями.

Известно, что феномен «присутствия» и качественный контакт «психолог—клиент» в онлайн-консультировании зависят в том числе и от степени реализма и погруженности, которые обеспечивает программа, на базе которой происходит общение (Постников, 2012). Таким образом, при качественном контакте онлайн создается ощущение, что клиент и психолог находятся в одном общем виртуальном пространстве. Интерфейс программы в таком случае становится важной составляющей того, как именно клиентом и психологом воспринимается это общее пространство: безопасным, «теплым» или опасным, отстраненным. Соответственно, желание клиентов улучшить технологии связи со своим психологом справедливо продиктовано возможно неосознаваемой потребностью улучшить качество контакта и «присутствия».

То же можно сказать и о предложении ряда клиентов видаться с психологом офлайн: вероятно, таким клиентам помимо их собственной вовлеченности в процесс не хватает «глубины» и «теплоты» общего с психологом виртуального пространства. Связаны ли между собой данные факторы — вовлеченность клиента и его удовлетво-

ренность общим виртуальным пространством с психологом, — исследователям еще предстоит выяснить.

Также стоит отметить, что клиенты предлагали снизить цену на онлайн-консультирование, проработать вопросы кибербезопасности и расширить услуги платформ по подбору психологов (где мы в том числе собирали ответы). Любопытно, что среди прочего респонденты (5,6%) указали на потребность в различного рода памятках, предварительном обучении для комфортного онлайн-консультирования: *«Иметь свод правил проведения онлайн консультаций»*; *«Памятка, что делать, если связь обрывается, и т. д.»*; *«Предложить поддержку, чтобы выбрать наиболее удобную онлайн-платформу и научиться ей пользоваться»*. Это может говорить о том, что даже перешедшие на онлайн-консультирование клиенты не всегда обладают необходимыми знаниями этических и технических правил, а также особенностей дистанционного консультирования. На данные результаты также мог влиять небольшой стаж консультирования большинства опрошенных клиентов, а также факт обращения к психологу впервые, ведь, по исследованиям некоторых авторов, нередко клиент онлайн-психолога обращается к подобному специалисту в первый раз (Иванов, Лазарева, 2019).

Отдельно хотелось бы обсудить ответы клиентов, считающих, что интернет-консультирование может быть улучшено при помощи действий или поведения самого практикующего психолога (4,2%). Чуть более 22% из данной группы респондентов указали, что хотели бы улучшения экспертности онлайн-консультирования среди психологов. Клиентам хотелось бы, чтобы психологи были более осведомлены о технических возможностях онлайн-консультирования, знали больше программ для проведения сессий и внедряли больше технических новшеств в процесс консультирования. Это в некоторой степени противоречит мнению некоторых исследователей о том, что для успешного процесса психотерапии психологу необязательно владеть широким набором технологических инструментов (например: Overholser, 2012).

Респонденты (около 22%) выказали желание более изолированного от посторонних звуков рабочего места психолога (например, *«Хорошо, если у психолога есть изолированное рабочее место, тогда звуки личной жизни не будут нарушать атмосферу во время сеанса»*).

Порядка 22% респондентов обозначили необходимость психологу больше фокусироваться на клиенте во время видеосеанса и самому активнее жестикулировать. Данное пожелание, вероятно, связано с феноменом некоторого снижения качества контакта во время онлайн-общения, которое нередко отмечали и опрошенные нами клиенты в ответах на вопрос о сложностях интернет-консультирования, и исследователи в своих работах (Меновщиков, 2010).

Представляется важным отметить следующую особенность: на наш взгляд, некоторые клиенты воспринимают консультативный процесс как образовательный. Если говорить точнее, то клиенты, судя по их ответам, зачастую относятся к консультирующему психологу как к репетитору и хотят соответствующих услуг и организации процесса. Так, более 6% опрошенных клиентов, говоря о консультативных сессиях, писали «занятие», а еще 2,7% респондентов отмечали важность «заданий» в работе с психологом. Часть клиентов указывала, что им бы хотелось «*ввести интерактивную доску (фиксация основных моментов консультирования, запись д/з)*», по аналогии с досками для занятий в школе, университете. Более того, в качестве создания прообраза отдельной платформы для сессий с психологами или расширения интерактивных возможностей во время консультирования клиенты зачастую указывали сервис онлайн-занятий английским языком с репетиторами Skyeng, который известен разнообразными диджитал-подходами к урокам (интерактивность платформы, возможность заниматься с мобильного приложения, геймификация занятий и т. д.).

Дополнительно, клиенты, указывая на свое желание улучшить алгоритмы и процесс подбора психолога на специальных платформах, вероятно, ожидают, что администраторы сервиса или сайта возьмут на себя функции некоего посредника, специалиста, который поможет подобрать «правильного» и «подходящего» данному клиенту психолога. В пользу данного аргумента говорят ответы некоторых респондентов на вопрос о том, что можно было бы улучшить в онлайн-консультировании: «*Подбор психологов в онлайн-сервисах с учетом временной разницы (например, мой Психолог из Новосибирска, я из Москвы – разница в четыре часа усложняет планирование сеансов на удобное обоим время)*»; «*Лучший подбор специалистов*»; «*Больше выбора специалистов*». Также данная точка зрения поддерживается ответами клиентов, которые хотели бы увидеть на подоб-

ных сайтах отзывы других клиентов и рейтинги психологов. Несмотря на то, что среднестатистический клиент психолога до конца не уверен, как относиться к отзывам на психолога, он все же хотел бы иметь к ним доступ и иметь возможность ознакомиться с ними (Воробьева, Скипор, 2020; Ключева, Павлова, 2020).

Можно сделать вывод о том, что клиенты психологов, с одной стороны, хотят отдать подбор психолога на откуп специальным сервисам, а с другой — имеют желание проверять информацию и отзывы о психологе самостоятельно, чтобы составить о нем свое впечатление заранее. При этом они, скорее всего, ожидают, что сервис будет выступать организатором процесса консультирования, а также посредником между психологом и клиентом, в том числе при разрешении конфликтных или спорных ситуаций между ними.

Вышеописанное напоминает нам о некоторых современных сервисах подбора репетиторов, которые на своем сайте размещают анкету преподавателей с указанием их специализации и отзывами учеников. Потенциальный ученик оставляет заявку на подобном сайте, ему перезванивает специалист, который выясняет пожелания и требования к репетитору со стороны ученика. Далее специалист сервиса предлагает обратившемуся клиенту подходящие варианты репетиторов и их контакты для связи. На протяжении всего образовательного процесса специалист платформы собирает обратную связь от учеников и репетиторов, решает все возникшие конфликтные ситуации, разрешает вопросы, связанные с расписанием, оплатой и т. д., а также получает отзыв ученика по завершении занятий с репетитором о том, была ли достигнута поставленная цель. Затем эти отзывы публикуются в профилях репетиторов на данных сайтах. Таким образом формируется готовая бизнес-экосистема для приобретения образовательных услуг.

Подобный алгоритм взаимодействия похож на запрос опрошенных нами клиентов психолога. При условии существенных различий образовательного и консультативного процессов хотя бы в разрезе этических вопросов часть клиентов всё равно предположительно рассматривает их как услуги одного порядка. Полученные данные с этой точки зрения интересны как для сервисов, предлагающих психологические услуги, так и для психологов, академических и практикующих. С одной стороны, представляется логичным же-

ление клиентов получить новейшие технологии и услуги (интерактивность, геймификация, подбор специалиста полного цикла и посредничество) от процесса психологического консультирования, так как он теперь происходит в онлайн-пространстве. С другой стороны, вопрос о том, что может лежать в основе некоторого приравнивания психологов-консультантов со стороны клиентов к репетиторам, преподавателям, остается открытым.

Далее мы изучали инновативные качества клиентов психологов. В целом опрошенные клиенты отличались средним уровнем инновативности ($M = 3,5$ балла). По отдельным компонентам инновативности результаты получились следующие: высокий уровень креативности (3,8 балла), средний уровень по шкале риска ради успеха (3,2 балла), средние показатели ориентации на будущее (3,6 балла). Таким образом, можно говорить о том, что клиенты психолога умеренно открыты инновациям и готовы принимать новое в своей жизни. Они оценивают себя как креативных личностей, при этом менее всего готовы предпринимать какие-либо рискованные действия ради успеха и средне ориентированы на будущее. Полученные результаты в целом соотносятся со средними показателями генеральной популяции, кроме значений креативности (Лебедева, 2009), т. е. клиенты психологов в целом показывают нормативный инновативный потенциал, однако считают себя людьми творческими, ищущими в жизни разнообразия и оригинальности.

Для проверки нашей первой гипотезы о том, что инновативные качества связаны с решением клиента перейти с офлайн-формата консультирования на онлайн-консультирование, мы применили процедуру статистического анализа. Так как 28 респондентов сообщили нам о том, что отказались от предложения своего психолога перейти на онлайн-формат, мы в случайном порядке извлекли такое же количество ответов респондентов из выборки тех, кто согласился перейти на интернет-консультирование. Для сравнения инновативности в двух выбранных группах использовали t -критерий Стьюдента для независимых выборок ($N = 56$), так как распределение данных было нормальным. Все расчеты производились в программе IBM SPSS Statistics v. 22.0.

Полученные данные свидетельствуют о том, что инновативность клиентов не связана с их решимостью переходить на онлайн-формат ($t = 0,95$; $p = 0,347$). Гипотеза не подтвердилась.

Раздел 2

Также мы предполагали, что инновационные качества клиентов связаны с их опытом столкновения с техническими, организационными, эмоциональными и другими сложностями во время онлайн-консультирования. Ввиду того, что лишь часть респондентов ($n=96$) сообщила нам, что сталкивалась со специфическими проблемами онлайн-консультирования, мы извлекли аналогичное количество ответов респондентов из группы тех, кто не сталкивался с подобными сложностями. Для сравнения инновативности в двух выбранных группах использовали t -критерий Стьюдента для независимых выборок ($N=192$). Полученные значения статистического критерия указывают на то, что инновативные качества не были связаны с фактом наличия сложностей в процессе онлайн-консультирования у клиента ($t=-0,875$; $p=0,38$). Таким образом, наша вторая гипотеза не подтвердилась.

Далее мы проверяли гипотезы, которые были связаны с другим важным фактором – продолжительностью консультирования клиента у психолога. Для проверки предположения о том, что клиенты, которые уже продолжительное время посещают психолога, чаще испытывали сложности в процессе онлайн-консультирования, мы составили таблицу сопряженности и применили критерий χ^2 Пирсона.

Как видно из таблицы 3, порядка 47% клиентов с опытом консультирования более шести месяцев на момент исследования сообщили о том, что столкнулись с трудностями. Среди клиентов со стажем от трех до шести месяцев таких респондентов было 36,5%, а клиенты, недавно пришедшие в терапию, реже всего отмечали подобный негативный опыт (18,9%).

Таблица 3

Взаимосвязь продолжительности консультирования клиентов с психологом и их опыта столкновения со сложностями в онлайн-консультировании

Сталкивались ли вы со сложностями в онлайн-консультировании?	Общий стаж консультирования			Значимость	
	До 3 мес.	3–6 мес.	Более 6 мес.	χ^2	V Крамера
Да	56 (18,9%)	19 (36,5%)	21 (46,7%)	21,219	0,232
Нет	241 (81,1%)	33 (63,5%)	24 (53,3%)		
Общее	297 (100%)	52 (100%)	45 (100%)		

Полученные результаты статистической обработки данных ($df=2$; $\chi^2=21,219$; $p<0,001$; V Крамера = 0,232) позволяют утверждать, что стаж работы с психологом действительно связан с более частым опытом столкновения со сложностями во время онлайн-консультирования. Наша третья гипотеза подтвердилась.

Полученные результаты соотносятся с мнением исследователей о том, что психотерапевтический процесс на определенной стадии идет в сторону углубления и большей осознанности различных процессов со стороны клиента (Карвасарский, 2004). Респонденты с большим стажем могли соприкоснуться в терапии с более сложными и серьезными вопросами по сравнению с теми, кто посещает психолога недолго, что потенциально могло приводить к тому, что их больше беспокоили технические неполадки и проблемы со связью ввиду их большей погруженности в контакт. К тому же, чем дольше клиент консультируется у психолога, тем больше вероятность того, что он первый заметит какие-либо сложности и неудобства организации процесса с течением времени.

Также немаловажным фактором явился опыт консультирования клиентов со своими психологами офлайн до пандемии. Как видно из таблицы 4, клиенты со стажем консультирования более шести месяцев чаще всего ранее консультировались очно (66,7%), т. е. это те клиенты, у которых в наибольшей мере была возможность сравнить сложности консультативного процесса оффлайн и онлайн.

Примененные процедуры статистического анализа показывают, что связь продолжительности консультирования клиентов и их согласия перейти на онлайн-формат психологического консуль-

Таблица 4

Взаимосвязь продолжительности консультирования клиентов и факта опыта консультаций очно до начала пандемии

Стаж консультирования	Консультировались оффлайн до пандемии		Всего
	Да	Нет	
До трех месяцев	16 (5,2%)	293 (94,8%)	309 (100%)
От трех до шести месяцев	7 (13,2%)	46 (86,8%)	53 (100%)
Более шести месяцев	32 (66,7%)	16 (33,3%)	48 (100%)

тирования является статистически значимой ($df = 2$; $\chi^2 = 135,240$; $p < 0,001$).

Для проверки четвертой гипотезы мы применили аналогичные статистические процедуры. В таблице 5 показано, что большинство клиентов (около 84%) со стажем консультирования более полугода согласились перейти с очного консультирования на онлайн-формат. Респонденты, посещавшие психолога от трех до шести месяцев, также в большинстве своем перешли на интернет-консультирование по предложению своего психолога (порядка 77%). При этом лишь чуть больше половины клиентов (55,6%) с небольшим стажем консультирования (до трех месяцев) дали согласие на онлайн-консультирование после работы с психологом в офлайн-формате.

Таблица 5

Взаимосвязь опыта консультирования клиента с психологом и его готовности перейти на онлайн-консультирование

Согласились перейти на онлайн	Опыт консультирования			Значимость	
	До 3 мес.	3–6 мес.	Более 6 мес.	χ^2	V Крамера
Да	25 (55,6%)	10 (76,9%)	26 (83,9%)	7,321	0,287
Нет	20 (44,4%)	3 (23,1%)	5 (16,1%)		
Общее	45 (100%)	13 (100%)	31 (100%)		

Нами был обнаружен статистически значимый результат ($df = 2$; $\chi^2 = 7,321$; $p < 0,05$; V Крамера = 0,287) связи между факторами стажа консультирования клиента и его согласия перейти на онлайн-консультирование. Таким образом, наша гипотеза подтвердилась.

Полученные результаты могут быть объяснены фактом большего доверия клиентов психологу, с которым они работают уже давно, поскольку с течением времени в процессе терапии происходит углубление связей между ними (Fitzpatrick, Iwakabe, Stalikas, 2005). Сформировавшийся альянс между психологом и клиентом, вероятно, позволил последним относительно легко согласиться перейти на онлайн-формат и принять новую реальность, в которой очное посещение психолога затруднено, невозможно или опасно. Стоит добавить, что данный альянс, однако, не слишком способствовал уменьшению

количества трудностей во время онлайн-консультирования у клиентов, как мы выяснили ранее.

Возможно, в данном случае альянс и доверие между клиентом и психологом могли в том числе претерпевать некоторые изменения в связи с переходом терапии в онлайн-пространство. Вопрос о доверии в интернет-консультировании является предметом дискуссий среди авторов, в ряде исследований выступая ключевым фактором в дистанционном консультировании, а в других — не имеющим решающего значения (Fletcher-Tomenius, Vossler, 2009). Исследователи и практики пока не пришли к общему мнению о том, остается ли этот альянс таким же надежным в онлайн-пространстве, как при очном консультировании (*ibid.*). В нашем исследовании клиенты с бóльшим стажем консультирования, с одной стороны, более охотно соглашались переходить в формат онлайн-встреч с психологом, вместе с этим чаще подмечая недостатки онлайн-консультирования. Принимая во внимание вышесказанное об опыте оффлайн-консультирования таких клиентов до пандемии и неопределенности исследователей по поводу надежности альянса психолога и клиента во время онлайн-консультирования, мы можем прийти к выводу о том, что основополагающим фактором для полученных нами результатов является вероятная трансформация этого альянса. Если исходить из данного предположения, то клиент с продолжительным опытом консультирования выстроил связь и доверие к своему психологу очно, находясь с ним рядом физически, и качество этого эмоционального контакта на момент начала пандемии позволило ему легко согласиться перейти на дистанционную форму консультирования со своим психологом. Однако с течением времени несовершенства техники и связи, а также, возможно, неопытность психолога в применении новых технологий, скорее всего, начали создавать существенный дискомфорт для клиента, который привык к другой глубине и качеству контакта со своим психологом. Всё это, в свою очередь, могло негативно повлиять на рабочий альянс клиента и психолога, вызвав дополнительное неосознаваемое недовольство и напряжение со стороны первого. Стоит отметить, что при этом общее качество консультирования по-прежнему оценивалось респондентами как хорошее, не хуже, чем при очных сессиях. Значит, сложности, вызванные несовершенствами техники и связи, снижением качества эмоционального кон-

такта и надежности альянса, все же не стали для наших респондентов решающими.

Итак, в результате исследования было установлено, что клиенты активно консультировались онлайн во время пандемии коронавируса, большинство опрошенных согласилось перейти на онлайн-формат с очного, но при этом они чаще не замечали существенного ухудшения или улучшения консультирования в связи с этим переходом.

Главным фактором успешного перехода и адаптации к онлайн-консультированию стал стаж работы клиента с психологом на момент смены формы консультирования. Клиенты, дольше посещавшие психолога, чаще соглашались переходить на онлайн-консультирование, однако чаще отмечали сложности и недостатки подобного формата работы.

Основными сложностями клиентов в процессе онлайн-консультирования стали качество связи, проблемы организации дистанционных сессий и снижение качества контакта с психологом.

Клиентам хотелось бы консультироваться на более современных платформах, они желают улучшения качества изображения и звука, большей интерактивности и геймификации процесса.

Литература

- Воробьева А. Е., Скипор С. И.* Психолог в социальных сетях: этика, безопасность и приемлемость // Экопсихологические исследования – 6: экология детства и психология устойчивого развития: Сборник научных статей / Отв. ред. В. И. Панов. М.: ФГБНУ «Психологический институт РАО»; Курск: Университетская книга, 2020. С. 443–447.
- Емельянова Е. Н.* Особенности психологической помощи в ситуации пандемии коронавируса // Управление социально-экономическими системами: теория, методология, практика: Сборник статей VII международной научно-практической конференции (Пенза, 20 мая 2020 г.) / Отв. ред. Г. Ю. Гуляев. Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2020. С. 142–145.
- Емельянова Л. В., Шакиров Ш. Н., Толмачев Д. А.* Оценка психического состояния пожилых людей в период пандемии COVID-19 // Modern Science. 2020. № 12 (2). С. 94–97.
- Ефремова Д. Н.* Дыхание коронавируса: об осуществлении дистанционной психологической помощи в период пандемии // Вест-

- ник Московского государственного областного университета. 2020. № 2. С. 229–235.
- Иванов В. Г., Лазарева Е. Ю.* Что лежит в основе обращения клиента за психологической помощью в онлайн-форме? // Медицинская психология в России. 2019. Т. 1. № 11. С. 7. doi: 10.24411/2219-8245-2019-11070
- Иванов В. Г., Николаев Е. Л.* К вопросу о психологическом консультировании в сети интернет // Проблемы современного педагогического образования. 2017. № 54 (5). С. 326–332.
- Карвасарский Б. Д.* Клиническая психология: Учебник / Под общ. ред. Б. Д. Карвасарского. СПб.: Питер, 2004.
- Климушко Е. И.* Особенности практики психологического консультирования в киберпространстве // Философия и социальные науки в современном мире: Материалы международной научной конференции к 30-летию факультета философии и социальных наук Белорусского государственного университета (Минск, 26–27 сентября 2019 г.) / Под ред. В. Ф. Гигина и др. Минск: БГУ, 2019. С. 373–377.
- Клюева Н. В., Павлова А. И.* Психологические аспекты позиционирования себя как психолога-консультанта в социальных сетях // Перспективы науки и образования. 2020. Т. 4. № 46. С. 350–359. doi: 10.32744/pse. 2020.4.24
- Крахмалева О. Е., Кузьмина К. Н., Ермолова И. М.* Дистантная медико-психологическая помощь в условиях вынужденной изоляции // Омский психиатрический журнал. 2020. № 2-S1 (24). С. 11–15. doi: 10.24411/2412-88052020-10202
- Лаврова Е. В., Куминская Е. А.* Вызовы и находки психологического консультирования онлайн // II Международная конференция по консультативной психологии и психотерапии, посвященная памяти Ф. Е. Василюка: Сборник материалов / Под ред. Е. В. Букшиной, В. А. Земцовой. М.: ФБГНУ «Психологический институт РАО», 2020. С. 164–166.
- Лебедева Н. М.* Ценности и отношение к инновациям: межкультурные различия // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 6. С. 81–92.
- Лебедева Н. М., Татарко А. Н.* Методика исследования отношения личности к инновациям // Альманах современной науки и образования. 2009. № 4 (2). С. 89–96.
- Лейнова А. Н.* Психологические особенности онлайн-консультирования // Сборник материалов III Черноморской международ-

Раздел 2

ной научно-практической конференции МГУ им. М. В. Ломоносова «Проблемы развития технологий, государства и общества в цифровую эпоху» (Севастополь, 20–22 июня 2019 г.) / Под ред. О.А. Шпырко, В.В. Хапаева, С.И. Рубцовой. Севастополь: Филиал МГУ в г. Севастополе, 2019. С. 193–194.

Меновщиков В. Ю. Консультирование и психотерапия в Интернете: «за» и «против» // Психологический журнал. 2010. Т. 31. № 3. С. 102–108.

Постников И. В. «Присутствие» в дистанционном консультировании // Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий (интернет-консультирование и дистанционное обучение): Материалы II Международной научно-практической конференции (Москва, 21–22 февраля 2012 г.) / Под ред. А. Б. Айсмонтаса, В. Ю. Меновщикова. М.: МГППУ, 2012. С. 62–65.

Терехова Т. А., Попов С. А. Уточненная модель инновационной активности личности // Психология в экономике и управлении. 2015. Т. 7. № 2. С. 144–152. doi: 10.17150/2225-7845

Fitzpatrick M. R., Iwakabe Sh., Stalikas A. Perspective divergence in the working alliance // Psychotherapy Research. 2005. V. 15 (1–2). P. 69–80. doi: 10.1080/10503300512331327056

Fletcher-Tomenius L., Vossler A. Trust in online therapeutic relationships: The therapist's experience // Counselling Psychology Review. 2009. V. 24. P. 24–34.

Galea S., Merchant R. M., Lurie N. The mental health consequences of COVID-19 and physical distancing: The need for prevention and early intervention // JAMA Internal Medicine. 2020. V. 80 P. 817–818. doi: 10.1001/jamainternmed.2020.1562

Kumar A., Nayar K. R. COVID 19 and its mental health consequences // Journal of Mental Health. 2020. V. 30. P. 1–2. doi: 10.1080/09638237.2020.1757052

Overholser J. Adapting computerized treatments into traditional psychotherapy for depression // Studies in Health Technology and Informatics. 2012. V. 181. P. 32–36.

Wang C. et al. A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China // Brain, Behavior and Immunity. 2020. V. 87. P. 40–48.

Раздел 3

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ ПАНДЕМИИ COVID-19

Информационно-психологическое воздействие в ситуации пандемии COVID-19: психологические основания, тактики, факторы эффективности

В. В. Латынов, Т. А. Кубрак

doi: 10.38098/fund_21_0442_13

Пандемия COVID-19 затронула многие стороны жизни людей, социальных групп и общества в целом. Психологические аспекты этой проблемы многообразны. Эмоциональные расстройства, изменение межгрупповых стереотипов (стигматизация), разного рода отклонения в поведении стали нередким явлением (Нестик, 2020; Ушаков с соавт., 2020).

Одной из проблем, возникших в ситуации пандемии, является неоптимальное поведение многих людей, а именно нарушение ими правил социального дистанцирования, личной гигиены, отказ от вакцинации и др. В этой связи возникает задача убеждения населения в необходимости выполнения рекомендаций, препятствующих распространению заболевания. Однако простое информирование о них не всегда оказывается эффективным. Требуется именно убеждение, т. е. использование разнообразных по своим психологическим механизмам приемов воздействия (ссылка на мнение уважаемого человека, апелляция к позиции большинства, моральные аргументы долженствования и т. д.) для обоснования необходимости выполнения таких рекомендаций.

Следует отметить, что невыполнение рекомендаций, как правило, сочетается с наличием у людей неадекватных, ненаучных представлений о причинах, масштабах и опасности коронавирусной инфекции (Clark et al., 2020; Freeman et al., 2020). Подобное положение вещей ставит задачу организации и проведения специальных ин-

формационных кампаний, направленных как на коррекцию atti-
тудов и убеждений, так и на изменение поведения населения. В дан-
ной статье будут рассмотрены возможности и ограничения такого
рода информационно-психологических кампаний.

Направления и тактики психологического воздействия в условиях пандемии коронавируса

Решение задачи изменения представлений и поведения людей, ка-
сающихся пандемии, требует понимания того, какие факторы и ме-
ханизмы лежат в основе формирования этих психологических обра-
зований. К настоящему времени выявлено значительное количество
психологических характеристик, связанных с негативным отноше-
нием к рекомендациям по защите от коронавирусной инфекции
(Blagov, 2020; Choma et al., 2021; van Mulukom, 2020). Можно выде-
лить три группы таких характеристик, различающихся глобальнос-
тью с точки зрения их места в структуре психики и стабильностью
в течение жизненного пути человека: стабильные, относительно ста-
бильные и динамические.

Изменение стабильных характеристик (например, личностных
черт) в течение жизни человека хоть и происходит, но в весьма огра-
ниченных пределах. Относительно стабильные характеристики (на-
пример, мировоззренческие убеждения) претерпевают с течением
времени определенные (порой весьма существенные) трансформа-
ции, однако протекают они довольно медленно (на протяжении ме-
сяцев или лет). Динамические характеристики (аттитюды и убежде-
ния человека, касающиеся конкретных объектов; психологическое
состояние) меняются с течением времени довольно сильно в зави-
симости от жизненной ситуации человека.

Проведенные во время пандемии исследования позволили кон-
кретизировать, какие именно психологические характеристики от-
носятся к каждой из трех групп предикторов ответственного, соот-
ветствующего профилактическим рекомендациям поведения. Так,
в группу стабильных психологических характеристик вошли черты
личности, ценности, особенности когнитивной сферы, культурные
особенности (Blagov, 2020; Chan, 2020; Huynh, 2020; Swami, Barron,
2020). К относительно стабильным характеристикам, влияющим
на профилактическое поведение, были отнесены интересы, мировоз-

зренческие убеждения, уровень общей компетентности, особенности социальной идентичности (Choma et al., 2021; Farias, Pilati, 2020). И наконец, в группу динамических характеристик вошли психологическое состояние человека, а также его аттитюды и убеждения, касающиеся ситуации пандемии (оценки риска заражения и серьезности пандемии, переживание угрозы, ощущение контроля над ситуацией, оценки эффективности мер профилактики, отношение к институтам власти) (Clark et al., 2020; Erceg et al., 2020; van Mulukom, 2020).

Хотя анализ предикторов отношения к мерам профилактики коронавирусной инфекции показал, что они включают весьма разные по своему психологическому содержанию характеристики (черты личности, аттитюды и убеждения, касающиеся пандемии, особенности когнитивной сферы и т. д.), однако важно, что часть из них составляют динамические характеристики, изменение которых возможно методами информационно-психологического воздействия. Довольно сложно или даже невозможно изменить черты личности или ценности, но мы в состоянии повлиять, например, на представления о серьезности пандемии или уязвимости человека к коронавирусной инфекции. Поэтому в качестве целей психологического воздействия следует выбирать те психологические образования, изменение которых возможно за относительно небольшой промежуток времени.

Опираясь на данные о предикторах профилактического поведения, можно выделить два основных направления информационно-психологического воздействия в условиях пандемии: прямое, при котором целью воздействия становятся аттитюды и убеждения, непосредственно касающиеся профилактических мер (их плюсы и минусы, оценки эффективности, доступность и др.); косвенное, ориентированное на изменение более широкого круга аттитюдов и убеждений (восприятие серьезности пандемии, отношение к институтам власти и др.). Например, добившись изменения представлений о серьезности коронавирусной инфекции как значимого предиктора профилактического поведения, можно ожидать, что оно изменится в направлении большего соответствия профилактическим рекомендациям.

Прямое воздействие

Для изменения отношения к мерам профилактики COVID-19 могут применяться различные приемы воздействия. Учеными была проана-

лизирована эффективность самых разных по своим психологическим механизмам приемов воздействия. Значительное внимание было уделено тем из них, которые были основаны на активации чувств эмпатии, общественного долга и заботы о ближних. Примером может служить исследование П. Ланн с соавт., в котором сообщение о необходимости соблюдения правил социального дистанцирования сочеталось с указанием на то, что подобное поведение позволит обезопасить родных и близких (Lunn et al., 2020). В этой работе была продемонстрирована эффективность приемов, основанных на активации мотива заботы о ближних. С их помощью удалось достичь довольно значительного изменения поведенческих интенций, касающихся выполнения правил социального дистанцирования.

В другом исследовании Дж. Джордан с соавт. постарались выяснить, что эффективнее побуждает человека соблюдать рекомендованные правила борьбы с пандемией: подчеркивание личной выгоды от такого поведения (рекомендации следует выполнять для того, чтобы не заразиться) или выгоды социальной (рекомендации следует выполнять для того, чтобы не заразить других) (Jordan et al., 2020)? Оказалось, что наиболее действенной была апелляция именно к общественной пользе. С учетом того, что исследование проводилось в США – стране, традиционно считающейся оплотом индивидуализма, результаты довольно неожиданные. В. Карпаро и Х. Барсело также продемонстрировали продуктивность основанных на социальных нормах приемов воздействия. Подчеркивание той пользы, которую принесет окружающим (community) выполнение человеком рекомендуемых мер (протирание лица), приводило к наиболее выраженным изменениям поведенческих интенций (Carparo, Barcelo, 2000).

Еще одним приемом, который можно использовать для изменения поведения в ситуации пандемии, является обращение к переживанию страха. В этом случае рекомендация изменить поведение сочетается с указанием на опасность и тот вред, который человек нанесет себе, если не последует совету. Неоднократно была продемонстрирована его эффективность при решении самых разных задач коррекции поведения (Tannenbaum et al., 2015). В работе Дж. Хефнера с соавт. сравнивалась эффективность двух приемов воздействия: апелляции к страху («из-за несоблюдения правил самоизоляции умрут миллионы») и подчеркивания позитивных социальных эффек-

тов от самоизоляции («следование правилам самоизоляции сохранит миллионы жизней») (Heffner et al., 2020). Было показано, что они оба значительно повышали (причем в равной степени) готовность респондентов следовать правилам самоизоляции.

Проведенные нами исследования выявили и еще ряд интересных закономерностей информационно-психологического воздействия (Кубрак, Латынов, 2020). Например, было обнаружено, что по мере увеличения масштабов пандемии эффективность различных приемов изменялась. По-видимому, это обусловлено осознанием все большей частью населения своей уязвимости и рисков, связанных с коронавирусной инфекцией, снижением влияния фактора неопределенности.

Кроме того, применение ряда приемов вызывало так называемый «двойной эффект» воздействия: изменялись не только интенции людей, на которых оно было направлено, но также и их представления о лице, осуществлявшем воздействие (Everett et al., 2020). Это происходило, в частности, при использовании деонтологических аргументов (апеллирующих к чувствам гражданской ответственности и долга). Оказалось, что человек, использующий такие доводы, начинал восприниматься окружающими как более надежный и заслуживающий доверия в сравнении с тем, кто говорил о личной выгоде.

В настоящее время ученые изучают различные способы психологического воздействия на аттитюды и поведение, связанные с вакцинацией. Так, Я. Хонг и М. Хашимото (Hong, Hashimoto, 2021) попытались определить наиболее эффективную стратегию продвижения вакцинации среди молодежи, которая менее подвержена угрозам, связанным с COVID-19. Оказалось, что для молодых людей с низким уровнем восприятия риска, связанного с COVID-19, сообщения о потенциальных негативных последствиях отказа от вакцинации для других (например, семьи, друзей) способствовали формированию позитивного отношения к вакцинации, и, как следствие, намерения сделать прививку (Hong, Hashimoto, 2021).

В исследовании, проведенном в США – одной из стран, наиболее пострадавших от пандемии и в то же время показывающих высокий уровень неуверенности в необходимости вакцинации, – изучалось воздействие на отношение к вакцине четырех различных типов (фреймов) сообщений («потеря–выигрыш», «индивидуальный–коллективный») (Vorah et al., 2021). Было определено, что бо-

более позитивное отношение к вакцине от COVID-19 и большее желание вакцинироваться демонстрировали те респонденты, воздействие на которых оказывалось с помощью сообщений, делающих акцент на потерях и коллективных эффектах. В исследованиях, выполненных в Пакистане и Китае, также продемонстрирована эффективность фрейминга «потерь» для побуждения людей к вакцинации (Jin et al., 2021; Peng et al., 2021).

Следует отметить, что еще в одной работе из Китая не было выявлено значительного влияния типов (фрейминга) сообщений на отношение к вакцинации (Chen et al., 2021). Результаты данного исследования показали, что отношение взрослых китайцев к вакцине от COVID-19 было в целом одобрительным, а намерение вакцинироваться достаточно высоким, причем возраст и образование их только усиливали. Вероятно, решающим фактором, определившим данные установки, явились культурологические особенности респондентов.

Резюмируем, какие же приемы воздействия оказались наиболее эффективны в плане изменения мнений и поведения людей. Как оказалось, результативность продемонстрировали весьма различные по своей психологической сути методы. Апелляция к страху, акцент на ответственности и долге, подчеркивание как личных выгод, так и общественного блага — все эти варианты в той или иной степени были успешны. В отношении побуждения к выполнению мер профилактики (социальное дистанцирование, мытье рук и т. п.) наибольшую продуктивность продемонстрировали те из них, которые были основаны на просоциальной мотивации людей и «эксплуатировали» их заботу о благе окружающих. Отношение к вакцинации наиболее сильно удавалось улучшать при помощи фрейминга «потерь» и апелляции к страху. Следует отметить, что эффективность воздействия многих приемов зависела от этапа развития пандемии, а также от индивидуальных особенностей лиц, на которых оно было направлено (Capraro, Barcelo, 2020; Utych, Fowler, 2020).

Косвенное воздействие

Обратимся теперь ко второму, косвенному направлению информационно-психологического воздействия на отношение к мерам профилактики. В его рамках существуют разнообразные психологические цели (характеристики), воздействуя на которые, можно добиться

более активного выполнения мер профилактики. Их выбор основан на результатах многочисленных исследований, свидетельствующих о том, что самые разные убеждения и аттитюды людей (оценка серьезности заболевания, отношение к институтам власти, субъективная уязвимость и др.) являются важными предикторами позитивного отношения к мерам профилактики (Choma, 2021; Clark et al., 2020; Tuncgenç et al., 2020).

Например, зная о том, что предиктором ответственного поведения является оценка серьезности пандемии, можно воздействовать именно на эту характеристику. Намечаются и другие цели информационно-психологического воздействия: повышение доверия к институтам власти и медицинским органам, разрушение конспирологических убеждений, подчеркивание уязвимости людей перед COVID-19. Достигнув той или иной из указанных целей, вполне можно ожидать и коррекции поведения в желаемом направлении.

Наглядным примером реализации такого подхода является исследование Й. Лэммерса с соавт. (Lammers et al., 2020). Для того, чтобы улучшить отношение к мерам социального дистанцирования, его авторы постарались скорректировать не соответствующие реальности представления людей о темпах роста инфицированных в стране (недооценка скорости распространения инфекции), увеличив тем самым субъективную оценку серьезности пандемии. Подобный прием успешно сработал: после получения корректирующих неверные представления сообщений люди не только изменяли свои мнения, касающиеся темпов инфицирования, но и начинали более позитивно относиться к мерам социального дистанцирования.

Обсуждая возможности психологического воздействия на убеждения и аттитюды людей, касающиеся пандемии, следует иметь в виду, что их формирование происходит не случайным образом, а с опорой на уже имеющуюся систему убеждений и ценностей. Например, появление конспирологических убеждений, касающихся пандемии, более часто отмечается у людей, уже имеющих к этому времени так называемые эпистемологически сомнительные убеждения, т. е. такие представления о мире, которые идут вразрез с данными современной науки (Georgiou et al., 2020).

Подобная «встраиваемость» новых убеждений в уже имеющуюся у человека систему представлений и ценностей играет двоякую роль с точки зрения оказания на него воздействия. С одной сторо-

ны, это затрудняет их коррекцию в силу его стремления к поддержанию единства и непротиворечивости психических образований, — не случайно попытки повлиять на убеждения, касающиеся COVID-19, не всегда заканчиваются успехом (Erceg et al., 2020). С другой стороны, это открывает возможности персонализированного (с учетом целостной структуры личности) воздействия на данные убеждения. Например, когда человек считает, что его аттитюды основаны на моральных ценностях, то в отношении него будет эффективна аргументация, делающая акцент именно на моральные принципы (Luttrell et al., 2019).

Перспективность идеи «подстраивания» убеждающих аргументов под психологические особенности человека, на которого воздействие направлено, показана и на материале пандемии COVID-19 (Luttrell, Petty, 2020). Так, в отношении людей, рассматривающих вопросы здоровья в обществе с моральной точки зрения, апеллирование к благу других (семьи, друзей, знакомых) оказалось наиболее эффективным приемом воздействия.

Личностные ценности оказались связаны с эффективностью опровержения заблуждений, касающихся пандемии, и в другом исследовании: люди с индивидуализирующими моральными основаниями (забота, справедливость) при поступлении опровергающей информации чаще изменяли свои ложные убеждения; другие же, демонстрировавшие наличие спланированных оснований (лояльность группе, уважение авторитетов, неприкосновенность), напротив, отвергали поступающую корректирующую информацию (Trevors, Duffy, 2020).

Стратегии противодействия недостоверной информации о COVID-19

Пандемия коронавируса, оказывая существенное влияние на различные сферы жизни общества, сопровождается и мощным информационным полем (Журавлев, Китова, 2020). Речь идет, в частности, о так называемой инфодемии, т. е. быстром и неконтролируемом распространении разнообразной, часто необоснованной информации о коронавирусе, вызывающей негативные социальные и психологические последствия.

Яркий пример негативного влияния конспирологических теорий на поведение людей представлен в статье Н. Айзенмана с со-

авт. (Ajzenman et al., 2020). Исследователи постарались выяснить, как воздействовали на соблюдение людьми норм социального дистанцирования публичные выступления бразильского президента Жаира Болсонару, в которых он принижал риски заражения коронавирусом и советовал избегать изоляции. Для анализа использовалась база данных бразильской компании «In Loco», позволяющая получать сведения анонимного характера о местоположении (с точностью до 3 м) 60 млн мобильных устройств. Было обнаружено, что после подобных «ковид-диссидентских» выступлений бразильского президента в тех регионах, где он пользовался поддержкой населения, ощутимо ухудшалось выполнение мер социального дистанцирования (увеличивалось количество людей, отдалявшихся в течение суток от своего дома на расстояние более 450 метров).

Как мы видим, нередко основой формирования аттитудов и убеждений, препятствующих ответственному поведению, является недостоверная информация о коронавирусной инфекции. Полученные в исследованиях данные определенно свидетельствуют о том, что наличие у людей недостоверных представлений в отношении COVID-19 провоцирует дезадаптивные реакции и затрудняет борьбу с пандемией. Подобное положение вещей делает актуальной проблему коррекции данных представлений.

Противодействие недостоверной информации по проблеме пандемии может осуществляться различными способами. Можно выделить две основные стратегии: превентивную (реализуемую еще до появления недостоверной информации) и реактивную (осуществляемую уже после появления такой информации в СМИ и социальных сетях).

Превентивная стратегия

Существуют различные варианты реализации превентивной стратегии. Прежде всего можно попытаться ограничить распространение недостоверной информации (например, о конспирологических теориях COVID-19) в традиционных СМИ и социальных сетях. Тем самым, подобная информация не допускается до сознания людей, а значит, не происходит формирования у них конспирологических убеждений. Подобные меры противодействия (уда-

ление заведомо ложных сообщений, сопровождение сообщений с неподтвержденной информацией меткой «непроверенные данные» и др.) довольно активно использовались в социальных сетях. Вместе с тем нельзя сказать, что эти меры были особенно эффективны: подавляющее большинство людей довольно хорошо информировано об основных конспирологических теориях пандемии (Коронавирус..., 2021).

Еще один вариант – это предупреждение людей о том, что недостоверная информация может появиться и им следует внимательно оценивать поступающие к ним сведения с точки зрения их соответствия реальности. Эффективность такого приема изучалась в психологических исследованиях, были получены обнадеживающие результаты (Lewandowsky, van der Linden, 2021). Была продемонстрирована полезность его применения в ситуации с пандемией COVID-19 (Pennycook et al., 2020). Респондентов просили оценить, является ли истинным некоторое сообщение, а затем выясняли, готовы ли они поделиться им с другими пользователями в социальных сетях. В контрольной же группе такого предварительного «настроя на истинность» не проводилось. Оказалось, что подобный наводящий вопрос ощутимо повышал точность различения достоверной и недостоверной информации, а также снижал вероятность распространения фейковых сообщений.

Кроме предупреждения о возможном появлении недостоверной информации, можно постараться превентивно ее опровергнуть, т. е. сообщить некоторые аргументы в поддержку альтернативной, научно обоснованной точки зрения. Однако при всех плюсах подобного подхода существует опасность информирования о конспирологических теориях тех лиц, которые о них еще не знали.

Интересный способ борьбы с недостоверной информацией был предложен С. ван дер Линденом с соавт. (van der Linden et al., 2020). Эти ученые разработали специальную компьютерную игру, участники которой выступали в роли авторов фейковых новостей. В процессе игры они осваивали наиболее часто используемые в социальных сетях приемы продвижения недостоверной информации. Предполагается, что человек, ознакомившись в процессе игры с подобными приемами, научится их хорошо распознавать и в реальной жизни, что повысит его устойчивость к воздействию недостоверной информации.

Реактивная стратегия

В отличие от превентивной, реактивная стратегия противодействия нацелена на изменение уже сформировавшихся недоверных представлений о пандемии. Это весьма непростая задача, поскольку, как свидетельствуют исследования, они оказываются довольно плотно «встроены» в систему убеждений и представлений личности. Дело в том, что процесс восприятия новой (пусть даже и недоверной) информации происходит не путем заполнения некоторой ячейки памяти, а посредством более сложных механизмов, предусматривающих интеграцию, согласование этой новой информации с уже имеющимися у человека представлениями об окружающей действительности.

Несмотря на наличие психологических механизмов, препятствующих изменению сложившейся у человека системы убеждений, задача их коррекции не выглядит неразрешимой. Современная наука накопила значительный массив данных, касающихся закономерностей эффективного психологического воздействия в подобных ситуациях. Речь, в частности, идет об исследованиях проблемы опровержения недоверной (фейковой) информации. Показано, что можно успешно корректировать уже имеющиеся у человека ложные (в частности, конспирологические) убеждения (Chan et al., 2017; Walter, Murphy, 2018).

Значимым в данном отношении является вид тактики, используемой для коррекции основанных на недоверной информации убеждений (Walter, Murphy, 2018). Наиболее эффективными тактиками опровержения можно считать показ взаимосвязанности (объяснение того, почему появился конкретный фейк и кому это выгодно), факт-чекинг (ссылка на специальные сайты, содержащие оценки достоверности различных фактов, появляющихся в СМИ и социальных сетях) и апелляция к компетентности (указание на то, что пользующиеся доверием лица или организации считают фейковое сообщение ложным) (Walter, Murphy, 2018). Менее эффективными оказываются такие тактики, как указание на консенсус (подчеркивание единодушия специалистов по вопросу, истинность которого ставит под сомнение содержащее недоверную информацию сообщение) и предупреждение (рекомендация с осторожностью воспринимать информацию, получаемую в социальных сетях).

Изменение убеждений, основанных на недостоверной информации, будет более успешным, если опровержение исходит из того же источника, из которого человек получил эту информацию (Walter, Tukachinsky, 2020). Кроме того, имеет значение уровень доверия к источнику ложных сведений. Если этот уровень высок, то такую информацию опровергнуть довольно сложно. Структура «опровергающего» сообщения играет важную роль в успешности опровержения (Carpella et al., 2015). Оно должно включать не только указание на ложность некоторой информации, но и аргументы в поддержку истинной точки зрения.

Частоту повторения неточной информации и время, прошедшее между ее появлением и опровержением, также следует учитывать при коррекции не соответствующих реальности представлений. Чем дольше это время и чем чаще повторялась недостоверная информация, тем слабее оказывается эффект опровержения (Esker et al., 2015).

Важную роль в опровержении недостоверной информации играет направленность познавательной активности человека – получателя «опровергающего» сообщения (Chan et al., 2017). Наибольшая эффективность опровержения обнаруживается в тех случаях, когда с помощью специальных приемов (например, наводящих вопросов) удается побудить человека «хорошенько подумать» над предоставленными ему доказательствами того, что некоторое представление является ложным.

Оценивая возможности информационно-психологического воздействия, направленного на формирование позитивного отношения к мерам профилактики и вакцинации, можно отметить следующее. Важную роль в этом играют исследования, выявляющие психологические характеристики – предикторы поведения, ориентированные на выполнение препятствующих распространению коронавируса рекомендаций. Полученные при изучении таких характеристик данные позволяют наметить конкретные стратегии, цели и методы информационно-психологического воздействия для коррекции отношения к мерам профилактики коронавирусной инфекции. Использование выделенных закономерностей информационно-психологического воздействия государственными органами, средствами

массовой информации, общественными организациями при построении и проведении пропагандистских кампаний в условиях пандемии COVID-19 будет способствовать повышению их эффективности.

Предложены два основных направления информационно-психологического воздействия: прямое, предполагающее коррекцию установок и убеждений, непосредственно касающихся мер профилактики, и косвенное, ориентированное на изменение более широкого круга психологических характеристик — предикторов ответственного поведения.

Наличие разнообразных психологических механизмов, препятствующих изменению сложившейся у человека системы негативных установок и убеждений, касающихся COVID-19, делает задачу их коррекции весьма непростой. Вместе с тем, накопленный к настоящему времени значительный массив данных, касающихся закономерностей эффективного психологического воздействия, внушает определенный оптимизм в плане успешности подобных пропагандистских мероприятий.

Литература

- Журавлев А. Л., Китова Д. А.* Анализ интереса населения к информации о пандемии коронавируса (на примере пользователей поисковых систем Интернета) // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 4. С. 5–18. doi: 10.31857/S020595920010383-7
- Коронавирус: вакцина и происхождение вируса. Левада-Центр, 2021. URL: <https://www.levada.ru/2021/03/01/koronavirus-vaktsina-i-proishozhdenie-virusa> (дата обращения: 01.11.2021).
- Кубрак Т. А., Латынов В. В.* Возможности и ограничения информационно-психологического воздействия в ситуации пандемии коронавируса // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.003
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.002
- Ушаков Д. В., Юревич А. В., Нестик Т. А., Юревич М. А.* Социально-психологические аспекты пандемии COVID-19: результаты эксперт-

- ного опроса российских психологов // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 5. С. 5–17. doi: 10.31857/S020595920011074-7
- Ajzenman N., Cavalcanti T., Da Mata D.* More than words: Leaders' speech and risky behavior during a pandemic // IZA Discussion Paper. 2020. URL: http://iepecdg.com.br/wp-content/uploads/2020/04/ACDM_4_2020-1.pdf (дата обращения 01.11.2021).
- Blagov P. S.* Adaptive and dark personality in the COVID-19 pandemic: Predicting health-behavior endorsement and the appeal of public-health messages // Social Psychological and Personality Science. 2020. V. 12. P. 1–11. doi: 10.1177/1948550620936439
- Borah P., Hwang J., Hsu Y. Ch.* COVID-19 vaccination attitudes and intention: Message framing and the moderating role of perceived vaccine benefits // Journal of Health Communication. 2021. V. 26 (3). P. 523–533. doi: 10.1080/10810730.2021.1966687
- Cappella J. N., Maloney E., Ophir Y., Brennan E.* Interventions to correct misinformation about tobacco products // Tobacco Regulatory Science. 2015. V. 1. P. 186–197.
- Capraro V., Barcelo H.* The effect of messaging and gender on intentions to wear a face covering to slow down COVID-19 transmission // PsyArXiv. 2020. doi: 10.31234/osf.io/tg7vz
- Chan E. Y.* Moral foundations underlying behavioral compliance during the COVID-19 pandemic // Personality and Individual Differences. 2020. V. 171. doi: 10.1016/j.paid.2020.110463
- Chan M. P. S., Jones C. R., Hall J. K., Albarracín D.* Debunking: A meta-analysis of the psychological efficacy of messages countering misinformation // Psychological Science. 2017. V. 28. P. 1531–1546.
- Chen T., Dai M., Xia Sh., Zhou Y.* Do messages matter? Investigating the combined effects of framing, outcome uncertainty and number format on COVID-19 vaccination attitudes and intention // Health Communication. 2021. P. 1–8. doi: 10.1080/10410236.2021.1876814
- Choma B. L., Hodson G., Sumantry D., Hanoch Y., Gummerum M.* Ideological and psychological predictors of COVID-19-related collective action, opinions and health compliance across three nations // Journal of Social and Political Psychology. 2021. V. 9 (1). P. 123–143.
- Clark C., Davila A., Regis M., Kraus S.* Predictors of COVID-19 voluntary compliance behaviors: an international investigation // Global Transitions. 2020. V. 2. P. 76–82. doi: 10.1016/j.glt.2020.06.003

- Ecker U. K., Lewandowsky S., Cheung C. S., Maybery M. T.* He did it! She did it! No, she did not! Multiple causal explanations and the continued influence of misinformation // *Journal of Memory and Language*. 2015. V. 85. P. 101–115.
- Erceg N., Ružojčić M., Galić Z.* Misbehaving in the Corona crisis: The role of anxiety and unfounded beliefs // *Current Psychology*. 2020. P. 1–10. doi: 10.1007/s12144-020-01040-4
- Everett J. A., Colombatto C., Chituc V., Brady W. J., Crockett M.* The effectiveness of moral messages on public health behavioral intentions during the COVID-19 pandemic // *PsyArXiv*. 2020. doi: 10.31234/osf.io/9yqs8
- Farias J. E. M., Pilati R.* Violating social distancing amid COVID-19 pandemic: Psychological factors to improve compliance // *PsyArXiv*. 2020. doi:10.31234/osf.io/apg9e
- Freeman D., Waite E., Rosebrock L., Petit A., Causier C., East A., Jenner L., Teale A.-L., Carr L., Mulhall S.* Coronavirus conspiracy beliefs, mistrust, and compliance with government guidelines in England // *Psychological Medicine*. 2020. V. 50. P. 1–30. doi: 10.1017/S0033291720001890
- Georgiou N., Delfabbro P., Balzan R.* COVID-19-related conspiracy beliefs and their relationship with perceived stress and pre-existing conspiracy beliefs // *Personality and Individual Differences*. 2020. V. 166. doi: 10.1016/j.paid.2020.110201
- Heffner J., Vives M.-L., FeldmanHall O.* Emotional responses to prosocial messages increase willingness to self-isolate during the COVID-19 pandemic // *PsyArXiv*. 2020. doi: 10.1016/j.paid.2020.110420
- Hong Y., Hashimoto M.* I Will Get myself vaccinated for others: The interplay of message frame, reference point and perceived risk on intention for COVID-19 vaccine // *Health Communication*. 2021. P. 1–11. doi: 10.1080/10410236.2021.1978668
- Huynh T. L. D.* Does culture matter social distancing under the COVID-19 pandemic? // *Safety Science*. 2020. V. 130. doi: 10.1016/j.ssci.2020.104872
- Jin Q., Raza S. H., Yousaf M., Zaman U., Siang J. M. L. D.* Can communication strategies combat COVID-19 vaccine hesitancy with trade-off between public service messages and public skepticism? Experimental evidence from Pakistan // *Vaccines*. 2021. V. 9 (7). P. 757. doi: 10.3390/vaccines907075
- Jordan J. J., Yoeli E., Rand D. G.* Don't get it or don't spread it? Comparing self-interested versus prosocially framed COVID-19 prevention messaging // *PsyArXiv*. 2020. doi: 10.31234/osf.io/uyuq7x

- Lammers J., Crusius J., Gast A.* Correcting misperceptions of exponential coronavirus growth increases support for social distancing // Proceedings of the National Academy of Sciences, USA. 2020. V. 117. doi: 10.1073/pnas.2006048117
- Lee S. A.* Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety // Death studies. 2020. V. 44 (7). P. 393–401. doi: 10.1080/07481187.2020.1748481
- Lewandowsky S., van der Linden S.* Countering misinformation and fake news through inoculation and prebunking // European Review of Social Psychology. 2021. V. 32 (7). doi: 10.1080/10463283.2021.1876983
- Lunn P. D., Timmons S., Belton C. A., Barjaková M., Julienne H., Lavin C.* Motivating social distancing during the COVID-19 pandemic: An online experiment // Economic and Social Research Institute. 2020. URL: doi: 10.31234/osf.io/x4agb
- Luttrell A., Petty R. E.* Evaluations of self-focused versus other-focused arguments for social distancing: An extension of moral matching effects // Social Psychological and Personality Science. 2020. doi: 10.1177/1948550620947853
- Luttrell A., Philipp-Muller A. Z., Petty R. E.* Challenging moral attitudes with moral messages // Psychological Science. 2019. V. 30 (8). P. 1136–1150. doi: 10.1177/0956797619854706
- Peng L., Guo Y., Hu D.* Information framing effect on public's intention to receive the COVID-19 vaccination in China // Vaccines. 2021. V. 9 (9). P. 995. doi: 10.3390/vaccines9090995
- Pennycook G., McPhetres J., Zhang Y., Lu J. G., Rand D. G.* Fighting COVID-19 misinformation on social media: Experimental evidence for a scalable accuracy-nudge intervention // Psychological Science. 2020. V. 31 (7). P. 770–780. doi: 10.1177/0956797620939054
- Swami V., Barron D.* Analytic thinking, rejection of coronavirus (COVID-19) conspiracy theories and compliance with mandated social-distancing: Direct and indirect relationships in a nationally representative sample of adults in the United Kingdom // OSF. 2020. doi: 10.31219/osf.io/nmx9w
- Tannenbaum M. B., Hepler J., Zimmerman R. S., Saul L., Jacobs S., Wilson K., Albarracín D.* Appealing to fear: A meta-analysis of fear appeal effectiveness and theories // Psychological Bulletin. 2015. V. 141 (6). P. 1178–1204.
- Trevors G., Duffy M. C.* Correcting COVID-19 misconceptions requires caution // Educational Research. 2020. V. 49 (7). P. 538–542. doi: 10.3102/0013189X20953825

- Tuncgenç B., El Zein M., Sulik J., Newson M., Zhao Y., Dezeccache G., Derooy O.* We distance most when we believe our social circle does // *PsyArXiv*. 2020. doi: 10.31234/osf.io/u74wc
- Van der Linden S., Roozenbeek J., Compton J.* Inoculating against fake news about COVID-19 // *Frontiers in Psychology*. 2020. V. 11. doi: 10.3389/fpsyg.2020.566790
- Van Mulukom V.* Reduced guideline adherence and greater conspiracy belief are associated with low levels of trust and information during the COVID-19 pandemic // *PsyArXiv*. 2020. doi: 10.31234/osf.io/chy4b
- Walter N., Murphy S. T.* How to unring the bell: A meta-analytic approach to correction of misinformation // *Communication Monographs*. 2018. V. 85. P. 423–441.
- Walter N., Tukachinsky R.* A meta-analytic examination of the continued influence of misinformation in the face of correction: How powerful is it, why does it happen, and how to stop it? // *Communication Research*. 2020. V. 47 (2). P. 155–177. doi: 10.1177/0093650219854600

Стратегии и тактики информирования населения в начале пандемии в России: психологический потенциал солидарности

О. И. Маховская

doi: 10.38098/fund_21_0442_14

Задача адаптации медиа к пандемии – формирование солидарных установок у граждан

Пандемия — это вызов для систем здравоохранения и жизнеспособности граждан разных стран. Физические симптомы COVID-19 (сухой кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах и т. д.) сопровождались широким спектром негативных психологических переживаний, до сих пор не включенных ВОЗ в симптоматику пандемии. Стресс, фобии, панические атаки, депрессия стимулировались во многом самими медиа. На первом этапе развития пандемии медиа транслировали противоречивые сведения, передавая гражданам растерянность и неуверенность официальных лиц, специалистов ВОЗ и других международных организаций.

Инфодемия, распространение слухов, ложной угрожающей информации, а также противоречивой информации через официальные каналы о пока мало изученном вирусе, мешала организовать неизбежные в условиях любой эпидемии карантинные мероприятия, а также адаптировать систему здравоохранения к нарастающему потоку специфических больных. Главное сообщение начального периода информирования населения об угрозе пандемии состояло в том, что коронавирус — смертельное заболевание, которое передается через контакты с людьми. Панике должна была противостоять солидарность, к которой призывали президенты России, Италии, Испании, Франции, США и других затронутых пандемией стран. Солидарность должна была стать лозунгом, стабилизирующим государство и мобилизующим общество (Исайченко, 2020), принципом орга-

низации и самоорганизации институций и граждан вокруг общих целей и идеалов. В условиях пандемии солидарность могла бы стать одной из сил, которые компенсируют первоначальный дефицит необходимых социальных связей, решений, социальных институтов, ресурсов, а также психологической поддержки людям.

Цель статьи – выделить и оценить некоторые тактики и стратегии подачи информации о коронавирусе во время первой волны пандемии (март–апрель 2020 г.) с точки зрения формирования солидарности населения и его психологического благополучия.

Предметом исследования являлись возможности использования медиа как психологических ресурсов по мобилизации населения, формированию солидарных установок и навыков солидарного поведения граждан в условиях пандемии.

Объектом исследования были новостные сообщения о развитии пандемии, факторах пандемии, ее последствиях, правилах поведения в условиях эпидемии; данные социологических служб об изменении аудитории, сетка вещания детского канала «Карусель», неформальные обсуждения в социальных сетях. В качестве одного из оснований для интерпретации результатов использовались данные о развитии пандемии в России и других странах.

Эмпирическим материалом для нашего анализа стали многочисленные официальные сообщения о развитии пандемии. Репертуар современных исследований зрительской аудитории включает фокус-группы, интервью, контент-анализ, опрос, методы психосемантики и психодиагностики, включенного наблюдения, аудио- и видеосъемки, а также другие методы анализа процесса телесмотрения, которые в условиях пандемии, к сожалению, ограничены. Поэтому в качестве методов исследования в данном случае использовались анализ сообщений как артефактов культуры совладания в период пандемии, контент-анализ, статистический анализ сетки вещания.

Психологический потенциал солидарности и ее ресурсы

Солидарность – феномен, который не только организуется сверху (*мобилизационная солидарность*), но и возникает снизу, по инициативе граждан. В основе солидарности лежит общая программа действий, повестка которой формируется и уточняется непрерывно через официальные и социальные медиа.

Феномен солидарности изучался в основном философами, социологами и политологами. Солидарность рассматривается в их работах как важный инструмент объединения общества, фактор жизнестойкости народов, групп и отдельных людей. Отмечается, что солидарность включает тесные и двусторонние отношения между людьми (Abela, 2004; de Beer, Koster, 2009), чувство симпатии и доверия к другим (Janmaat, Brown, 2009), проявление эмпатии к любым людям, переживающим стресс или депрессию, вне зависимости от их личностных особенностей и социального положения (Arnsperger, Varoufakis, 2003). Описаны различные типы солидарности: местная, социальная и глобальная (Abela, 2004; Kankaraš, Moors, 2009). В связи с политическими интересами и государственными границами говорят о региональной, национальной, транснациональной и международной солидарности (Radtke, 2007), в связи с правами человека – о гражданской солидарности (Habermas, 1992), в связи с расовой принадлежностью – об этнической и национальной солидарности (Calhoun, 2007). При анализе коллективных действий в социальных сетях говорят о флюидной или ситуативной солидарности, связанной с переживанием коллективного чувства несправедливости, вызванного той или иной новостью (Stewart, Schultze, 2019). Отрицательная солидарность соотносится с практиками психологического насилия, оскорблением, хамством, буллингом, агрессией, конфликтами, а также с антисоциальным поведением, – например, коррупционной активностью. В качестве основного критерия различения позитивной и негативной солидарности в социологической литературе выделяют характер ее направленности «на» или «против» другого социального субъекта (Гудков, 2004; Komter, 2005).

С психологической точки зрения, солидарность является сложным социально-психологическим конструктом, в котором абстрактная солидарность (установка на справедливое мироустройство, широкую взаимопомощь) является только одним из компонентов. Мы считаем, что основу солидарности составляет личный опыт помощи и взаимоподдержки, навык (действие) и сопереживание к другим (эмпатия). Есть психологические причины, по которым одни люди скептически относятся к внешней помощи и пониманию, другие ведут себя активно и целенаправленно при оказании помощи, третьи имитируют сопереживание, но проявляют пассивный интерес к реальным запросам на помощь. У них разный внутренний план соли-

дарного поведения. Важным фактором солидарного поведения является позитивная идентичность: эффективно помогают другим люди, которые с оптимизмом смотрят на возможность изменить мир, относятся с доверием к другим и уверены в своих собственных силах.

Для формирования солидарности когнитивный компонент образа пандемии должен обеспечивать сходство представлений о причинах, течении и последствии заболевания у граждан, общую программу взаимодействия в условиях нарастающей эпидемии.

Можно выделить как видимые, так и латентные *социально-психологические ресурсы* солидарности в условиях пандемии. К видимым относятся согласованность действий психологических служб в стране; экспресс-опросы, фундаментальные исследования и экспертизы по актуальным вопросам, проводимые академическими институтами и университетами¹; используемые ИТ-компаниями технологии для контроля психологических состояний, — например, приложения к телефонам, планшетам, компьютерам; проводимые тренинговыми компаниями мастер-классы по формированию эмоциональной, моральной, коммуникативной сензитивности, выработки новых социальных навыков для профилактики массовых заражений; проведение вебинаров и онлайн-консультаций психологами, ведущими частную практику, и т. п. К невидимым, латентным ресурсам солидарности относятся психологическая готовность населения страны к введению карантинных мероприятий (например, в Китае из-за систематических эпидемий такая готовность высокая, и одномоментное введение жестких ограничений вызывало меньший стресс, чем в странах-«новичках»); групповая сплоченность внутри профессиональных сообществ, — тех, кто принимал судьбоносные решения (чиновников, политиков), тех, кто оказался на передовой (медперсонал всех уровней, социальные работники, психологи, полицейские), и тех, кто продолжал работать в штатном режиме (службы ЖКХ, водители общественного транспорта и грузовых перевозок, банковские служащие, журналисты); социально-экономический статус различных категорий населения, компаний, отдельных граждан; семья как амортизатор негативных внешних

1 Если в 2003 г. во время эпидемии SARS было проведено всего три национальных опроса, в 2020 г. уже 8 февраля, через день после объявления карантина, было проведено 72 онлайн-опроса (Psychological services in China., 2020).

воздействий (семья в качестве протагониста определенной системы воспитания; гармоничная или дисгармоничная модели семьи); начальный уровень солидарности в стране, культурно-относительные нормы взаимодействия, сценарии взаимопомощи (социально-желательная дистанция), уровень согласованности, интенсивность контактов, в том числе в социальных сетях; уровень доверия к официальным источникам информации, к власти; наконец, местная солидарность на уровне жителей домов и районов.

Эффекты солидарности можно было наблюдать уже во время первой волны пандемии: «китайское чудо» («германское чудо», «русское чудо»; см.: Ануфриева, 2020) — все это случаи, когда масштабы распространения инфекции, уровень смертности от нее, темпы ее купирования были значительно благоприятней, чем в других странах. Мы можем предположить, что ресурс солидарности в этих странах использовался более эффективно, в том числе за счет медиастратегий информирования граждан в условиях пандемии, а также социально-психологических исследований, которые позволяли установить обратную связь с обществом, управлять людьми более эффективно, с меньшими потерями.

Нужно помнить и о своего рода разрывах в солидарности общества, которые часто связаны с наличием «слепых пятен» в системе помощи населению, с маргинальными группами, которые уже находились в изоляции на момент начала эпидемии и находятся в близком контакте друг с другом: заключенные, психически и хронически больные, обитатели домов престарелых, больные СПИДом и т. д. Так, сто лет назад испанским гриппом переболела четверть заключенных. Одна из Уханьских тюрем во время эпидемии COVID-19 была отрезана от коммуникаций, когда выяснилось, что заключенные заразились от одного из конвоиров. Несколько домов престарелых вымерло в Италии (Liebrenz, Bhugra, Buadze, Schleifer, 2020).

Медиа о факторах пандемии: основание для когнитивного диссонанса у представителей аудитории

В российских медиа рассматривались различные факторы распространения пандемии: генетические, миграционные, медицинские, политические, идеологические, экономические, географические,

демографические, региональные, психологические и культурно-исторические.

Генетические факторы раскрывались через утверждения о том, что COVID-19 поражает только представителей азиатских национальностей: ссылались на эпидемии SARS, свиного, куриного гриппа в Китае, которые не переросли в пандемии. Тезис о китайском не только по происхождению, но и по распространению гриппе некоторое время поддерживался и ВОЗ, что привело к запоздалой мобилизации в других странах. Различия по полу и возрасту в течении заболевания, влияние хронических заболеваний также связывали с генетическими факторами. Аргументы генетиков часто использовались для разжигания ксенофобии даже на государственном уровне, – например, Трамп призывал наказать Китай за сокрытие истинных масштабов заболеваемости и смертности от коронавируса (Трамп обвинил Китай..., 2020).

Миграционные факторы вводились через утверждения о том, что страны условно можно разделить на источники первичного массового распространения эпидемии (Китай); страны наиболее массового ввоза, они же – страны наибольшей иммиграции; страны транзита эпидемии; закрытые страны с низкой внутренней миграцией и т. д. Рейтинг иммиграции (США, Италия, Испания, Франция, Германия, Россия) (Список стран..., 2018) на начальном этапе совпадал с рейтингом распространения пандемии (Reported cases and deaths..., 2020). Трамп объявил о своем намерении приостановить иммиграцию в США (Сumar et al., 2020). Самой благоприятной ситуация считалась в странах Океании, Центральной Азии, Северной Кореи; Таджикистан и Туркменистан настаивали на своей «чистоте» (Черненко, Кривошеев, 2020), не признавая проблем с возвратом своих граждан, уехавших на заработки за рубеж (Возвращение после карантина..., 2020).

Рассматривались и принятые в стране санитарно-гигиенические нормы, схемы лечения, структура здравоохранения, т. е. *медицинские и санитарно-гигиенические факторы*. Утверждалось, что прививка против туберкулеза, обязательная в странах бывшего СССР и социалистического лагеря, в том числе бывшем ГДР, могла стимулировать иммунитет в долгосрочной перспективе и смягчить заболеваемость и смертность в этих регионах (Шатохина, 2020). Сообщалось о преимуществе отечественной медицины, делающей ставку на стацио-

нарное лечение по сравнению с американской, которая делает ставку на первичный осмотр (Доктор Мясников..., 2020).

При обсуждении *политических* факторов рассматривались проводимые в стране мероприятия по сдерживанию пандемии – карантин, чрезвычайная ситуация, комендантский час; мероприятия по диагностике, профилактике распространению вирусов, установленные масштабы тестирования на наличие коронавируса или антител и т. д., в том числе – медиаполитика, структура медиа (соотношение официальных и независимых СМИ, наличие специальных медицинских медиа); стратегии оповещения, создание новых медиаресурсов для оперативного штаба, горячих линий для населения, поддержка и реформатирование старых медиа, – например, изменение сеток вещания и формата телепрограмм и т. д.

Среди *идеологических* факторов, которые привлекали к себе внимание медиа, следует выделить: идеологическое противостояние, конкуренцию, конфликты и даже санкции, которые сказываются на принимаемых решениях. Трамп приостановил на три месяца финансирование ВОЗ, обвинив ее в прокитайской политике (Трамп заявил..., 2020); некоторые считали, что именно США могли разрабатывать биологическое оружие, которое вышло из-под контроля (Чесноков, 2020).

При обсуждении *экономических* факторов утверждалось, что пандемия повлечет за собой экономический кризис (Кузнец, 2020); и наоборот, говорилось о том, что пандемия была допущена для «списания» на нее серьезных экономических проблем.

Рассматривались и *географические* факторы: климат, сезонная температура, влажность и т. д. Неравномерное распространение и снижение пандемии, возможно, ставилось в зависимость от климатических условий (Смирнова, 2020).

Демографические факторы связывались с плотностью расселения, с возрастной, образовательной, профессиональной структурой населения и с другими факторами, которые входят в область знаний «социология города».

В числе *региональных* факторов СМИ указывали на уровень и структуру экономического развития региона, на интенсивность внешних коммуникаций, на его медицинскую инфраструктуру и т. п.

К *психологическим* и *социально-психологическим* факторам, обсуждаемым в медиа, относятся стресс, депрессия, тревожность, апатия,

ажитации, бессонница, психосоматические расстройства, обнаружение ложных симптомов заражения коронавирусом, панические атаки, раздражительность, агрессивность, чувство вины у здоровых и выживших, горе у переживших утрату, фобии разного содержания, включая социофобии, технофобии и т. д. Сюда же следует отнести стресс из-за потери социально-экономического статуса в условиях пандемии, аномию, конфликты, понижение уровня солидарности и т. п.

Наконец, *культурно-исторические и религиозные* факторы связывались с системой воспитания, образования, традиционными и ритуальными массовыми мероприятиями, с моделями поведения в экстремальных условиях, с речевыми клише, с мифами, описывающими происхождение и исход стихийных бедствий и т. д.

Следует отметить, что последние две группы факторов мало освещались в СМИ. В этой связи поведение и самочувствие людей, угрозы Я-концепции зрителя в условиях массированного, но противоречивого информирования напоминают о ценности теорий когнитивного неодиссонанса для анализа последствий медиаполитики телеканалов (Thibodeau, Aronson, 1992).

Увеличение объема телевещания при низком доверии к медиа

Первый этап пандемии сопровождался резким ростом медийной аудитории во время карантина. Причем чем ниже доверие к медиа, тем большее количество каналов информации стараются использовать люди. Человек пытается верифицировать сведения, чтобы выработать свою точку зрения. Еще одним следствием снижения доверия к медиа становится феномен выученной информационной беспомощности, при которой пропадает интерес не только к информации из официальных каналов, но и вообще к любым источникам информации о пандемии (Nisbet, Kamenchuk, 2021).

По данным Online Market Intelligence и Центра социального проектирования «Платформа» (Макушева и др., 2020), только 8% россиян доверяли официальной информации. Половина «недоверчивых» считали, что цифры заболеваемости занижены, угроза неблагоприятного развития пандемии недооценивается, а вторая половина, напротив, раздражалась из-за того, что нагнетается избыточная паника. 60% доверяли только лично знакомым медицинским работ-

никам разного ранга, начиная с медсестер и санитарок. Возможно, это результат поляризации внутри общества на «мы» и «они», «народ» и «власть» при высокой дистанции власти. В странах с низкой дистанцией власти официальные медийные фигуры, подобные доктору Комаровскому в Украине, напротив, вызывали воодушевление. Аудитория искала простые, дешевые и доступные средства лечения (пенталгин, лимоны, имбирь, соду и т.д.) (Скойбеда, 2020).

Прирост объема телесмотрения на основных российских каналах уже в первую неделю карантина, по данным Mediascope, составил в среднем 29–30% (Телеаудитория в Москве..., 2020), причем за счет нетрадиционной для них молодежной аудитории, которая прежде предпочитала Интернет. Всплеск телесмотрения происходил в активное рабочее время, он был сопоставим со зрительской долей в прайм-тайм. Среди мотивов изменения зрительского поведения были растерянность людей, их желание получить как можно больше информации из разных источников. Зрители вернулись к совместному семейному просмотру, когда родственники собираются вокруг телевизора в ожидании официальных сообщений, обращений президента.

Центральные каналы (Первый, Россия-1) получили прирост только 4%, а каналы со специальной аудиторией – НТВ (мужской), ТВ-3 (мистика), «Пятница» (молодежь), СТС (молодежь), «Домашний» (женщины), «РЕН-ТВ» (мужчины), «Муз-ТВ» (молодежь), «Звезда» (военные) и «Карусель» (дети) – получили двузначный (в процентах) рост. Так, например, рейтинг детского канала «Карусель» вырос на 54% (Афанасьева, 2020).

Кризис жанров на экране, проблема психотерапевтических жанров

Во время карантина, особенно первой недели «каникул», вплоть до 1 апреля, Дня юмора, каналы делали ставку на комедии, развлекательные программы, а ток-шоу «собирали» большие аудитории в студиях, несмотря на предписание социального дистанцирования. На второй неделе, когда каникулы плавно перешли в карантин, каналы доставали архивные документальные сюжеты об эпидемиях в России и мире. Показывали фильмы про пожилых, для которых режим самоизоляции был объявлен раньше и строже.

Многokrатно транслировался фильм «Старикr-разбойникr» для пожилых, комедия «Добро пожаловать, или посторонним вход запрещен» — для детей. Веселая атмосфера неожиданного праздника на экране сменилась паникой. Повседневность зрителей стала меняться. Именно на второй неделе самоизоляции психологам стали поступать многочисленные жалобы на панические атаки, ложные симптомы заболевания, депрессию, раздражительность, затрудненное дыхание, кошмарные сны об умерших родственниках, конфликты в семье, неуправляемость, истерики у детей. Вытеснить страхи развлекательным медиаконтентом не удалось. В социальных сетях зрители жаловались, что сцены поцелуев или касания поверхностей вызывают у них тревогу за героев. Тогда на первое место на телевидении вышли вселяющие уверенность в справедливость детективы, мобилизационные военные драмы. Мелодрамы и комедии на время отошли на второй план. Мобилизация проходила по типу военной, стали использоваться метафоры «пандемия — это война», «медики на фронте» без объяснения, как именно должно вести себя «мирное население», т. е. усиливалась солидарность усиливалась абстрактными категориями общности, без уточнения конкретных социальных групп и их интересов.

Идентичность людей в период стихийных бедствий оспаривается. Люди не знают, что их ждет в ближайшем и отдаленном будущем и что можно предпринять. Даже в условиях резких социальных изменений и катастроф личность стремится сохранить *позитивную идентичность* — нормальное самоощущение, добрую репутацию, уверенный статус, положительные социальные роли и полезные контакты. Зритель помещается в *проективную* ситуацию, а телевидение поставляет негативные образы прошлого, приводя к ретравматизации, актуализации старых коллективных травм. На самом деле пандемия — это новый вызов, ответить на который можно, только мобилизовав население, поэтому медиа должны занять *проактивную позицию*, стимулировать надситуативную активность у людей, нацеленность на будущее, заражать оптимизмом и уверенностью в благоприятном исходе. Доказано, что солидарно ведут себя люди с позитивной идентичностью и оптимистичным взглядом на мир.

Идентификация, отождествление себя с положительными персонажами телепрограмм, героев репортажей является механизмом социализации личности, определяющим общее отношение челове-

ка к себе через отношение его к другим людям, которые воспринимаются как образцы для подражания (Bandura, 1971). Моделирующую функцию медиа в эти периоды трудно переоценить. Психологи, безусловно, могли бы помочь редакторам сформировать более адекватную сетку вещания, составить список «психотерапевтических» фильмов, чтобы снизить стрессовую нагрузку первого этапа пандемии для зрителей. Полюс идентичности зрителя мог стать объектом психологического контроля.

Бессознательная солидарность и самодеятельность в социальных сетях, формирование позитивных лакунарных идентичностей

Во время первой волны пандемии чрезвычайно выросла интенсивность неформальной коммуникации и в социальных медиа (Камалетдинов, 2020), что косвенно указывало на рост тревожности и потребности в достоверной информации. Это пример так называемой бессознательной солидарности (по Г. Спенсеру) — объединения людей для удовлетворения первичных потребностей (вitalности, безопасности и т. д.)

Стихийное творчество в социальных сетях было направлено на преодоление стигматизации (covidioty, ковид-диссиденты, больные люди, карантинеры, переносчики вируса, нарушители правил и норм карантина).

Лакуна — отсутствие категории в категориальной системе, во время как в сознании уже существует или формируется соответствующий ментальный образ. Лакунарные арт-сообщества всегда существовали в России (например, «митьки»), отличались высокой внутригрупповой солидарностью и оптимизмом, хотя их официальное признание могло быть отложенным, а роль в искусстве оспаривалась (Дашидоржиева, 2017). На наш взгляд, такие стихийные группы выполняют роль психологической поддержки в условиях, когда иные способы психологической защиты ослаблены или невозможны, а давление социального контроля и риски публичной дискредитации очень высоки. Они направлены на создание символических позитивных идентичностей с еще неизвестными случайными номинациями (лакунарная идентичность).

Самой популярной, удостоенной впоследствии премии Рунета, социальной группой в условиях карантина оказалась группа

Art Isolation – изоляция, флешмоб, запущенный в русском секторе Фейсбука 30 марта 2020 г. накануне карантина. Участникам группы предлагали воспроизвести известные художественные произведения в домашних условиях, участвуя в качестве моделей и постановщиков. В группу вступили сотни тысяч русскоговорящих участников (Russia’s “Isolation Art”, 2020).

Американский аналог Art Isolation Challenge был запущен на Фейсбуке раньше, но действовал по другим правилам – предлагал проиллюстрировать рисунками день за днем, в течение месяца, строгий список из 30 тем, связанных с карантином; к группе присоединилось немногим более 20 тысяч участников (Barnes, 2020).

Вспоминая огромные очереди в музеи в последние годы в России, можно утверждать, что для россиян важно сохранить не просто позитивную идентичность активного человека (американский активизм), но идентичность культурного человека (русский идеализм). Творчество, демонстрация самодельных произведений оказались способом компенсации, а поддержка новичков (десятки тысяч лайков) – способом демонстрации солидарности, групповой психологической поддержки, социального одобрения.

Формирование парадоксальных тенденций в развитии пандемии

Ранняя публикация результатов исследований о влиянии коронавируса на разные группы населения привела к быстрому формированию парадоксальных тенденций. Например, новости о том, что вирус поражает в большей мере пожилых в Китае, Италии, Испании сказались на быстром омоложении популяции зараженных в странах с последующим распространением пандемии. В России в некоторые дни до 85% заразившихся составляли люди младше 65 лет. Утверждение, что вирус поражает чаще мужчин, демотивировало женщин вести себя осторожно, и они составили большинство в странах с более поздним распространением пандемии. ВОЗ оповещал, что женщины в два раза реже болеют и умирают от коронавируса, чем мужчины, что предположительно связано с наличием двух X-хромосом, отвечающих за иммунитет, с положительным влиянием женского гормона эстрогена на лечение, с меньшим распространением среди женщин курения, а также связанных с ним частых прикасаний к лицу и раздражения носоглотки (Евстафьева, 2020; Мануков, 2020).

Однако уже первые данные по Украине показали, что женщины здесь опережают мужчин (Радио Maximum, 2020), и в качестве объяснения стали называться культурные и социальные факторы – перегруженность, социальная незащищенность постсоветских женщин.

Отсутствие консолидирующих сюжетов на детских каналах

Проведенный нами экспертный анализ сетки вещания и содержания программ федерального телеканала «Карусель» показывает, что за последние годы увеличилось количество программ, направленных на формирование навыков безопасности в сложных ситуациях, в которые включены службы спасения. Однако программ, в которых формировались бы другие социальные навыки (в том числе и навыки солидарности) и важные экзистенциальные установки, очень мало. Самыми популярными жанрами до сих пор остаются конкурсы и викторины. Программы содержат большое количество негативных стереотипов, возрастные особенности аудитории создателями учитываются интуитивно. Произошло «омоложение» аудитории: главной целевой аудиторией стали дошкольники. Между тем формировать у них навыки солидарности – значит не только одобрять и демонстрировать дружбу детей из разных этнических, социальных групп, но и вместе достигать важных для людей целей, распределяя обязанности, учиться новому в команде, просить о помощи у взрослых и сверстников, оказывать ее, составлять план действий, признавать ошибки, поддерживать друг друга в сложной ситуации, находить решения методом проб и ошибок и т. д. К сожалению, такой задачи федеральные СМИ перед собой, по-видимому, не ставили.

Сетка детского канала не была изменена во время карантина. Как и на «взрослых» каналах, увеличили количество развлекательного контента. Программы для детей перемежались рекламой продукции для них. На экране не было взрослых, к которым обычно обращаются за помощью.

Наши исследования в рамках образовательного проекта «Улица Сезам» показали, что у дошкольников могут быть сформированы солидарные установки и навыки взаимопомощи уже после однократного просмотра социального сюжета, в подготовке которого принимали участие детские психологи (Маховская, Марченко, 2015). Телевидение могло ставить задачу формирования соли-

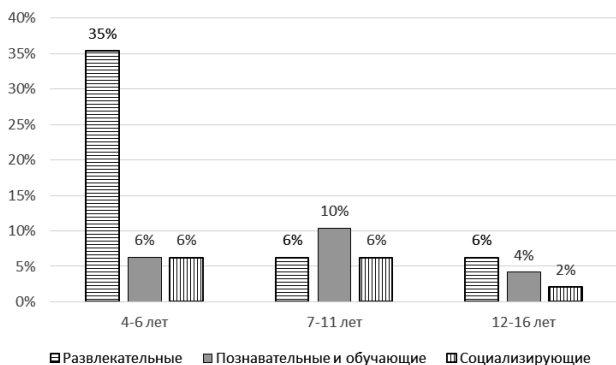


Рис. 1. Соотношение программ разного направления телеканала «Карусель» (апрель 2020 г.)

дарных установок у дошкольников в период пандемии, но, очевидно, не ставило.

Из социальных навыков, которые демонстрировались на канале «Карусель» во время карантина, на первом месте оставались навыки безопасного поведения на улице, на проезжей части, во время пожара. Формировались навыки здорового питания, бережного отношения к природе. Тем не менее, солидарное поведение должно включать более широкий спектр действий, в том числе навыки поведения на карантине. Можно было бы использовать знакомые сюжеты, например, сказку «Снежная королева»: вирус – осколок кривого зеркала, созданного злым троллем; он может попасть в глаз мальчику или девочке, и тогда им, как и Каю, придется отправиться на самоизоляцию в чертоги Снежной королевы; там холодно и одиноко, как в больничной палате; но оттуда обязательно спасут друзья, родные, добрые люди. «Сказку о Красной Шапочке и Сером Волке» можно интерпретировать в рамках запрета посещения детьми своих пожилых родственников: Красная Шапочка нечаянно сообщила Волку (вирусу), где живет Бабушка, и тот ее съел; по счастью, есть сильные и знающие взрослые, которые всегда помогают в беде. Задача адаптации программной сетки, содержания программ к новым экстремальным условиям могла бы решаться с помощью детских психологов в короткий срок.

На пути к психологически обоснованным медиастратегиям в условиях пандемии: практические рекомендации

Проведенный нами анализ позволяет сформулировать целый ряд практических рекомендаций по формированию медиастратегий психологической поддержки населения в условиях пандемии и других глобальных кризисов.

Наряду с врачами, необходимо приглашать в эфиры психологов, способных объяснить людям, какие чувства, страхи, фобии они переживают, какие приемы совладания они используют сейчас, а также могут использовать для защиты себя от негативных психологических последствий пандемии. Не только психологические переживания и острые эмоциональные реакции, но и социальные переживания (нарушение связей, крушение карьеры), экзистенциальные страхи (страх смерти, беспомощности, жизни), экономические тревоги (страх бедности и нищеты, потери бизнеса, работы) должны объясняться людям, которые ищут поддержку, в том числе в медиа.

Необходимо показывать примеры разных типов солидарности (межперсональной, локальной, профессиональной, возрастной, этнической, социальной, политической и др.) и, избегая стигматизации одних групп и героизации других, предупреждать противостояние в обществе.

Очень важно формировать и транслировать образ оптимистического будущего для граждан, отдельных групп, общества, человечества в целом.

Следует расширить тематическую линейку познавательных и образовательных передач за счет важных для текущей пандемии тем с акцентом на сотрудничестве людей, институтов, сообществ, групп.

Необходимо контролировать баланс отрицательных (рассчитанных на страхи) и положительных (рассчитанных на воображение и желания) медиастратегий, поддерживать позитивную идентичность граждан, групп, общества, человечества в целом, чтобы сохранить их жизнеспособность.

В условиях пандемии необходима социально-психологическая экспертиза телевизионных сеток и содержания основных программ центральных каналов с точки зрения оказываемых ими психотерапевтических эффектов.

Важно привлекать социологов и психологов на всех этапах телепроизводства при создании просоциальных образовательных и просветительских телепрограмм.

Необходимо показывать полный цикл борьбы с пандемией с начала ее возникновения и до возвращения к нормальной жизни, в том числе обращаясь к опыту преодоления других пандемий, других глобальных и национальных кризисов.

Следует показывать примеры стихийной солидарности граждан в условиях пандемии, приглашать в эфиры инициаторов и активистов подобных стихийно возникших социальных групп.

Используя разные форматы и жанры, нужно прямо формировать установки солидарности у взрослых и детей. При этом следует учитывать возрастные особенности, уровень образования и другие социально-психологические характеристики целевых аудиторий.

Очевидно, медиа на начальном этапе пандемии не ставили специальной задачи психологически обоснованного формирования солидарных установок у граждан. Между тем психологи могут оказать профессиональную помощь, чтобы в кратчайшие сроки адаптировать медиа к условиям нарастающей пандемии, консолидировать общество, научить граждан новым навыкам эффективного целесообразного поведения в различных ситуациях и контекстах, сохранения позитивной идентичности и оптимизма.

Литература

- Ануфриева Н.* Доктор Мясников рассказал о «русском чуде» в связи с коронавирусом // Взгляд. 2020. Апрель 11. URL: <https://vz.ru/news/2020/4/11/1033794.html> (дата обращения: 15.11.2021).
- Афанасьева А.* Телеканалы не узнали зрителей // Коммерсант. 2020. 7 апреля. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/4315791> (дата обращения: 15.11.2021).
- Возвращение после карантина: как казахстанцы проходят через блокпосты? // Семей Сити. 2020. 1 апреля. URL: <https://semei.city/novosti-kazakhstana/38794> (дата обращения: 15.11.2021).
- Дашидоржиева Б. В.* Лакунарность коллективной идентичности арт-сообществ (на примере арт-сообществ «Митьки», «Fluxus», «Гутай» и «Новые дикие») // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. 2017. Т. 40. С. 131–140.
- Доктор Мясников заявил о «русском чуде» во время коронавируса // Лента.ру. 2020. 11 апреля. URL: <https://lenta.ru/news/2020/04/11/chudo> (дата обращения: 15.11.2021).

- Евстафьева Е.* Почему женщины реже умирают от коронавируса, чем мужчины // Лайфхакер. 2020. 21 апреля. URL: <https://lifelhacker.ru/smertnost-ot-koronavirusa> (дата обращения: 15.11.2021).
- Жінки чи чоловіки: статистика, хто частіше хворіє на коронавірус в Україні* // Радио Maximum. 2020. 30 марта. URL: https://maximum.fm/zhinki-chi-choloviki-statistika-hto-chastishe-hvoriye-na-koronavirus-v-ukrayini_n175988 (дата обращения: 15.11.2021).
- Исайченко О.* Эксперт: В своем обращении Путин фактически призвал общество к солидарности // Взгляд. 2020. 25 марта. URL: <https://vz.ru/news/2020/3/25/1030851.html> (дата обращения: 15.11.2021).
- Камалетдинов Д.* Из-за коронавируса выросла нагрузка на соцсети и интернет. Сервисы урезают качество, но провайдеры пока справляются // TJ. 2020. 25 марта. URL: <https://tjournal.ru/tech/153118-iz-za-koronavirusa-vyros-la-nagruzka-na-socseti-i-internet-servisy-urezayut-kachestvo-no-provaydery-poka-spravlyayutsya> (дата обращения: 15.11.2021).
- Кузнец Д.* Если эпидемия затянется, мир ждет новая Великая депрессия. Но даже если все будет не так плохо, коронавирус все равно повлияет на мировую экономику. Рассказываем, какие прогнозы // Медуза. 2020. 1 февраля. URL: <https://meduza.io/feature/2020/02/01/ne-zatyagivat> (дата обращения: 15.11.2021).
- Макушева М., Орлова Е., Фирсов А., Шашкин А.* Исследование социальных эффектов пандемии COVID-19 // Социологический антикризисный центр. Сводка № 6. 2020. URL: <http://pltf.ru/2020/04/17/omi-i-platforma-socialnye-jeffekty-pandemii> (дата обращения: 15.11.2021).
- Мануков С.* Ученые пытаются объяснить, почему мужчины более уязвимы перед коронавирусом // Эксперт. 2020. 26 марта. URL: <https://expert.ru/2020/03/26/koronavirus> (дата обращения: 15.11.2021).
- Маховская О. И., Марченко Ф. О.* Формирование у дошкольников солидарных установок средствами телевидения // Психология нравственности / Отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. С. 439–459.
- Маховская О. И., Марченко Ф. О.* Дети и телевидение: история психологических исследований и экспертизы телепрограмм для детей. М.: Инфра-М, 2015.
- Скойбеда У.* Кто придумал миф, что имбирь защищает от коронавируса. Расследование Ульяны Скойбеда // Комсомольская правда. 2020. 15 апреля. URL: <https://www.kp.ru/daily/27118/4198466> (дата обращения: 15.11.2021).

- Смирнова Ю. Версия метеорологов: Аномалии климата помогли коронавирусу стать пандемией // Комсомольская правда. 2020. 4 апреля. URL: <https://www.kp.ru/daily/27113/4191087> (дата обращения: 15.11.2021).
- Список стран по миграционному рейтингу // Википедия. 2018. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Список_стран_по_миграционному_рейтингу (дата обращения: 15.11.2021).
- Телеаудитория в Москве в первые дни карантина выросла на 30% // Состав. 2020. 1 апреля. URL: <https://www.sostav.ru/publication/teleauditoriya-v-moskve-v-pervye-dni-karantina-vyrosla-na-30-42661.html> (дата обращения: 15.11.2021).
- Трамп заявил о приостановке финансирования ВОЗ // РИА Новости. 2020. 15 апреля. URL: <https://ria.ru/20200415/1570055194.html> (дата обращения: 15.11.2021).
- Трамп обвинил Китай в сокрытии масштабов распространения коронавируса // Вести.ру. 2020. 23 марта. URL: <https://www.vesti.ru/article/2095503> (дата обращения: 15.11.2021).
- Черненко Е., Кривошеев К. Страны непуганых пациентов // Коммерсант. 2020. 21 апреля. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/4327770> (дата обращения: 15.11.2021).
- Чесноков Э. Версия: США создали коронавирус, чтобы наказать Китай и собственных банкиров // Комсомольская правда. 2020. 24 марта. URL: <https://www.kp.ru/daily/27108/4183343/> (дата обращения: 15.11.2021).
- Шатохина А. Советская защитная. БЦЖ предупреждает заражение коронавирусом? // Аргументы и факты. 2020. 30 марта. URL: https://aif.ru/health/coronavirus/sovetskaya_zashchitnaya_bczh_preduprezhdaet_zarazhenie_koronavirusom (дата обращения: 15.11.2021).
- Abela A. M. Solidarity and religion in the European Union: A comparative sociological perspective // The value(s) of a constitution for Europe / Ed. P. G. Xuereb. Malta: European Documentation and Research Centre, University of Malta, 2004. P. 71–101.
- Bandura A. Psychological modeling: Conflicting theories. Chicago: Aldine Atherton, 1971.
- Barnes S. 5 Online art challenges to help you to stay creative and connected during coronavirus lockdown // Mymodernmet.com. 2020. March 17. URL: <https://mymodernmet.com/coronavirus-quarantine-art-club/> (дата обращения: 15.11.2021).

- De Beer P., Ferry K.* Sticking together or falling apart? Solidarity in an era of individualization and globalization. Amsterdam: Amsterdam University Press, 2009.
- Habermas J.* Citizenship and national identity: Some reflections on the future of Europe // Praxis International. 1992. V. 12 (1). P. 1–19.
- Kumar A., Crampton L., Choi M.* Trump's surprise immigration ban expected to include major exemption // Politico. 2020. April 20. URL: <https://www.politico.com/news/2020/04/20/trump-suspend-immigration-coronavirus-197755?fbclid=IwAR3Jd0k-EV91lL9JtQBxfDEgoYaPPBcxrN-V01lj6jA76lZbbXpIt5spXILk> (дата обращения: 15.11.2021).
- Liebrez M., Bhugra D., Buadze A., Schleifer R.* Caring for persons in detention suffering with mental illness during the COVID-19 outbreak // Forensic Science International: Mind and Law. 2020. doi: 10.1016/j.fsml.2020.100013
- Liu S., Yang L., Zhang C., Xiang Y.-T., Liu Z., Hu S., Zhang B.* Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak // The Lancet Psychiatry. 2020. V. 7 (4). P. e17–e18. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30077-8
- Nisbet E. C., Kamenchuk O.* Russian news media, digital media, informational learned helplessness and belief in COVID-19 misinformation // International Journal of Public Opinion Research. 2021. V. 33 (1). doi: 10.1093/ijpor/edab011
- Radtke K.* Transnational solidarity in the face of humanitarian crises: Trends in voluntary giving in Germany. Paper presented at the International Studies Association 48th Annual Convention, February 28–March 3. Chicago, USA, 2007.
- Reported cases and deaths by country or territory // Worldometer. 2020. URL: <https://www.worldometers.info/coronavirus> (дата обращения: 23.03.2020).
- Russia's 'Isolation Art' takes the Internet by storm // www.themoscowtimes.com. 2020. April 6. URL: <https://www.themoscowtimes.com/2020/04/06/russias-isolation-art-takes-the-internet-by-storm-a69887> (дата обращения: 15.11.2021).
- Stewart M., Schultze U.* Producing solidarity in social media activism: The case of my stealthy freedom // Information and Organization. 2019. V. 29 (3). doi: 10.1016/j.infoandorg.2019.04.003
- Thibodeau R., Aronson E.* Taking a closer look: Reasserting the role of the self-concept in dissonance theory // Personality and Social Psychology Bulletin. 1992. V. 18 (5). P. 591–602.

Взаимосвязь воспринимаемых угроз, связанных с пандемией COVID-19, и социального капитала на индивидуальном уровне

Е. А. Банникова, А. Н. Татарко

doi: 10.38098/fund_21_0442_15

Роль социального капитала в ликвидации последствий катастроф

Природные стихийные бедствия, такие как землетрясения, наводнения, пожары, эпидемии, всегда были частью человеческой жизни. Хотя материальная инфраструктура важна для борьбы с бедствиями, в последнее время все больше и больше говорят о важности социального капитала (Albrecht, 2017; Pitas, Ehmer, 2020). Согласно исследованию Р. Патнэма, Р. Леонарди и Р. Нанетти, под «социальным капиталом» понимаются «характеристики социальных организаций, такие как доверие, нормы и связи, которые могут повысить эффективность общества, способствуя скоординированным действиям» (Putnam, Leonardi, Nanetti, 1993, p. 167). Р. Патнэм различает две формы социального капитала: соединяющий и связывающий (Putnam, 2000). Связывающий социальный капитал, который также называют горизонтальным, объединяет людей внутри группы, которые схожи по социально-демографическим и финансовым характеристикам (например, семьи и местные сообщества). Соединяющий социальный капитал часто описывают как вертикальный, объединяющий людей разных классов, национальностей, культур и других социальных страт. Поскольку соединяющий социальный капитал объединяет разные типы людей, он обеспечивает доступ к более широкому спектру ресурсов, возможностей и информации, чем тот, который доступен человеку в его группе (Szreter, Woolcock, 2004).

Исследование осуществлено в рамках Программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ.

Одним из первых открытий, связанных с важностью социального капитала для преодоления последствий стихийных бедствий, является то, что люди обращаются за помощью и поддержкой в первую очередь к своим родственникам и друзьям, а не к правительству (Aldrich, 2012). Автор выделяет три механизма, с помощью которых социальный капитал помогает в восстановлении после бедствий. Первый — это выбор между стратегией «выхода» и «голоса», где «выход» означает уход из своего сообщества или разрушенных домов и начало жизни в новом месте. Когда люди выбирают «голос», они возвращаются и начинают работать коллективно. Люди, которые имеют прочные связи со своим сообществом, соседями, родственниками и друзьями, более склонны выбирать «голос». Второй способ участия социального капитала в восстановлении после стихийных бедствий — преодоление барьера для коллективных действий. В сообществах с низким уровнем социального капитала люди часто думают, что другие будут выполнять всю тяжелую работу, — например, вести переговоры с властями, подписывать петиции и другие формы мобилизации, — в то время как они могут оставаться дома и ничего не делать. Однако сообщества с более высоким уровнем доверия и связей между людьми с большей вероятностью будут действовать эффективно и слаженно. Третий способ участия социального капитала в восстановлении после стихийных бедствий — это взаимная помощь и неофициальное страхование. Неофициальное страхование означает, что когда стандартные поставщики ресурсов (правительственные организации, частные компании) не могут их предоставить, члены сообщества предоставляют их друг другу (например, когда отели закрываются, соседи могут предоставить убежище тем, чьи дома были разрушены). Стихийные бедствия оказывают на людей не только физическое воздействие, но и долгосрочное психологическое воздействие на разум людей (Yeo, Sato, 2016). Социальный капитал играет важную роль в восстановлении после стихийных бедствий, и особое внимание следует уделять его созданию в районах, подверженных стихийным бедствиям.

Роль социального капитала в борьбе с пандемиями

Учитывая важность социального капитала в контексте восстановления после стихийных бедствий, важно рассматривать его как один

из ресурсов, способствующих преодолению последствий пандемий и влияющих на реагирование на них. На первый взгляд, роль социального капитала в преодолении пандемии может показаться двоякой. С одной стороны, в обществах с прочными связями между людьми больше контактов и вирус может распространяться быстрее. С другой стороны, люди больше заботятся друг о друге, доверяют друг другу, поэтому они могут придерживаться поведения, защищающего здоровье (Makridis, Wu, 2020). В свою очередь, принятие мер по защите здоровья во время пандемии гриппа может замедлить распространение болезни (Rubin et al., 2009).

Было замечено, что сообщества с более высоким уровнем социального капитала более эффективно реагируют на пандемии (Chuang et al., 2015). Например, связывающий социальный капитал ассоциируется с более частым мытьем рук и с вакцинацией от гриппа. Обе формы социального капитала связаны с ношением маски (ibid.). Согласно С. Шретеру, для борьбы с пандемией необходимы два вида социального капитала (Szreter, 2004). Связывающий социальный капитал помогает обмениваться информацией внутри социальных групп, соединяющий же позволяет получить доступ к ресурсам и информации, которыми владеют другие социальные группы или общественные объединения.

Всемирная организация здравоохранения подчеркивает важность социального капитала и доверия для преодоления и сдерживания эпидемий (Outbreak communication..., 2005). Люди следуют рекомендациям властей, средств массовой информации или знакомых по вопросам защиты здоровья, только если они доверяют данному источнику информации (Prati, Pietrantoni, Zani, 2011). По словам Б. Реннерстранда, изучавшего пандемию гриппа А (H1N1) в 2009 г., институциональное доверие к здравоохранению и общий уровень доверия связаны с намерением пройти вакцинацию (Rönnerstrand, 2013). В то же время низкий уровень доверия к правительству связан с недостаточным соблюдением гражданами мер контроля заболеваний и с высоким отказом от превентивного поведения (Vinck et al., 2019). Среди других механизмов социального капитала, способствующих укреплению здоровья, исследователи отмечают социальные нормы в сообществе, которые распространяют информацию о здоровье, и сильные социальные связи, обеспечивающие поддержку (Kim, 2006). К. Макридис и К. У исследовали распространение COVID-19

в США (Makridis, Wu, 2020). Они пришли к выводу, что более высокий уровень социального капитала связан с меньшим количеством заражений. Интересно, что социальный капитал опосредует воздействие пандемии даже в сообществах с низкими доходами, и его роль еще сильнее в районах, где плотность населения выше. Исследователи недавних эпидемий — атипичной пневмонии в 2003 г., лихорадки Эбола в 2014 г. и вируса Зика в 2015 г. — также пришли к выводу, что с эпидемиями лучше справляются районы с более высоким уровнем социального капитала (Vinck et al., 2019).

Как пандемии влияют на социальный капитал?

Социальный капитал помогает справиться с пандемиями, но влияют ли пандемии на социальный капитал? Ответ оказывается достаточно противоречивым. Осве, Альфани, Гандольфи и Могли, изучив последствия эпидемий испанского гриппа 1918 г. до COVID-19, утверждают, что столкновение с пандемией испанского гриппа отрицательно сказалось на социальном доверии (Aassve, Alfani, Gandolfi, Le Moglie, 2020). Более того, низкий уровень социального доверия был унаследован потомками, что в долгосрочной перспективе только усугубило негативный эффект и на многие десятилетия замедлило экономическое развитие страны. Снижение доверия стало результатом мер, принятых для борьбы с пандемией: социальной изоляции, закрытия общественных мест, запрета массовых собраний и просьбы властей избегать межличностных контактов. Эти меры сопровождалась ошибками в диалоге властей с населением. Вторая мировая война и слухи о том, что вирус распространяли враги, также имели значение (Cohn, 2018). Все эти факторы провоцировали социальную напряженность, потрясения и недоверие вместо того, чтобы объединить людей против общего врага — пандемии. М. Ле Могли и соавт. также отмечают, что влияние испанского гриппа на доверие в странах, которые сохранили нейтралитет во время войны, было значительно более негативным, чем в странах, принимавших участие в войне (Aassve, Alfani, Gandolfi, Le Moglie, 2020). Авторы предполагают, что это могло быть связано с различным изображением пандемии в СМИ, что подчеркивает важную роль, которую СМИ играют в укреплении доверия. В нейтральных странах люди уделяли пандемии больше внимания, осознавали ее серьезные

угрозы, что привело к значительным изменениям в их социальном взаимодействии и, как следствие, к снижению доверия. Пиери также подчеркивает огромную роль СМИ в повышении осведомленности о пандемии и в фрейминге вопросов, связанных с ней (Pieri, 2018).

Уже высказывались опасения, что пандемия COVID-19 может иметь негативные последствия для социального капитала (Pitas, Ehmer, 2020). Такие меры, как изоляция и социальное дистанцирование, принимаемые для сдерживания вируса, могут способствовать разрушению социального капитала. Во время пандемии прекращается или сводится к минимуму повседневное взаимодействие с разными людьми, которое имеет место в повседневной жизни – на работе, в школе и в общественных местах. Авторы утверждают, что, несмотря на усиление связывающего социального капитала, уровень соединяющего социального капитала может снизиться. В то же время они отмечают важность баланса между всеми формами социального капитала для эффективного ответа на пандемию.

Важно отметить, что пандемия COVID-19 отличается от пандемий прошлого: теперь у нас есть цифровые технологии. Пребывание дома не означает полной изоляции. Мы можем работать, учиться, общаться, видеться с семьей и друзьями. Тем не менее, означает ли это, что социальному капиталу ничто не угрожает? Ученые утверждают, что сегодня существует много неясностей в отношении использования цифровых технологий в новых реалиях. Люди могут не знать, как использовать их надлежащим образом и эффективно. Более того, цифровая коммуникация не является эквивалентной заменой личного взаимодействия (Pitas, Ehmer, 2020).

С другой стороны, есть свидетельства того, что бедствия могут, наоборот, укреплять социальный капитал (Dussaillant, Guzman, 2015). Авторы считают, что в некоторых случаях уровень доверия повысился после землетрясения и цунами. Бедствия влияют на отношения людей, их поведение и социальные нормы и тем самым предоставляют возможность укрепить социальные связи (Dussaillant, Guzman, 2015). Таким образом, вопрос о том, как пандемия влияет на социальный капитал, остается открытым, и настоящая работа вносит вклад в его исследование, которое предпринято для поиска ответа на более частный вопрос: связана ли воспринимаемая угроза пандемии с изменением социального капитала на индивидуальном уровне?

Мы рассматриваем воспринимаемые угрозы пандемии как психологические индикаторы ее воздействия. Это субъективное восприятие человека относительно вероятности столкновения с опасностью при минимальном количестве объективной информации (Agrawal, 2018). Воспринимаемые угрозы подразумевают, что человек субъективен в оценке явления и предполагаемой вероятности того, что событие произойдет и будет иметь конкретные последствия (Wirtz, Rohrbeck, 2018). Мы выделяем два типа воспринимаемых угроз: угрозы здоровью и экономические угрозы. Воспринимаемые экономические угрозы сочетают в себе угрозы для экономики страны и для личного финансового положения в связи с пандемией. Воспринимаемая угроза здоровью объединяет угрозы как собственному здоровью, так и семье/друзьям. Мы также исследуем, существует ли связь между самооценкой здоровья и связующим/соединяющим социальным капиталом. К. Трентини и его коллеги утверждают, что самооценка здоровья является важным компонентом, индикатором общего состояния здоровья человека (Trentini et al., 2020).

Целью настоящего исследования является изучение взаимосвязи между воспринимаемыми угрозами пандемии COVID-19 и двумя типами социального капитала (соединяющим и связывающим) на индивидуальном уровне. Кроме того, мы исследуем, существует ли связь между самооценкой здоровья, индивидуальным опытом переживания COVID-19 (были ли респонденты или его/ее родственники/друзья инфицированы) и индивидуальным социальным капиталом.

Методика и результаты исследования

Опрос был проведен в апреле, мае и июне 2020 г. в России. В исследовании приняли участие 233 человека (40% мужчин и 60% женщин). Возрастной диапазон варьировался от 18 до 91 года ($M = 39$, $Sd = 16$). У 54% респондентов есть дети. Большинство участников (74%) имели высшее образование, 15% – начальное, 11% – начальное и среднее профессиональное. Статус занятости респондентов был следующим: работающие – 68%; образование (студент) – 12,3%; работа по дому / уход за детьми – 2,5%; военная служба – 0,4%; пенсионеры – 5,8%; безработные – 11%. В Москве и Московской области проживали 33% участников, 20% – в Волгограде. Некоторые респонденты (26,5%) сообщили, что принадлежат к религиозной и/или духовной органи-

зации (79,2% – христианство, 5,2% – ислам, 3,4% – буддизм), 73,5% не являлись представителями какой-либо религиозной ассоциации.

Для определения необходимого размера выборки была использована программа G Power v. 3.1.9.4. Допуская, что размер эффекта популяции составляет $\eta = 0,2$, а уровень значимости установлен на стандартном $p = 0,05$, размер выборки 191 дал мощность 0,8, чтобы наблюдать значимую корреляцию. Таким образом, минимальный размер выборки составил 191 человек.

Социальный капитал являлся зависимой переменной исследования. Для его оценки была использована шкала социального капитала Д. Уильямса (Williams, 2006). Она имеет две субшкалы: соединяющий и связывающий социальный капитал. Каждая из субшкал включала вопросы, которые измеряли соединяющий социальный капитал (10 вопросов) и связывающий социальный капитал (10 вопросов). Баллы субшкал соединяющего и связывающего социального капитала были рассчитаны как среднее по всем пунктам на основе пятибалльной шкалы (1 – категорически не согласен, 2 – не согласен, 3 – нейтрально, 4 – согласен, 5 – полностью согласен). Шкала «Связывающий социальный капитал» (10 вопросов, $\alpha = 0,84$) объединила следующие параметры: 1) эмоциональная поддержка, 2) доступ к скудным или ограниченным ресурсам, 3) способность мобилизовать солидарность и 4) аутистический антагонизм. Шкала «Соединяющий социальный капитал» (10 вопросов, $\alpha = 0,83$) включала следующие категории: 1) взгляд вовне, 2) контакт с более широким кругом людей, 3) представление о себе как о части более широкой группы и 4) взаимодействие с более обширным сообществом.

Воспринимаемые угрозы пандемии, опыт COVID-19 и самооценка здоровья являлись независимыми переменными исследования. Авторами была разработана и использована в настоящем исследовании следующая «Шкала воспринимаемой угрозы пандемии COVID-19», состоящая из двух субшкал: «Угрозы здоровью» (вопросы 1–5) и «Экономические угрозы» (вопросы 6–8):

1. Считаете ли вы, что пандемия коронавируса представляет угрозу для здоровья населения России в целом?
2. Какую угрозу для здоровья ваших близких представляет пандемия коронавируса?
3. Видят ли ваши друзья и коллеги угрозу своему здоровью в пандемии коронавируса?

Раздел 3

4. Как вы думаете, насколько высока угроза заболевания коронавирусом лично для вас?
5. Насколько высока, по вашему мнению, угроза нанесения серьезного вреда вашему здоровью в случае болезни?
6. Представляет ли пандемия коронавируса угрозу для роста и стабильности российской экономики?
7. Существует ли угроза экономического кризиса в России из-за пандемии коронавируса?
8. Какую угрозу для вашего личного финансового положения представляет пандемия коронавируса?

Для определения оптимального числа факторов был проведен эксплораторный факторный анализ (см. таблицу 1). Двухфакторная структура показала приемлемые показатели пригодности: КМО=0,793, тест сферичности Бартлетта составил $\chi^2(28) = 839$, $p < 0,001$. Два фактора объяснили 66,6% дисперсии. Фактор 1 был обозначен как «Угрозы здоровью» ($M = 2,81$, $Sd = 0,856$) и состоял из пяти вопросов. На долю данного фактора пришлось 47,8% объясненной дисперсии с фактор-

Таблица 1
Результаты эксплораторного факторного анализа методики оценки воспринимаемых угроз пандемии COVID-19

Формулировки вопросов	Факторы	
	1	2
Считаете ли вы, что пандемия коронавируса представляет угрозу для здоровья населения России в целом?	0,762	
Какую угрозу для здоровья ваших близких представляет пандемия коронавируса?	0,907	
Видят ли ваши друзья и коллеги угрозу своему здоровью в пандемии коронавируса?	0,821	
Как вы думаете, насколько высока угроза заболевания коронавирусом лично для вас?	0,803	
На ваш взгляд, насколько высока угроза серьезного вреда вашему здоровью в случае болезни?	0,731	
Представляет ли пандемия коронавируса угрозу для роста и стабильности российской экономики?		0,909
Есть ли угроза экономического кризиса в России из-за пандемии коронавируса?		0,966
Какую угрозу представляет пандемия коронавируса для вашего личного финансового положения?		0,423

ными нагрузками от 0,731 до 0,907. Фактор 2 был обозначен как «Экономические угрозы» ($M=3,6$, $Sd=0,9$) и состоял из трех вопросов, объясняющих 18,8% дисперсии с факторными нагрузками от 0,423 до 0,966. При помощи конфирматорного факторного анализа, чтобы уточнить содержание шкал, мы протестировали модель, полученную при помощи эксплораторного факторного анализа. На рисунке 1 представлена модель, иллюстрирующая структуру шкал. Показатели пригодности модели: $\chi^2/df=4,1$; CFI=0,931; RMSEA=0,111; $P_{close}=0,000$.

Для того, чтобы оценить внешнюю валидность шкалы, мы провели Т-тест. Он показал, что воспринимаемая угроза пандемии COVID-19 была выше среди тех, кто косвенно столкнулся с вирусом (переболели члены семьи или друзья) ($M=27$, $SD=4,89$, $t(199)=-3,63$, $p<0,001$), чем среди тех людей, ближний круг которых не испытал воздействие COVID-19 ($M=24$, $SD=6,20$, $t(217)=-3,41$, $p<0,001$).

Шкала воспринимаемых угроз (8 вопросов, $\alpha=0,84$) имела две подшкалы: угрозы здоровью (5 вопросов, $\alpha=0,87$) и экономичес-

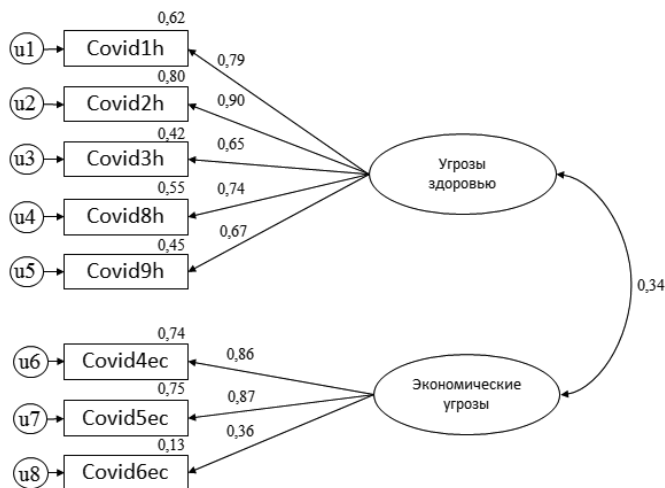


Рис. 1. Графическое представление результатов конфирматорного факторного анализа методики оценки воспринимаемых угроз пандемии COVID-19.

Обозначения: Covid1h, Covid2h, Covid3h, Covid8h, Covid9h – вопросы из подшкалы угроз здоровью; Covid4ec, Covid5ec, Covid6ec – вопросы из подшкалы экономических угроз)

кие угрозы (3 вопроса, $\alpha=0,71$). Баллы по шкале были рассчитаны как среднее по всем пунктам на основе пятибалльной шкалы ответов (1 – нет угрозы, 2 – низкая угроза, 3 – средняя угроза, 4 – высокая угроза, 5 – очень высокая угроза).

Для оценки опыта с COVID-19 мы использовали два вопроса: «Болели ли вы коронавирусной инфекцией?» и «Болели ли ваши друзья/родственники коронавирусом?». Возможные ответы: «Нет», «Не уверен», «Да». Мы задавали также вопрос: «Как вы в целом оцениваете свое здоровье? На Ваш взгляд, оно: 1 – очень хорошее, 2 – хорошее, 3 – среднее, 4 – плохое, 5 – очень плохое».

В исследовании были использованы следующие контрольные переменные: возраст, пол, наличие детей, количество членов домохозяйства, образование и доход.

Методом исследования являлся онлайн-опрос. Анкета была составлена на онлайн-платформе «Ika» на русском языке и доступна участникам по ссылке. Среднее время заполнения анкеты составило 8 минут. Информированное согласие было получено до сбора данных. Участникам была предоставлена информация о цели исследования перед заполнением анкеты. Им сообщили, что их участие является добровольным и что они могут отказаться от участия в любое время. Исследование получило официальное одобрение этического комитета Департамента психологии Факультета социальных наук НИУ ВШЭ.

В процессе обработки данных были рассчитаны описательная статистика (см. таблицу 2) и корреляции.

Для того, чтобы ответить на исследовательский вопрос, мы выполнили иерархический линейный регрессионный анализ в IBM SPSS v. 23. В данном исследовании пять независимых переменных (угрозы здоровью, экономические угрозы, самооценка здоровья, индивидуальный опыт COVID-19 и опыт других COVID-19) были использованы для прогнозирования двух зависимых переменных (связывающий и соединяющий социальный капитал). Контрольными переменными исследования являлись возраст, пол, образование и доход.

Первая модель (см. таблицу 3) включала контрольные переменные, упомянутые выше, а также воспринимаемые угрозы здоровью, экономические угрозы, самооценку здоровья, индивидуальный опыт COVID-19 и опыт других COVID-19 в качестве предикторов и связывающий социальный капитал в качестве зависимой переменной.

Таблица 2

Среднее значение, стандартные отклонения и взаимные корреляции использованных в исследовании переменных (N = 233)

Переменные	M	Sd	1	2	3	4	5	6	7
10. Угрозы здоровью	20,81	0,856	1	0,406*	-0,030	0,008	-0,243*	-0,128	0,269*
20. Экономические угрозы	30,60	0,900	0,406*	1	-0,033	0,025	-0,103	0,028	0,071
30. Связывающий СК	20,70	0,560	-0,030	-0,033	1	0,366*	0,344*	0,019	0,123
40. Соединяющий СК	30,60	0,583	0,008	0,025	0,366*	1	0,345*	-0,053	0,036
50. Здоровье	30,51	0,744	-0,243*	-0,103	0,344*	0,345*	1	0,060	0,071
60. COVID-19 – Я	20,55	0,525	-0,128	0,028	0,019	-0,053	0,060	1	-0,068
70. COVID-19 – Другие	0,37	0,484	0,269*	0,071	0,123	0,036	0,071	-0,068	1

Обозначения: * – $p < 0,001$.

Модель объяснила 24% дисперсии переменной связывающего социального капитала; $F(11, 207) = 5,86$, $p < 0,001$. Здоровье имело положительную взаимосвязь со связывающим социальным капиталом ($\beta = 0,29$, $p < 0,001$): чем лучше здоровье человека, тем выше у него уровень социального капитала. Угрозы здоровью ($\beta = 0,016$, $p = 0,826$), экономические угрозы ($\beta = -0,057$, $p = 0,407$), индивидуальный опыт COVID-19 ($\beta = 0,014$, $p = 0,824$) и опыт других с COVID-19 ($\beta = -0,031$, $p = 0,646$) не были значимыми предикторами связывающего социального капитала.

Вторая модель (см. таблицу 4) включала контрольные переменные и предикторы, как в первой модели, и соединяющий социальный капитал в качестве зависимой переменной. Показатели модели следующие: $F(11, 207) = 5,57$, $R^2 = 0,228$, $p < 0,001$. Самооценка здоровья была положительно связана с соединяющим социальным капиталом ($\beta = 0,322$, $p < 0,001$), в то время как другие предикторы оказались незначимыми (см. таблицу 4).

Анализ выявил также несколько значимых ассоциаций с субшкалами социального капитала. У женщин был более высокий связывающий

Таблица 3

Предикторы связывающего социального капитала
(результаты иерархического линейного регрессионного анализа,
модель 1, N = 233)

Предикторы	Зависимая переменная: Связывающий социальный капитал			
	Шаг 1		Шаг 2	
	β	t	β	t
Возраст	-0,178	-10,9	-0,144	-10,56
Пол	-0,126	-10,9	-0,143	- 20,18*
Дети	0,179	10,96	0,197	20,22*
Члены домохозяйства	0,038	0,501	-0,008	-0,115
Образование	-0,001	-0,011	-0,032	-0,479
Доход	0,312	40,53***	0,266	30,83***
Здоровье			0,290	40,32***
Угрозы здоровью			0,014	0,190
Экономические угрозы			-0,052	-0,748
COVID – Я			0,032	0,511
COVID – Другие			0,028	0,416
R ²	0,157		0,238	
F	60,57***		50,89***	

Обозначения к таблицам 3–4: * – p<0,05, ** – p<0,01, *** – p<0,001.

вающий социальный капитал ($\beta = -143$, p<0,05), чем у мужчин. Наличие детей ($\beta = 0,197$, p<0,05) и доход были положительно связаны со связывающим социальным капиталом ($\beta = 0,266$, p<0,001). Возраст был отрицательным предиктором ($\beta = -0,253$, p<0,01) соединяющего социального капитала. У пожилых людей показатели соединяющего социального капитала были ниже, чем у молодых, но возраст не коррелировал со связывающим социальным капиталом. У женщин были зафиксированы более высокие показатели соединяющего социального капитала ($\beta = 0,185$, p<0,001). К увеличению показателей соединяющего социального капитала вело также наличие детей ($\beta = 0,203$, p<0,05).

Таблица 4

Предикторы соединяющего социального капитала
(результаты иерархического линейного регрессионного анализа,
модель 2, N = 233)

Предикторы	Зависимая переменная: Соединяющий социальный капитал			
	Шаг 1		Шаг 2	
	β	t	β	t
Возраст	-0,289	-30,04**	-0,253	-2,72**
Пол	-0,174	-20,59*	-0,185	-2,83**
Дети	0,186	20,00*	0,203	2,25*
Члены домохозяйства	0,029	0,385	-0,033	-0,444
Образование	0,070	10,01	0,041	0,602
Доход	0,182	20,60**	0,135	1,93
Здоровье			0,325	4,79***
Угрозы здоровью			0,120	1,63
Экономич. угрозы			-0,030	-0,422
COVID – Я			-0,026	-0,420
COVID – Другие			-0,069	-1,021
R ²	0,133		0,223	
F	50,43***		50,39***	

Обсуждение результатов

Проанализируем сначала основные, а затем второстепенные результаты исследования. Мы изучали воспринимаемые угрозы пандемии, самооценку здоровья, индивидуальный опыт COVID-19 и проверяли предположение о существовании связи этих параметров с социальным капиталом. Связи между воспринимаемой угрозой пандемии, опытом COVID-19 и социальным капиталом на индивидуальном уровне не было обнаружено. Самооценка здоровья показала положительную связь с социальным капиталом.

В начале статьи мы отмечали, что существуют различные свидетельства воздействия пандемии на социальный капитал. В некоторых исследованиях утверждается, что стихийные бедствия, как и панде-

мии, могут оказывать на него негативное влияние (Pitas, Ehmer, 2020), в других же говорится о положительном влиянии пандемических угроз на социальный капитал (Dussailant, Guzman, 2015). Настоящее исследование не обнаруживает никакой связи между пандемией COVID-19 и социальным капиталом. Это согласуется с некоторыми исследованиями, в которых утверждается, что стихийные бедствия не влияют на социальный капитал (Albrecht, 2017; Toya, Skidmore, 2012). Г. Тойя и М. Скидмор исследуют землетрясения и извержения вулканов, но не обнаруживают какого-либо воздействия этих событий на социальный капитал (Toya, Skidmore, 2012). Ф. Альбрехт не находит каких-либо существенных изменений социального доверия в условиях природных бедствий и предлагает сосредоточиться на других аспектах социального капитала, таких как социальные связи (Albrecht, 2017). Можно утверждать, что настоящее исследование сосредоточено на измерении социальных связей (посредством соединяющего и связывающего социального капитала), но ассоциации с пандемией не обнаружено. Интересно, что Ф. Альбрехт выделяет три условия, которые определяют возможное влияние бедствий на социальное доверие: серьезность бедствия (количество смертей), его масштаб (национальный или региональный) и продолжительность. Если рассматривать пандемию COVID-19 с точки зрения этих условий, то можно сказать, что масштаб катастрофы, несомненно, велик, и является даже не национальным, а глобальным. Продолжительность также велика: пандемия длится уже почти два года и пока неизвестно, когда она закончится. Однако, что касается серьезности бедствия (количества погибших), то на момент проведения исследования оно было еще не так велико, процент умирающих от болезни был очень невелик и эта трагедия затронула еще немногие семьи россиян. Ситуация стала меняться в негативную сторону осенью—зимой 2020 г. и зимой—весной 2021 г., когда количество умерших или переболевших с тяжелыми последствиями стало существенным и затронуло почти каждую семью. К июню 2020 г., по данным Всемирной организации здравоохранения (WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard), количество инфицированных коронавирусом в мире превысило 16,34 миллиона человек, число жертв превысило 659 тысяч. Это, несомненно, огромные цифры, но если мы посмотрим на данные настоящего исследования, то увидим, что только 1,4% участников сами были заражены коронавиру-

сом. Есть данные о том, что социальный капитал меняется только в случае прямого воздействия природных катастроф на людей (Dussailant, Guzman, 2015). В контексте настоящего исследования это прямое воздействие кажется относительно низким. Таким образом, мы можем предположить, что одно из условий Альбрехта не выполняется, и в таком случае это может быть причиной того, что мы не находим никаких изменений в социальном капитале из-за пандемии COVID-19. Дальнейшие исследования могут помочь понять, каким будет влияние пандемии на социальный капитал, если будет больше участников, которые сами заразились коронавирусной инфекцией или у которых были инфицированы члены семьи. Мы можем предполагать, что по мере роста числа жертв инфекции социальный капитал все же может измениться. Кроме того, необходимо рассмотрение большего числа параметров социального капитала (включая различные виды доверия, социальные контакты и т. д.).

Важно отметить, что исследование проводилось в июне 2020 г., т. е. через три месяца после того, как вспышка коронавирусной инфекции была объявлена пандемией. Мы предполагаем, что прошло недостаточно времени, чтобы люди успели ощутить воздействие пандемии. Она может иметь долгосрочные последствия. Если воздействие пандемии на социальный капитал не было обнаружено в краткосрочной перспективе, то это не означает, что в долгосрочной перспективе нет никакого эффекта. Социальный капитал — это связи и ресурсы, которые люди формируют годами. Вопрос в том, как быстро он может измениться. Может потребоваться время, чтобы ощутить социальные и экономические последствия изоляции и ограничений, которые еще не были полностью сняты в России на момент проведения исследования. Увольнения, снижение доходов, банкротства, запрет массовых собраний, приостановление деятельности общественных организаций, рекомендации не посещать церковь также могут иметь долгосрочные последствия и в конечном итоге повлиять на индивидуальный социальный капитал (Ventriglio, Watson, Bhugra, 2020). Поэтому вопрос о том, как пандемия коронавируса повлияет на социальный капитал, остается открытым и является предметом будущих исследований.

Другой вывод исследования заключается в том, что здоровье положительно связано с социальным капиталом. Эта ассоциация неоднократно подтверждалась, что позволяет нам рассматривать

социальный капитал как ключевую концепцию общественного здоровья (Kawachi, Subramanian, Kim, 2008). Например, есть данные о том, что в обществах, где люди более здоровы и меньше болезней, социальные связи более тесные, а социальное доверие выше; и наоборот, проблемы со здоровьем и низкая устойчивость к эпидемическим заболеваниям связаны с низким уровнем социального капитала (O'Kane, 2015).

Согласно полученным нами *второстепенным результатам*, женщины обладают более высоким уровнем как соединяющего, так и связывающего социального капитала. Этот вывод согласуется с предыдущими исследованиями, которые показывают, что женщины более активно общаются, имеют больше друзей (Karhina et al., 2019) и поддерживают более тесные связи с родственниками (Addis, Joxhe, 2016). Наши результаты также подтверждают связь между рождением детей и более высоким уровнем социального капитала. Согласно С. Оффер и Б. Шнейдер, дети являются посредниками в построении их родителями социального капитала (Offer, Schneider, 2007). Дети побуждают родителей строить новые социальные связи с родителями других детей и благодаря своей социальной активности предоставляют семье новые источники социальной интеграции и поддержки.

Согласно результатам настоящего исследования, пожилые люди имеют более низкий уровень соединяющего социального капитала. Хотя в литературе нет единого взгляда на изменение социального капитала на протяжении всей жизни (McDonald, Mair, 2010), это можно объяснить тем, что с возрастом ослабевают связи, приобретенные людьми на работе (это не касается эмоциональных связей с семьей, друзьями или членами сообщества) (Fung, Carstensen, Frieder, 2001).

Мы обнаружили, что доход положительно сопряжен со связывающим социальным капиталом и не обнаруживает никакой связи с соединяющим социальным капиталом. Это противоречит общепринятому мнению о том, что доход обычно коррелирует с уровнем соединяющего социального капитала, но не связывающего (Zhang, Anderson, Zhan, 2011). Поскольку соединяющий социальный капитал объединяет людей разного социального и экономического статуса, разных профессий и происхождения, он способствует повышению экономического благосостояния.

Использование результатов данного исследования, как и любого другого, имеет и ряд *ограничений*. Исследование проводилось онлайн, т. е. среди людей, которые, вероятно, лучше разбираются в информационных и коммуникационных технологиях, что, в свою очередь, может повлиять на их уровень социального капитала. Возможно, показатели социального капитала могли бы быть другими, если бы данные собирались оффлайн. К сожалению, нам не удалось разнообразить нашу выборку за счет привлечения респондентов оффлайн, потому что во время проведения исследования была рекомендация властей «оставаться дома» и сокращать социальные контакты.

Другие ограничения уже обсуждались выше. Опрос проводился весной и в начале лета 2020 г., когда люди могли еще не полностью ощутить возможные последствия пандемии. Кроме того, только 1,4% участников сами были инфицированы COVID-19. Вероятно, последствия коронавируса могут быть более ощутимы, если есть личный опыт переживания заболевания. Важно помнить, что настоящее исследование является корреляционным и не доказывает причинно-следственных связей между изучаемыми нами феноменами.

Настоящее исследование было направлено на понимание взаимосвязи между пандемией COVID-19, самооценкой здоровья, индивидуальным опытом COVID-19 и социальным капиталом на индивидуальном уровне. Шкала воспринимаемых угроз пандемии COVID-19 была разработана авторами. Мы не обнаружили связи социального капитала с воспринимаемыми угрозами пандемии, а также индивидуальным опытом переживания угрозы COVID-19. Результаты настоящего исследования позволяют надеяться, что, несмотря на серьезные последствия пандемии для всего человечества, она слабо повлияет на социальный капитал на индивидуальном уровне. Это, в свою очередь, будет способствовать более эффективному восстановлению социально-экономических показателей после пандемии. Однако для глубокого понимания влияния пандемии на социальный капитал необходимы дальнейшие исследования.

Результаты данного исследования могут способствовать дальнейшему изучению социальных последствий природных бедствий и эпидемий. В будущем это поможет понять и спрогнозировать социально-экономические последствия пандемий.

Литература

- Aassve A., Alfani G., Gandolfi F., Moglie M. L.* Pandemics and social capital: From the Spanish flu of 1918–19 to COVID-19 // *voxeu.org* 2020. URL: <https://voxeu.org/article/pandemics-and-social-capital> (дата обращения: 08.11.2021).
- Aassve A., Alfani G., Gandolfi F., Le Moglie M.* Epidemics and trust: The case of the Spanish flu // *IGIER Working Paper*. 2020. V. 661. URL: <http://www.igier.unibocconi.it/files/661.pdf> (дата обращения: 10.11.2021).
- Addis E., Joxhe M.* Gender gaps in social capital: A theoretical interpretation of evidence from Italy // *Feminist Economics*. 2016. V. 23 (2). P. 146–171. doi: 10.1080/13545701.2016.1227463
- Agrawal N.* Disaster perceptions // *Agrawal N. Natural Disasters and Risk Management in Canada. Part of the Advances in Natural and Technological Hazards Research book series*. V. 49. Dordrecht: Springer, 2018. P. 193–217. doi: 10.1007/978-94-024-1283-3_5
- Albrecht F.* Natural hazard events and social capital: the social impact of natural disasters // *Disasters*. 2017. V. 42 (2). P. 336–360. doi: 10.1111/disa.12246
- Aldrich D. P.* Social capital in post disaster recovery: Towards a resilient and compassionate East Asian community // *Economic and welfare impacts of disasters in East Asia and policy responses / Eds Y. Sawada, S. Oum*. Jakarta: ERIA, 2012. P. 157–178.
- Chuang Y.-C., Huang Y.-L., Tseng K.-C., Yen C.-H., Yang L.* Social capital and health-protective behavior intentions in an influenza pandemic // *PLoS One*. 2015. V. 10 (4). doi: 10.1371/journal.pone.0122970
- Cohn S.* Epidemics. Hate and compassion from the plague of athena to AIDS. Oxford: Oxford University Press, 2018.
- Dussaillant F., Guzman E.* Disasters as an opportunity to build social capital // *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*. 2015. V. 17. doi: 10.4172/1522-4821.1000270
- Fung H. H., Carstensen L. L., Frieder R. L.* Age-related ratterns in social networks among European Americans and African Americans: Implications for socioemotional selectivity across the lifespan // *International Journal of Aging and Human Development*. 2001. V. 52 (3). P. 185–206.
- Karhina K., Eriksson M., Ghazinour M., Ng N.* What determines gender inequalities in social capital in Ukraine? // *SSM – Population Health*. 2019. V. 8. doi: 10.1016/j.ssmph.2019.100383

- Kawachi I., Subramanian S. V., Kim D.* Social capital and health // Social capital and health. N. Y.: Springer, 2008. P. 1–26. doi: 10.1007/978-0-387-71311-3_1
- Kim D.* Bonding versus bridging social capital and their associations with self-rated health: A multilevel analysis of 40 US communities // Journal of Epidemiology and Community Health. 2006. V. 60 (2). P. 116–122. doi: 10.1136/jech.2005.038281
- Makridis C., Wu C.* Ties that bind (and social distance): How social capital helps communities weather the COVID-19 pandemic // SSRN Electronic Journal. 2020. doi: 10.2139/ssrn.3584581
- McDonald S., Mair C. A.* Social capital across the life course: Age and gendered patterns of network resources // Sociological Forum. 2010. V. 25(2). P. 335–359.
- Offer S., Schneider B.* Children's role in generating social capital // Social Forces. 2007. V. 85 (3). P. 1125–1142.
- O'Kane D.* Social capital, its uses and contradictions, and its relevance to the West African Ebola crisis of 2013–2015 // AfriBary. URL: <https://afribary.com/works/social-capital-its-uses-and-contradictions-and-its-relevance-to-the-west-african-ebola-crisis-of-2013-2015> (дата обращения: 10.11.2021).
- Pieri E.* Media framing and the threat of global pandemics: The Ebola crisis in UK media and policy response // Sociological Research Online. 2018. V. 24 (1). P. 73–92. doi: 10.1177/1360780418811966
- Pitas N., Ehmer C.* Social capital in the response to COVID-19 // American Journal of Health Promotion. 2020. V. 34 (8). doi: 10.1177/0890117120924531
- Prati G., Pietrantonio L., Zani B.* Compliance with recommendations for pandemic influenza H1N1-2009: the role of trust and personal beliefs // Health Education Research. 2011. V. 26 (5). P. 761–769. doi: 10.1093/her/cyr035
- Yeo C., Sato T.* Psychology of disaster // International Journal of Psychology. 2016. V. 51. P. 949–964. doi: 10.1002/ijop. 12343
- Putnam R. D.* Bowling alone: The collapse and revival of American community. N. Y.: Simon & Schuster, 2000.
- Putnam R. D., Leonardi R., Nanetti R.* Making democracy work: Civic traditions in modern Italy. Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1993.
- Rönnerstrand B.* Social capital and immunization against the 2009 A (H1N1) pandemic in Sweden // Scandinavian Journal of Public Health. 2013. V. 41 (8). P. 853–859. doi: 10.1177/1403494813494975

- Rubin G. J., Amlot R., Page L., Wessely S.* Public perceptions, anxiety, and behaviour change in relation to the swine flu outbreak: cross sectional telephone survey // *BMJ Clinical Research*. 2009. V. 339. doi: 10.1136/bmj.b2651
- Szreter S.* Health by association? Social capital, social theory, and the political economy of public health // *International Journal of Epidemiology*. 2004. V. 33 (4). P. 650–667. doi: 10.1093/ije/dyh013
- Toya H., Skidmore M.* Do natural disasters enhance societal trust? // CE-Sifo Working Paper. 2012. V. 3905. URL: <https://www.econstor.eu/bitstream/10419/62319/1/722390300.pdf> (дата обращения: 08.11.2021).
- Trentini C., Wagner G., Chachamovich E., Figueiredo M., da Silva L., Hirakata V., Fleck M.* Subjective perception of health in elderly inpatient // *International Journal of Psychology*. 2012. V. 47 (4). P. 279–286. doi: 10.1080/00207594.2011.626046
- Ventriglio A., Watson C., Bhugra D.* Pandemics, panic and prevention: Stages in the life of COVID-19 pandemic // *International Journal of Social Psychiatry*. 2020. V. 66 (8). P. 733–734. doi: 10.1177/0020764020924449
- Vinck P., Pham P. N., Bindu K. K., Bedford J., Nilles E. J.* Institutional trust and misinformation in the response to the 2018–19 Ebola outbreak in North Kivu, DR Congo: a population-based survey // *The Lancet Infectious Diseases*. 2019. V. 19 (5). P. 529–536.
- WHO.* Outbreak communication. Best practices for communicating with the public during an outbreak. Report of the WHO Expert Consultation on Outbreak Communications held in Singapore, 21–23 September 2004. URL: https://www.who.int/csr/resources/publications/WHO_CDS_2005_32web.pdf (дата обращения: 10.11.2021)
- WHO* Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard, 2020. URL: <https://covid19.who.int/29.07.2020> (дата обращения: 29.07.2020)
- Williams D.* On and off the 'net: Scales for social capital in an online era // *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2006. V. 11 (2). P. 593–628. doi: 10.1111/j.1083-6101.2006.00029.x
- Wirtz P. W., Rohrbeck C. A.* The dynamic role of perceived threat and self-efficacy in motivating terrorism preparedness behaviors // *International Journal of Disaster Risk Reduction*. 2018. V. 27. P. 366–372. doi: 10.1016/j.ijdrr.2017.10.023
- Zhang S., Anderson S. G., Zhan M.* The differentiated impact of bridging and bonding social capital on economic well-being: An individual level perspective // *The Journal of Sociology & Social Welfare*. 2011. V. 38 (1). P. 7.

Динамика представлений о пандемии и образа будущего у пользователей социальных сетей

Т. В. Фоломеева, А. Н. Ищук

doi: 10.38098/fund_21_0442_16

Пандемию коронавируса называют болезнью, поражающей не только тело, но и психику людей. Тема повышения тревоги, панических настроений, депрессии и увеличения количества эпизодов других психических расстройств на фоне общественной изоляции, экономического кризиса, страха за свое здоровье исследуется в настоящий момент многими учеными. Так, в исследовании представлений испытуемых о том, переболели они коронавирусом или нет (Smith et al., 2020), было показано, что люди чаще нарушают ограничительные меры, если считают, что переболели болезнью. На поведение людей влияет также характер терминологии, употребляемой для обозначения тех или иных явлений, связанных с коронавирусом (Waller et al., 2020). Испытуемым делали тест на антитела к коронавирусу, при этом в одной группе ему дали название «антительный тест», а в другой – «иммунный тест». В группе, где использовался первый термин, при получении положительного результата испытуемые реже соблюдали меры профилактики коронавируса (мытьё рук).

Исследовались и представления людей о способах защиты от коронавируса. Оказалось, что 37% испытуемых-американцев и 29% англичан, участвовавших в исследовании, считают, что медицинская маска защищает от заражения ковидом (Geldsetzer, 2020). Были выявлены и другие предубеждения по поводу посещения китайских ресторанов и опасности коронавируса для детей. Было экспериментально доказано, что ложная информация в интернет-статьях о мерах профилактики коронавируса вредит не только физическому здо-

ровью людей, но и вызывает массовую тревогу, как и информация о симптомах коронавируса (Jo et al., 2020).

Исследования фрейминга в период пандемии (Yildirim, 2020) показали, что люди меньше используют меры профилактики коронавируса, если слышали информацию о том, что он особенно опасен для определенных групп населения: пожилых, малообеспеченных, людей с хроническими заболеваниями. Подобная информация формирует иллюзию его относительной безопасности для других социальных групп.

Таким образом, информация, представленная в медийных источниках, может послужить изменению не только текущих действий (например, мер профилактики), но и настроения, увеличению или снижению опасений, неправильной оценке своих возможностей. Информация может изменить представления людей о настоящем и о возможностях, которые у них есть, что в свою очередь приведет к трансформации образа будущего в негативную сторону и, следовательно, изменит и действия людей в настоящем по планированию этого будущего.

Образ будущего тесным образом связан с представлениями о настоящем и с действиями, которые в настоящем предпринимает человек. Для здорового и гармоничного развития необходима уверенность в завтрашнем дне, определенная временная перспектива, чтобы строить планы и ставить цели, т. е. необходимо конструировать образ своего будущего.

Концепты «представление о настоящем» и «образ будущего» неоднозначно осмысляются в научной литературе. Изменение представлений о настоящем исследует ряд ученых – психологов, социологов, лингвистов, экономистов. О трансформации образа мира в период острых социальных конфликтов, о том, что в этот период человек стремится найти внешнего врага и приписать ему ответственность за собственные неудачи (смещается локус контроля), писали задолго до пандемии (Андреева, 2000). «В эпоху нестабильности происходят значительные модификации и в построении образа мира в целом. Этот образ складывается из совокупности воспринимаемых образов отдельных элементов, но не только из них. Существенную роль играет и формирование некоторой общей общественной атмосферы» (там же, с. 272).

В период пандемии образ мира начал концептуализироваться по-новому, появились новые понятия, такие как «COVID-19», зна-

чительно более широкое распространение получили понятия «самоизоляция» и «удаленная работа» (Евсюкова, Глухова, 2020). Эти понятия несут негативную коннотацию: по данным социологического исследования, которое проводилось в рамках проекта «КоронаФОМ» (Осипова, 2020), лишь у 5% россиян слово «самоизоляция» вызывает положительные эмоции, у 51% – резко отрицательные (грусть, печаль, злость и др.) Существуют также дополнительные отрицательно нагруженные концепты, которые используются в рамках дискурса о пандемии: «война», «поражение», «битва» и т. д.

Имеются некоторые исследования концептуализации картины мира в период пандемии как со стороны СМИ (Малькова, 2020), так и в социальных сетях (Ковалева, Журавлев, 2020), которые показывают основные темы, представленные к обсуждению в российских СМИ на момент начала пандемии (тема доверия к властям, тревоги и страха, заботы о близких и морали, ограничений и контроля). Ряд исследователей осуществляет глобальный анализ социально-психологических процессов, происходящих в обществе на протяжении 2020 г.: это прежде всего мета-анализ психических состояний общества (Радина, Балакина, 2020), изучение глобальной идентичности, т. е. ассоциации человеком себя не со значимыми другими, не с группой людей, а с человечеством в целом (Жаде, 2020), и др.

Многие отмечают, что официальная пропаганда в СМИ тем, связанных с коронавирусом, часто ведет к негативной реакции общественности, изменяя не только ее отношение к настоящему, но и к будущему (Нестик, 2020). Понятие «образ будущего» является сложным и комплексным, в нем часто выделяют различные уровни и вкладывают в него несколько отличающиеся смыслы. В. Н. Петрова рассматривает две позиции анализа данного понятия: экзистенциальную (анализ бытия человека в мире) и познавательную, заключающуюся в анализе построения данного образа с точки зрения знаний, познавательного процесса и мышления и в выявлении влияющего на него личностного отношения (Петрова, 2009).

Некоторые авторы (Нестик, 2016) рассматривают концепт коллективного образа будущего как категорию, включающую в себя ожидания, надежды, планы, цели больших социальных групп. Коллективный образ будущего влияет на изменения во всем обществе: негативные ожидания могут стать самореализующимся пророчеством, но точно так же и позитивный образ будущего, готовность

к разным вариантам развития событий, не заикливаясь на одном — могут привести к позитивной общественной динамике. Т. А. Нестик отмечает, что в настоящий момент у российского общества сформировался негативный коллективный образ будущего — люди ожидают повышения уровня агрессии и жестокости (Нестик, 2020).

Образ будущего зависит от образа настоящего, от того, что человек предполагает возможным или невозможным. Исходя из актуальной данности, он формирует представление об удаленном и о ближайшем будущем, рефлексивует в процессе достижения этого будущего и возвращается снова в настоящее, так как по мере планирования действий в будущем они становятся реальностью в настоящем (Желтикова, 2020). Образ будущего представляет собой конструкт, который состоит из социальных ожиданий, настроений, проектов, опасений, заинтересованности (Желтикова, 2020). Другие исследователи выделяют такие значимые элементы в конструировании образа будущего, как глобальность, междисциплинарность, доступность, вовлеченность (Лукьянова, Фелл, Сиберс, 2015).

Можно заключить, что довольно много уже сделано для выявления изменений картины мира (пропагандируемой СМИ, потребляемой людьми и далее ими воспроизводимой) и образа будущего (как индивидуального, так и коллективного), происходящих в период неопределенности и «вызовов» последних десятилетий.

В нашем исследовании мы исходили из следующих предположений:

1. В связи с долгим течением пандемии и длительными ограничительными мерами образ будущего меняется, так как у людей возникает привыкание к теме коронавируса.
2. В периоды повышения и снижения уровня заболеваемости и ограничительных мероприятий образ будущего может изменяться у пользователей социальных сетей.

Образ будущего формирует настоящее человека. В период социального стресса, вызванного пандемией коронавируса, очень важны действия людей в настоящем, которые будут формировать будущее. В нашем исследовании изменения образа будущего во время пандемии мы будем использовать ряд его показателей: социальные ожидания, настроение, опасения, проектирование, доступность (имеющиеся возможности, ощущение реализуемости тех или иных вещей

и действий в сложившихся условиях). Мы рассмотрим также образ настоящего и попытаемся определить, как он влияет на построение образа будущего в период пандемии коронавируса.

Динамика представлений о пандемии и образа будущего изучалась нами на примере сообщений, размещаемых в социальных сетях лидерами мнений.

Мы проанализировали изменение образа будущего на протяжении 2020–2021 гг. у лидеров общественного мнения, которые транслировали своим читателям собственные представления о ковиде, делились с ними размышлениями о настоящем и будущем, о последствиях пандемии и т. д.

Задачи исследования состояли в том, чтобы 1) проанализировать динамику представлений о пандемии в социальной сети «В контакте», а также 2) изучить изменение образа будущего в публикациях лидеров общественного мнения социальной сети «В контакте».

В качестве лидеров общественного мнения были отобраны наиболее популярные в Москве блогеры данной социальной сети, так как чем большее количество подписчиков имеет человек, тем больше у него сфера влияния. Из исследования исключались пользователи, которые не были активны в течение 2020–2021 гг. или страничка которых содержала только рекламные посты, так как для анализа необходимы были тексты, в которых бы отражались личное отношение к пандемии, представление о возможностях, которые есть в настоящем, и о планах на будущее, размышления о происходящем и т. д. Были отобраны 10 лидеров мнений (5 женщин и 5 мужчин), которые были активны в течение избранного периода времени и публикации которых содержали информацию о личной жизни, предпочтениях, ожиданиях, ценностях, целях. Были проанализированы страницы следующих пользователей (5 мужчин и 5 женщин): Павел Воля, Нюша Шурочкина, Саша Спилберг, Катя Адушкина, Ляйсан Утяшева, Тина Канделаки, Дима Билан, Даниил Добродушный, Ян Топлес, Константин Сидорков. Проводился анализ исключительно постов блогеров (репосты, фотографии, видео, комментарии, смайлики, хештеги исключались из анализа) за период с 31 декабря 2019 г. по 31 января 2021 г.

Тексты блогеров были разделены на несколько периодов:

- период 1: с 31.12.2019 до 04.03.2020 (до объявления режима повышенной готовности),

Раздел 3

- период 2: с 05.03.2020 по 05.06.2020 (во время режима повышенной готовности),
- период 3: с 06.06.2020 по 30.09.2020 (после снятия большинства ограничительных мер),
- период 4: с 01.10.2020 по 30.11.2020 (в период повышения уровня заболеваемости коронавирусом),
- период 5: с 01.12.2020 по 31.01.2021 (период пред- и постновогодних праздников).

Были выдвинуты следующие гипотезы:

1. По мере усиления ограничительных мер и повышения воспринимаемой опасности коронавируса образ будущего в публикациях лидеров мнений будет более негативным, т. е. их посты за период с марта по июнь и с октября по ноябрь будут содержать негативный образ будущего из-за ощущения угрозы и страха.
2. Публикации лидеров общественного мнения за период с середины июня до конца сентября и за декабрь будут содержать более позитивный образ будущего вследствие частичного снятия ограничительных мер, снижения количества заболевших и привыкания к ситуации.

В качестве метода исследования использовался контент-анализ, который позволяет проанализировать тексты и выделить опорные категории, связанные с темами настоящего, будущего, коронавируса. Также этот метод позволяет не только собрать числовую информацию, т. е. узнать частоту встречаемости тех или других слов-индикаторов, но и проанализировать качественно темы постов, выявить позитивную или негативную окраску отношения к коронавирусу в повседневной жизни.

Контент-анализ проводился как вручную, так и с помощью программы «Контент-анализ» v. 1.6 Российского общества социологов научно-исследовательского комитета «Теория социальных систем». Мы опирались на модель проведения контент-анализа, описанную в книге «Социальная психология: Практикум» под редакцией Т. В. Фоломеевой (Богомолова, Малышева, Стефаненко, 2006).

На первом этапе были выделены следующие категории, подкатегории и слова-индикаторы (приведены в скобках):

A1. Коронавирус

- A10. Коронавирус – заболевание (коронавирус, корона, ковид, COVID-19, вирус, болезнь, пандемия).
- A12. Профилактика коронавируса (маска, чистота рук, дистанция, дистанционный, удаленный, изоляция, самоизоляция, карантин, ограничения).
- A13. Лечение (больница, врач, доктор, медик, лекарства, лечение, реабилитация, выздоровление, медицина).

A2. Представления о настоящем

- A20. Нынешнее состояние (сейчас, момент, сегодня).
- A21. Работа (работа, занятие, деятельность).
- A22. Отдых (отдых, отпуск, расслабиться, удовольствие).
- A23. Представление о мире (мир, общество, земля, люди, социум, социальный, природа, планета).
- A24. Отношение к миру (надежда, очарование, разочарование, безнадешный).

A3. Образ будущего

- A30. Представления о ближайшем будущем (завтра, скоро, потом, ждите, будет, будущее, сбудется, случится).
- A31. Представление о возможностях (сделать, получится, планирую, приеду, возможность, возможно, реально, реализуемо, станет).
- A32. Представление о невозможности/препятствиях (нереально, не реалистично, невозможно, не будет, не получится, не станет, препятствие, преграда, сложность, сложно).

A4. Эмоциональное отношение

- A40. Печаль (грустно, тоскливо, жаль, печально, плохо, больно).
- A41. Радость (счастье, радость, хорошо, здорово, прекрасно, чудесный).
- A42. Гнев (злость, раздражение, несправедливость, бой, враг, бороться, борьба, война).
- A43. Страх (страшно, ужасно, невыносимо, бояться).
- A44. Удивление (странно, необычно, неожиданно, удивительно).

A5. Чувства

- A50. Любовь (любовь, влюбленность, желание, нравиться).
- A51. Ненависть (ненавидеть, не переносить, не терпеть, не нравиться).

Результаты исследования и их обсуждение

В таблице 1 приведены общие значения по всем исследованным текстам десяти выбранных пользователей, с разделением по периодам. Тема коронавируса присутствует в основном во второй рассмотренный период и мало поднимается в другие периоды, при этом во второй и третий период снижается количество использования слов, связанных с положительными эмоциями радости, хотя увеличения употребления слов, связанных с негативными эмоциями, не наблюдается. В целом за все выбранные периоды частота употребления связанных с негативными эмоциями или чувствами слов низкая, а с эмоцией радости и чувством любви — высокая. Употребление слов, связанных с представлением о настоящем, достаточно выражено, при этом оно выше во второй и третий периоды. Количество слов-индикаторов, касающихся представлений о ближайшем будущем и о своих возможностях, увеличивается по мере снятия ограничений: они употребляются чаще, чем в период до введения ограничительных мер.

В таблице 2 приведены данные о частоте постинга в разные периоды времени. Из таблицы видно, что трое (Константин Сидорков, Саша Спилберг и Ян Топлес) из десяти исследуемых увеличили частоту постов во время коронавируса, еще трое (Дима Билан, Ляйсан Утяшева, Павел Воля), наоборот, уменьшили. У других изменения были незначительные. Также стоит отметить, что в четвертый период (период увеличения количества заболевших), по сравнению с третьим, у 8 из 10 исследуемых уменьшилось количество постов, хотя тематика постов не носила негативный характер. Примерно одинаковые по длине посты встречаются только у Константина Сидоркова и Нюши и их частота примерно одинакова.

Интересно, что у Константина Сидоркова при большом количестве подписчиков, в отличие от других исследованных лидеров общественного мнения, слишком мало просмотров, комментариев и лайков; возможно, среди его подписчиков есть боты и фейковые аккаунты.

Теперь приведем более подробную информацию о темах и концептах, используемых каждым из этих пользователей в выбранные периоды времени.

В первый выделенный период о коронавирусе писали только три исследованных лидера мнений: Т. Канделаки (0,042%), К. Сидорков (0,172%) и Яна Топлес (0,106%).

Таблица 1
Частота встречаемости категорий и подкатегорий содержания сообщений
по итогам проведения контент-анализа

Категории и подкатегории	Период 1		Период 2		Период 3		Период 4		Период 5	
	Аб.	%	Аб.	%	Аб.	%	Аб.	%	Аб.	%
Коронавирус-заболевание	6	0,05	36	0,23	8	0,06	4	0,06	4	0,12
	1	0,01	78	0,5	11	0,08	3	0,05	3	0,09
	2	0,02	27	0,17	2	0,01	2	0,03	0	0
Нынешнее состояние	44	0,4	92	0,59	75	0,56	29	0,44	14	0,43
	29	0,26	43	0,28	16	0,12	16	0,24	7	0,22
	9	0,08	11	0,07	9	0,07	3	0,05	5	0,15
Представления о настоящем	30	0,27	69	0,45	59	0,44	29	0,44	8	0,25
	5	0,05	3	0,02	4	0,03	0	0	0	0
	45	0,41	62	0,4	87	0,65	44	0,67	17	0,52
Образ будущего	32	0,29	58	0,37	43	0,32	22	0,33	12	0,37
	6	0,05	18	0,12	14	0,1	13	0,2	4	0,12

Продолжение таблицы 1

Категории и подкатегории	Период 1		Период 2		Период 3		Период 4		Период 5	
	Аб.	%	Аб.	%	Аб.	%	Аб.	%	Аб.	%
Печаль	5	0,05	7	0,05	12	0,09	11	0,17	3	0,09
Радость	43	0,39	27	0,17	41	0,31	19	0,29	19	0,59
Гнев	2	0,02	12	0,08	6	0,04	4	0,06	1	0,03
Страх	7	0,06	8	0,05	7	0,05	2	0,03	3	0,09
Удивление	3	0,03	7	0,05	15	0,11	4	0,06	2	0,06
Любовь	66	0,60	62	0,4	56	0,42	38	0,58	12	0,37
Ненависть	1	0,01	3	0,02	0	0	1	0,02	0	0
Всего слов:	11036		15501		13400		6592		3246	
Всего дней:	65		93		117		61		62	
Среднее количество слов в день:	169,78		166,67		114,5		108		104,7	

Таблица 2
Количество и вид публикаций блогеров соцсети «В контакте»

Блогер	Период 1	Период 2	Период 3	Период 4	Период 5
Количество дней	65	93	117	61	62
Павел Воля	24 (2 р; 9 п+ф; 13 п+в)	18 (2 р; 8 п+ф; 8 п+в)	25 (2 р; 13 в; 2 п+ф; 8 п+в)	1 (1п+ф)	4 (2 п+ф; 2 п+в)
Частота постинга (дни)	2,7	5,1	4,68	61	15,5
Нюша Шурочкина	47 (1ф; 1в; 5 р; 33 п+ф; 7 п+в)	75 (4 р; 2 ф; 49 п+ф; 19 п+в; 1 п+ф+о)	80 (6 р; 2 ф; 60 п+ф; 11 п+в; 1 п+в+ф)	35 (2 р; 1 ф; 1 о; 24 п+ф; 7 п+в)	29 (2 р; 20 п+ф; 7 п+в)
Частота постинга (дни)	1,38	1,24	1,46	1,74	2,13
Саша Спилберг	15 (1 р; 13 п+ф; 1 п+ф+о)	36 (2 п; 2 ф; 30 п+ф; 2 п+о)	36 (2 ф; 2 в; 26 п+ф; 2 п+в; 3 ф+о; 1 п+ф+о)	12 (1 в, 10 п+ф, 1 п+ф+о)	18 (1 ф, 2 в, 12 п+ф, 3 п+ф+о)
Частота постинга (дни)	4,33	2,5	3,25	5	3,44
Катя Адушкина	36 (13 п; 6 р; 16 п+ф, 1 п+в)	52 (9 п, 2 ф, 1 в, 11 р, 26 п+ф, 1 п+в, 2 п+о)	82 (10 п, 3 ф, 23 в, 28 р, 1 с, 14 п+ф, 3 п+в)	20 (1п, 2 в, 5 р, 12 п+ф)	12 (1п, 1 в, 1 ф, 2 р, 7 п+ф)
Частота постинга (дни)	1,8	1,78	1,42	3,05	5,16
Ляйсан Утяшева	18 (1ф, 6 п+ф, 9 п+в, 2 п+ф+о)	21 (3 р, 1 п+ф, 16 п+в, 1 п+ф+о)	7 (1 р, 1п+ф, 5п+в)	–	–
Частота постинга (дни)	3,61	4,42	16,7	0	0
Тина Канделаки	15 (15 п+ф)	20 (16 п+ф, 4 п+в)	44 (1 в, 37 п+ф, 6 п+в)	17 (17 п+ф)	18 (17 п+ф, 1 п+в)

Продолжение таблицы 2

Блогер	Период 1	Период 2	Период 3	Период 4	Период 5
Частота постинга (дни)	4,33	4,65	2,65	3,58	3,44
Дима Билан	28 (3 ф, 1р, 19 п+ф, 5 п+в)	20 (5 р, 11 п+ф, 3 п+в, 1 п+в+о)	26 (6ф, 4р, 13 п+ф, 3 п+в)	9 (1ф, 7 п+ф, 1 п+ф+о)	14 (1 ф, 1р, 8 п+ф, 4 п+в)
Частота постинга (дни)	2,32	4,65	4,5	6,77	4,42
Даниил Добродушный	2 (2 п+ф)	3 (1ф, 2 п+ф)	4 (4 п+ф)	2 (2 ф)	4 (3 п, 1 ф+о)
Частота постинга (дни)	32,5	31	29,25	30,5	15,5
Ян Топлес	23 (7 п, 1ф, 10 п+ф, 5 п+в)	43 (17п, 2р, 13 п+ф, 8 п+в, 2 п+о, 1 п+ф+о)	28 (5 п, 19 п+ф, 3 п+в, 1 п+о)	14 (2 п, 9 п+ф, 3 п+в)	15 (3 п, 11 п+ф, 1 п+в)
Частота постинга (дни)	2,82	2,16	4,17	4,35	4,13
Константин Сидорков	61 (4п, 1в, 3ф, 1р, 42 п+ф, 10 п+в)	103 (3п, 1ф, 1в, 63 п+ф, 34 п+в, 1 п+ф+в)	65 (5п, 2ф, 1в, 1р, 36 п+ф, 19 п+в, 1 ф+о)	37 (1п, 4в, 3ф, 23 п+ф, 6 п+в)	28 (2п, 2в, 1ф, 18 п+ф, 5 п+в)
Частота постинга (дни)	1,06	0,9	1,8	1,64	2,21

Обозначения: р – репост, п – пост, в – видео, ф – фото, о – опрос, с – только ссылка, п+в – пост и видео, п+ф – пост и фото, п+о – пост и опрос, ф+о – фото и опрос, п+ф+о – пост, фото и опрос, п+ф+в – пост, фото и видео. Под репостом понимаются посты из групп или страниц других пользователей, которые разместили на своей странице блогер (вне зависимости от того, предшествует ли репосту текст блогера); под постами понимаются любые записи пользователя и эмодзи, кроме хештегов.

Группа слов и словоформ, касающихся будущего (*будет, будущее, будущего, будущий, будьте* и т. д.) встречалась почти у всех, кроме Н. Шурочкиной и К. Сидоркова, и чаще всего в текстах Д. Билана (0,591%) и С. Спилберг (0,442%). При этом у Д. Билана словоформы, касающиеся будущего, были связаны со следующими словами: *концерт будет потрясающим, невероятным, нереальным, о концерте будет сообщено заранее*; а у Саши Спилберг со словами: *друзья, круто, день святого Валентина*. У других исследуемых концепт будущего был связан с продвигаемыми ими темами: здоровое тело, женственность, питание, путешествия, концерты, развлечения (Л. Утяшева – приготовление еды, Д. Добродушный – тема семьи и ожидания счастливого будущего, а вот у Т. Кандилаки слово *будущее* встречалось как в контексте темы женственности и самооценки, так и в контексте тем непредсказуемости будущего, паники, страха за свое здоровье, – правда, она призывала сохранять спокойствие и не паниковать.

В целом чаще всего во всех исследованных текстах использовались служебные слова, вопросительные слова, указательные местоимения, а также местоимения – *я, вы, наш, свое, мы*. Интересно, что у некоторых лидеров мнений во второй группе текстов местоимение *я* употребляется реже, а местоимение *мы* чаще (иногда с одинаковой частотой), хотя в других группах текстов все наоборот (Тина Канделаки, Саша Спилберг, Константин Сидорков). В целом видно, что местоимение *я* до ограничительных мер употребляется большинством лидеров мнений чаще, чем местоимение *мы*.

Во второй группе текстов, которые были написаны после введения «режима повышенной готовности», были получены следующие данные: здесь словоформы слова *коронавирус* присутствуют у всех, кроме Саши Спилберг, Димы Билана и Павла Воли. Слово *ковид* в тех или иных вариантах написания присутствует только в текстах Яна Топлеса. В целом один–два поста о коронавирусе в основном публиковались в марте. Интересно, что некоторые лидеры мнений выражали свое сочувствие людям, потерявшим работу, оказавшимся в сложной ситуации, но при этом не упоминали слово *коронавирус* (Павел Воля).

В апреле лидеры мнений предлагали пользователям товары в постах: одежду, онлайн-концерты, говорили о развлечениях (книги, музыка, фильмы), предоставляли контент (видео-зарядка, музыка). Наибольший процент использования словоформ *коронавирус* у Яна

Топлеса (0,141%), Константина Сидоркова (0,051%) и Кати Адушкиной (0,052%).

Разные словоформы слова *самоизоляция* употребляются чаще, чем слова, связанные с коронавирусом: Павел Воля (0,154%), Нюша Шурочкина (0,035%), Саша Спилберг (0%), Катя Адушкина (0,052%), Ляйсан Утяшева (0,179%), Тина Канделаки (0,045%), Дима Билан (0%), Даниил Добродушный (0%), Ян Топлес (0,071%), Константин Сидорков (0%). Также часто используются словоформы слов *дом, семья, родные, карантин, творчество, труд*. Реже используются словоформы слов *симптомы, удаленка, удаленно, эпидемиологический, запрет, заражение, защита, переносить, пандемия, паника*. Слово *врачам* использует только Дима Билан, слова *медики, медицинский, медсестры* – Нюша.

В текстах данного периода слова из группы *будущее* (*будущее, будет, будьте, буду, будущим, будем, будет, будущего*) не встречались только у Дмитрия Билана.

Слова, описывающие эмоциональное состояние – *страх, стресс, радость*, – используются редко. Редко встречаются слова, связанные с эмоцией гнева.

Словоформы слова *будущее* есть у 5 из 10 блогеров, в отличие от текстов первой группы. Словоформа связана с такими словами в текстах, как *хорошее, полезное, интересное, вместе, делиться* (Павел Воля), *умирать, старых, врачей, кошмар, лечить, пациентов* (Ян Топлес), *удачный, предугадывать, плоды, планы, возможным, вдохновляет*, а также *заболеть, заражение, меры, здоровье* (Тина Канделаки), *безопасность, мыть руки, гастроли, ехать* (Константин Сидорков), *стримы, активный, участвовать, положительный, перемены* (Нюша), *творить, продолжать, готовить, вместе* (Ляйсан Утяшева), *концерт, крутой, мы, все, космос, дома, билеты, лайки, участвовать* (Катя Адушкина). Таким образом негативная концептуализация будущего присутствует только у Яна Топлеса. Настороженность выражает Константин Сидорков, Тина Канделаки старается охватить и позитивные моменты, мотивировать пользователей, но и говорит об угрозе коронавируса, так что здесь присутствует концептуализация хотя в целом и позитивная, но неоднозначная.

В третьей группе текстов, которые начинаются с момента начала снятия ограничений, слова *буду, будущее, будет* используют чаще два блогера – Тина Канделаки (0,306%) и Дмитрий Билан (0,551%).

У Тины Канделаки тема будущего связана с такими словами, как *никогда, поколения, навыки, молодые люди, мы, драма, доходы*. У Димы Билана — *скоро, неожиданно, много*. В целом концепт будущего связан с позитивными ожиданиями.

Слово *самоизоляция* упоминается в текстах трех лидеров мнений: Ньюши, Тины Канделаки и Яна Топлеса.

На первый план у блогеров выходят темы путешествий, чаще рабочих поездок, концертных туров, которые были отложены по причине ограничений. Другая тема — продажа товаров (кино, одежда, концерты, книги) и позитивные привычки, которые продвигали те или иные блогеры до коронавируса (бережное отношение к природе, здоровый образ жизни, рецепты).

В четвертой группе текстов о будущем говорят чаще три лидера мнений — Дима Билан, Ньюша и Тина Канделаки. В основном тема будущего касается работы — концертов, творческих планов.

Слово *коронавирус* не употребляется, *ковид* употребляется только Тиной Канделаки.

В пятой группе текстов слова *ковид* и *коронавирус* употребляют только Ян Топлес и Тина Канделаки. Местоимение *я* снова употребляется большинством чаще, чем местоимение *мы*.

Слова, связанные с образом будущего, используют шесть из десяти человек. Образ будущего представляется в контексте необходимости действовать в настоящем (Тина Канделаки), описания нового выпуска передачи (Ян Топлес), планов баллотироваться на выборах (Павел Воля), вопросов, связанных с целями на будущее (Ньюша), похода в кинотеатр и пиара фильма (Дима Билан), планов на работу (Катя Адушкина). В целом образ будущего позитивен и касается ближайшей перспективы, но не отдаленных планов.

Интерпретация данных и обсуждение результатов

Наша первая гипотеза о том, что образ будущего, транслируемый в постах лидеров общественного мнения в период усиления ограничительных мер и роста числа заболевших, будет негативным, не подтвердилась. В постах лидеров мнений редко использовались слова-индикаторы негативных эмоций и часто — слова-индикаторы позитивных эмоций. Однако следует отметить несколько косвенных свидетельств изменения транслируемого подписчикам мнения

о настоящем и будущем — количество слов-индикаторов позитивных эмоций и чувств (радость, любовь) значительно уменьшается во второй период, когда были введены и усилены ограничительные меры. Другой особенностью, которая может указывать на изменение отношения к настоящему и будущему, может являться снижение частоты постинга (у восьми блогеров из десяти) в четвертый период, когда наблюдалось увеличение количества заболевших. В то же время лидеры общественного мнения старались концентрировать внимание в своих текстах на таких концептах, как *семья, дом, здоровый образ жизни, правильное питание*; они чаще использовали во второй период введения ограничительных мер местоимение *мы*, в отличие от других периодов, в которых чаще использовалось местоимение *я*. Это может говорить о понимании лидерами общественного мнения того, что их подписчикам, широкой общественности, необходимы поддержка и концентрация на позитивных моментах, которые поддерживали бы их в это трудное время.

Наша вторая гипотеза заключалась в том, что образ будущего будет более позитивным в третий и пятый периоды (т. е. при ослаблении ограничений). И хотя мы можем увидеть, что слов-индикаторов *радости* становится существенно больше именно в эти периоды по сравнению со вторым и четвертым периодом, это не касается слов-индикаторов *любви*, а количество слов-индикаторов *страха* увеличивается в четвертый период и уменьшается к пятому периоду, но в третьем — нарастает (к тому же эти слова достаточно редко используются блогерами в своих текстах). В целом настроение в текстах в период снятия ограничений такое же позитивное, как и в период усиления ограничительных мер и увеличения числа заболевших. Однако есть два момента, о которых следует сказать: частота постинга резко снижается именно в четвертый период, в период увеличения количества заболевших; в текстах третьего, четвертого и особенно пятого периодов уже редко пишут о пандемии и используют слова-индикаторы категории *коронавирус*. Это может говорить о том, что лидеры общественного мнения следят за происходящим в обществе и невольно реагируют на него, не прямо заявляя о своей позиции, но скорее избегая ее обозначить, так как следует помнить, что их карьера зависит от реакции общественности на то, что они пишут.

Хотя в исследованиях, упомянутых в начале статьи, говорится о частоте использования таких новых слов, связанных с корона-

вирусом, как *удаленка*, *самоизоляция*, *война*, в текстах выбранных пользователей тема коронавируса и ее подтемы приобретают популярность только во второй период – введения ограничительных мер (Евсюкова, Глухова, 2020). Также исследователи говорили о негативном образе будущего, который формируется у наших сограждан (Нестик, 2020). Однако в нашем исследовании будущее описывается в терминах возможностей, планов. И в период введения ограничительных мер планов на будущее у лидеров общественного мнения становится только больше, несмотря на немного негативно воспринимаемое настоящее.

Использование местоимения *мы* вместо *я* может говорить о стремлении к глобальной идентичности, как подчеркивалось некоторыми исследователями (Жаде, 2020).

Все это может быть связано с публичностью выбранных для анализа персон и связанной с этим необходимостью задавать тренд, развлекать, успокаивать общественность. Информация, размещенная в социальной сети, также может быть продуктом пиара, необходимого для поддержания популярности. Но интересно, что лидеры общественного мнения транслируют подписчикам образ будущего, полного надежд и планов. Возможно также влияние на их представления об образе будущего их высокого статуса и доходов.

Результаты исследования напрямую не подтвердили наши основанные на анализе научных публикаций гипотезы о том, что во время введения ограничительных мер образ будущего будет отрицательным, в то время как к лету, со снижением ограничительных мер, он станет более позитивным. Однако некоторые косвенные доказательства снижения негативной оценки будущего после завершения периода изоляции в текстах все же имеются. Уменьшение частоты постинга в четвертый период; использование слов-индикаторов, связанных с темой *коронавируса*, только во второй период и редкое использование их в другие периоды; снижение количества слов-индикаторов эмоции *радости* во второй и четвертый периоды; увеличение количества слов-индикаторов *грусти* в четвертый период – все это может указывать на изменение транслируемого настроения. Вместе с тем, не стоит забывать, что это публичные люди, для которых важно общественное мнение. Они могут транслировать позитивный

образ будущего именно отвечая запросу своих подписчиков: особенно это было видно во второй период, когда блогеры стали чаще использовать местоимение *мы* вместо *я* (как признак солидарности, общности с подписчиками) и писали о поддержке, семье, доме, интересных занятиях.

Мы также выявили, что в текстах лидеров общественного мнения образ настоящего во время введения ограничительных мер стал чуть более негативным, а образ будущего был достаточно позитивным. Также интересно отметить, что образ будущего касался не отдаленной перспективы, а ближайших планов.

Итак, мы не смогли напрямую подтвердить наши гипотезы, касающиеся фиксации изменения настроений лидеров общественного мнения во время пандемии, хотя и были обнаружены некоторые косвенные свидетельства в пользу того, что изменения все же происходили. Важно учитывать, что для исследования нами были выбраны сообщения публичных людей, которые для сохранения популярности стремятся создать и поддерживать определенный образ, и их посты также участвуют в создании этого имиджа. Кроме того, высока вероятность, что страницы лидеров общественного мнения ведут не сами пользователи, а контент-менеджеры. Однако наша задача состояла не в том, чтобы получить искреннее мнение конкретных публичных персон, но в том, чтобы посмотреть, что транслируется ими другим пользователям, простым обывателям, которые в некоторой степени ориентируются на лидеров общественного мнения.

Продвижение публичных персон связано с привлечением публики на концерты, мероприятия, продажу товаров, что предполагает краткосрочную перспективу планирования и, соответственно, ее трансляцию. Так как выбранные лидеры мнений много путешествуют, часто по работе, ограничение передвижений могло создать для них негативный образ настоящего, однако они понимали, что эти ограничения носят краткосрочный характер. Будучи публичными людьми, они нашли способы продавать свои товары и услуги в онлайн-формате, что тяжело сделать обычным пользователям, которые лишаются работы по причине закрытия компании. Наконец, социально-экономический статус лидеров общественного мнения значительно отличается от социально-экономического статуса обычных пользователей социальных сетей, поэтому они могут прос-

то не ощущать такие материальные и социальные сложности, которые испытывают обычные люди.

В связи с этим мы планируем провести исследование образа будущего простых пользователей, подписчиков лидеров общественного мнения, их комментариев и реакций на посты известных персон, их постов на личных страницах. Это можно будет сделать посредством инструментов анализа Big Data.

Литература

Андреева Г. М. Психология социального познания: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: Аспект-Пресс, 2000.

Богомолова Я. Н., Малышева Я. Г., Стефаненко Т. Г. Контент-анализ // Социальная психология: Практикум: Учеб. пособие для студентов вузов / Под ред. Т. В. Фоломеевой. М.: Аспект-Пресс, 2006. С. 131–163.

Евсюкова Т. В., Глухова О. В. Концептуальная картина нового мира после пандемии // Успехи гуманитарных наук (Modern Humanities Success) 2020. № 10. С. 204–209.

Жаде З. А. Трансформация идентичности личности в условиях пандемии // Личность и вызовы современности: интерпретация проблем различными научными школами. Майкоп–Краснодар: Адыгейский гос. ун-т–Кубанский гос. ун-т, 2020. С. 271–274.

Желтикова И. В. Коллективный характер образов будущего // Экономические и гуманитарные науки. 2017. № 2 (301). С. 12–22.

Желтикова И. В. Исследования будущего и место в них концепта «образ будущего» // Философская мысль. 2020. № 2. С. 15–32.

Ковалева Ю. В., Журавлев А. Л. Общественное настроение и субъективность сетевого сообщества в период пандемии COVID-19: на примере социальной сети «Твиттер» // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 154–188.

Лукьянова Н. А., Фелл Е. В., Сиберс Й. И. Динамика конструирования образов будущего: исследование проблемы // Вестник науки Сибири. 2015. № 2 (17). С. 37–46.

Малькова В. К. Коронавирус в российском информационном пространстве // Вестник антропологии. 2020. № 2 (50). С. 206–224.

Раздел 3

- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 47–83.
- Нестик Т. А.* Социально-психологические механизмы долгосрочной ориентации // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2016. Т. 1. № 4 (4). С. 16–60.
- Осипова И.* Режим самоизоляции: в тягость или в радость? // к-ФОМ. 2020. 4 мая. URL: <https://covid19.fom.ru/post/rezhim-samoizolyacii-v-tyagost-ili-v-radost> (дата обращения 15.11.2021).
- Пензина А.* Как COVID-19 меняет образ будущего // В мире науки. 2020. № 4–5. С. 24–31.
- Петрова В. Н.* Изучение образа будущего: методологические проблемы и пути их решения // Сибирский психологический журнал. 2009. № 32. С. 6–10.
- Радина Н. К. Балакина Ю. В.* Общество и пандемия: теоретико-методологические основания психологических исследований // Общественные науки и современность. 2020. № 6. С. 49–64.
- Чураков А. Н.* Контент-анализ Про (версия 1.6) // Федеральный образовательный портал ЭСМ. 2011. 26 июля. URL: <http://ecsocman.hse.ru/text/35480087> (дата обращения: 09.11.2021).
- Geldsetzer P.* Use of rapid online surveys to assess people’s perceptions during infectious disease outbreaks: A cross-sectional survey on COVID-19 // Journal of Medical Internet Research. 2020. V. 22 (4). doi: 10.2196/18790
- Jo W., Lee J., Park J., Kim Y.* Online information exchange and anxiety spread in the early stage of the novel coronavirus (COVID-19) outbreak in South Korea: structural topic model and network analysis // Journal of Medical Internet Research. 2020. V. 22 (6). doi: 10.2196/19455
- Smith E. L., Mottershaw A. L., Egan M., Waller J., Marteau T. M., Rubin G. J.* The impact of believing you have had COVID-19 on self-reported behavior: Cross-sectional survey // PLoS One. 2020. V. 15 (11). doi: 10.1371/journal.pone.0240399
- Waller J., Rubin G. J., Potts H. W. W., Mottershaw A., Marteau T. M.* Immunity Passports’ for SARS-CoV-2: an online experimental study of the impact of antibody test terminology on perceived risk and behavior // BMJ Open. 2020. V. 10 (8). doi: 10.1136/bmjopen-2020-040448
- Yildirim U.* Disparate impact pandemic framing decreases public concern for health consequences // PLoS One. 2020. V. 15 (12). doi: 10.1371/journal.pone.0243599

Психологическое время и экономическое сознание в период пандемии COVID-19 (на материале исследования студентов)

Е. В. Забелина, О. С. Дейнека

doi: 10.38098/fund_21_0442_17

В 2020 г. Россия, как и другие страны, столкнулась с беспрецедентным замедлением экономической активности в ходе борьбы с пандемией. Эпидемиологическая ситуация может трактоваться как кризисная с экономической и психологической точек зрения и потому требует научного анализа (см., например: Журавлев, Китова, 2020; Психологические исследования..., 2020; Человек в условиях..., 2020; и др.). Введение режима самоизоляции во время «первой волны» пандемии для многих людей сопровождалось чувством утраты стабильности, невозможностью удовлетворить социальные потребности, т. е. теми факторами, которые способствуют возникновению и последующему росту тревоги о будущем (Кононов, 2020).

К негативным социально-психологическим последствиям пережитых событий относят тревогу (там же), посттравматический стресс (Wu et al., 2009), эмоциональное истощение (Brooks et al., 2020), деградацию личности (Шефер, 2017), домашнее насилие (Burki, 2020) и даже самоубийства (Brooks et al., 2020). Однако далеко не все психологические феномены, задействованные в адаптации личности к условиям кризисной ситуации, вызванной пандемией COVID-19, глубоко изучены на сегодняшний день. Психологическое время личности не является исключением в данном случае.

Два главных исследовательских вопроса в настоящей работе состояли в том, 1) изменились ли восприятие и переживание времени

Исследование выполнено при поддержке РФФИ и Челябинской области, проект № 20-413-740019.

в период пандемии и 2) каким образом эти предполагаемые изменения связаны с экономическим сознанием населения.

Под психологическим временем понимается «восприятие и переживание человеком объективного времени своей жизни, представления о времени, обусловленные как личным опытом индивидуальной и групповой жизни, так и усвоенным общественно-историческим культурным опытом, осознание личностью течения времени, личностное отношение к времени, психологическая организация и регуляция времени жизнедеятельности» (Ковалев, 1988, с. 217). Иными словами, *психологическое время* — это восприятие, представление, переживание и отношение личности к физическому времени жизни, обусловленные социальными, историческими, глобальными условиями ее жизнедеятельности и определяющие ее поведение.

Наиболее универсальным и комплексным характером при интерпретации структуры и содержания психологического времени личности обладает модель отношения к времени Т. А. Нестика (Нестик, 2015). Она включает четыре компонента отношения: ценностно-мотивационный (субъективная значимость времени как невосполнимого ресурса); когнитивный (временная перспектива, временные аспекты идентичности); аффективно-оценочный (эмоциональное отношение личности ко времени) и конативный (предпочитаемые способы организации времени) (там же, с. 100). Данная модель была положена в основу нашего эмпирического исследования.

В науке закрепилось мнение о том, что конкретные социально-экономические условия являются факторами, обуславливающими психологическое время личности и его компоненты (Головаха, Кроник, 1984; Зарубин, Сырцова, 2013; Зимбардо, Бойд, 2010; Нюттен, 2004; Толстых, 2010; и др.). Субъективное время не только обратимо. Замечено, что ход времени (скорость, целостность, продолжительность, модальность событий) может субъективно отличаться от хронологического в зависимости от характеристик переживаемой ситуации, психоэмоционального состояния человека, его типологических особенностей и других факторов. С другой стороны, важные жизненные события могут стать причиной изменений в структуре временной перспективы человека. Смена социальных ролей, спектра решаемых проблем и, как результат, смена привычного образа жизни и перестройка образа Я субъекта тесно связаны с восприятием времени (Сырцова и др., 2007).

В психологической науке собраны данные о трансформации личностного времени в различных экономических ситуациях. В частности, изучаются особенности психологического времени в ситуации экономических кризисов (Гудков, 2010; Левада, 2006; Муздыбаев, 2000; и др.). Ставшее уже классическим исследование К. Муздыбаева, проведенное в конце 1990-х годов в России, показало, что в период после распада Советского Союза и после дефолта 1998 г. временная перспектива у большей части респондентов была сильно сокращена или не определена. Значительное количество опрошенных испытывали временную дезориентацию (превалировала ориентация на прошлое и неопределенность временной ориентации); настоящее время оценивалось как исключительно негативный процесс, а прошлое – как позитивный. Люди, ориентированные на настоящее, преимущественно выбирали эффективные виды стратегии совладания с материальными трудностями (Муздыбаев, 2000).

Ситуация социальной неопределенности и нестабильности рассматривается А. К. Болотовой как условие изменения восприятия времени человеком (Болотова, 2004). По ее мнению, в такой ситуации он по-иному переживает время собственной жизни, переосмысливает прошлое, настоящее и будущее, иногда теряет чувство времени, а значит, и цели собственного бытия. «Изменения пространственно-временных параметров жизни человека – это не только нарушения привычного ритма и темпа жизни, ее размерности во времени, привычном пространстве, но и необходимость осознания, принятия и освоения новых временных механизмов кардинальных жизненных перемен, что связано с изменениями временных циклов (последовательности смены событий, их длительности и скорости), а также с сужением временных перспектив, низкой продуктивностью принятия событийности в настоящем и прошлом опыте личности» (там же, с. 50). По результатам исследования, выполненного на выборке инженерно-технических работников, представителей управленческого аппарата, научных сотрудников и военнослужащих, в ситуациях социальной неопределенности часто наблюдается установка на возникновение в ближайшем будущем только негативных событий (там же).

Исходя из приведенных данных, было выдвинуто предположение о том, что восприятие, переживание времени и отношение к прошлому, настоящему и будущему могут измениться в период пандемии

COVID-19. Кроме того, поскольку кризисная ситуация затрагивала экономические стороны жизни, мы предположили, что изменились также и взаимосвязи компонентов психологического времени с элементами экономического сознания личности.

Целями нашего исследования стали выявление особенностей содержания и структуры психологического времени студентов в период пандемии COVID-19, а также изучение взаимосвязи компонентов психологического времени с элементами экономического сознания (экономическими аттитюдами). В *задачи* исследования входило: 1) сравнить выраженность компонентов психологического времени личности у студентов до и в период пандемии; 2) сопоставить структуру психологического времени личности студентов до и в период пандемии; 3) сравнить взаимосвязи компонентов психологического времени и экономических аттитюдов у студентов до и в период пандемии.

В исследовании приняли участие 583 человека (в возрасте от 18 до 22 лет, 38% юноши), студенты регионального вуза, обучающиеся по следующим направлениям подготовки: психология, лингвистика, экономика, прикладная математика, юриспруденция. Выборка была разделена на две группы. Первая группа студентов (N = 294) была опрошена весной 2019 г., до начала пандемии COVID-19. Вторая группа студентов (N = 289) заполняла те же опросники во время «второй волны» пандемии, зимой 2020 г. Выборки были уравнены по демографическим переменным (пол, возраст, семейный и рабочий статус, место проживания, уровень дохода).

С целью исследования содержания ценностно-мотивационного компонента психологического времени личности применялась «Шкала ценности времени как экономического ресурса» Ж. Узюнье в адаптации Т. А. Нестика (Нестик, 2015). Для изучения содержания когнитивного компонента психологического времени был применен «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо в адаптации А. Сырцовой (Сырцова, 2008). С целью исследования содержания эмоционального компонента психологического времени личности была использована модифицированная Т. А. Нестиком методика «Временные аттитюды» Ж. Нюттена (Нестик, 2015), в основе которой лежит семантический дифференциал, позволяющий изучить эмоциональное отношение к своему прошлому, настоящему и будущему. Для изучения содержания конативного компонента психологичес-

кого времени личности применялась «Шкала полихронных ценностей» А. Блюдорна в адаптации Т. А. Нестика (там же).

С целью диагностики элементов экономического сознания использовались следующие методики: многофакторный шкальный опросник для экспресс-диагностики экономических аттитудов (Дейнека, Забелина, 2018) и шкала уровня субъективного дохода А. Фёнэма в адаптации О. С. Дейнеки (Дейнека, 1999).

Для сбора информации о демографических переменных и с целью определения параметров репрезентативности выборки проводилось анкетирование, которое включало информацию о поле, возрасте, образовании, семейном и рабочем статусе респондентов.

Результаты исследования и их обсуждение

В рамках решения первой задачи сравнивалась выраженность компонентов психологического времени в двух группах. Результаты сравнения зафиксировали наиболее значимые изменения когнитивного компонента психологического времени – временной перспективы. Можно констатировать, что временная перспектива в период «второй волны» пандемии становится более сбалансированной: увеличиваются показатели по шкалам «Будущее» ($p=0,001$), «Гедонистическое настоящее» ($p=0,001$) и «Позитивное прошлое» ($p=0,001$). Вероятно, студенты во время экономического кризиса начинают серьезнее задумываться о своем будущем, продумывать различные его варианты и стратегии поведения. Более значимыми для них становятся и добрые воспоминания о прошлом. Выявлено более частое обращение к прошлым успехам в поисках позитивной социальной идентичности. В этом факте можно увидеть проявление ресурсной функции психологического времени личности – обращение к положительным моментам своего прошлого как к чему-то устойчивому (неизменно хорошему) в сложившейся ситуации неопределенности. Кроме того, студенты в большей степени стремятся находить положительные моменты в настоящем, наслаждаться каждым проживаемым мгновением. Вероятно, неопределенность будущего заставляет молодых людей в большей степени ценить настоящее.

Вместе с тем, во второй группе (в период пандемии) зафиксированы более высокие значения по шкале «Фаталистическое настоящее» ($p=0,006$). Во время пандемии события настоящего становятся

ся менее управляемыми в сознании студентов, респонденты менее уверены в возможности подчинить их своей воле. Этот факт также логично объясняется изменившейся ситуацией: пандемия и связанные с ней ограничительные меры воспринимаются как некие фатальные факторы, которые устанавливаются властью и которым необходимо подчиняться.

Небольшие изменения заметны и в эмоциональном компоненте психологического времени, причем они связаны с негативным эмоциональным ответом на ситуацию. Так, прошлое в период пандемии воспринимается как менее безопасное и более страшное, пугающее ($p=0,006$), более долго тянущееся ($p=0,004$), более темное ($p=0,047$) и менее свободное ($p=0,045$). Данные эмоции могут быть связаны с недавним прошлым – «первой волной» пандемии и карантином, в период которого время как бы замедлилось, перемещения были ограничены, а недостаток информации о происходящем породил панику и страх.

В отношении к настоящему и к будущему до и в период пандемии не выявлено значимых различий, однако на уровне тенденции зафиксировано восприятие событий настоящего во время пандемии как менее осмысленных ($p=0,065$), а также обнаружен более низкий субъективный контроль по отношению к будущему ($p=0,146$). Эти особенности согласуются с признаками переживания кризисной ситуации (Неяскина, 2011; Пахно, 2004), сопровождающейся обесцениванием происходящего и переживанием собственного бессилия. Также они корреспондируют с выводами о том, что в условиях самоизоляции неизвестность в отношении происходящих событий и невозможность управлять ими усиливают состояние тревоги о будущем (Кононов, 2020).

Кроме того, обнаружены различия на уровне тенденции, свидетельствующие о снижении полихронности в конативном компоненте отношения ко времени у студентов ($p=0,102$). Вероятно, некоторое замедление событий во время пандемии в восприятии респондентов приводит к тому, что они в меньшей степени стремятся браться за несколько дел одновременно, но, напротив, предпочитают закончить одно дело, прежде чем переходить к другому.

В целом можно констатировать, что выраженность компонентов психологического времени изменяется в период экономического кризиса, вызванного пандемией COVID-19. Эмоциональная ре-

акция на происходящие события скорее негативная: темп жизни в представлении студентов как будто замедляется (Квасова, 2013), зафиксировано больше страхов в воспоминаниях о «первой волне» пандемии. С другой стороны, временная перспектива становится более сбалансированной: студенты начинают в большей степени ценить прошлое и настоящее, чаще обращаются к радостным воспоминаниям, а также стремятся планировать свое будущее. Действия во времени становятся более последовательными, происходит меньше «временных» конфликтов. Вероятно, вынужденная «остановка» во времени дала возможность молодежи расставить приоритеты, переосмыслить что-то в своей жизни, более четко осознать свой жизненный путь (Ковалев, 1995).

С целью решения второй задачи сравнивалась структура психологического времени у студентов до и в период пандемии. В структуре психологического времени личности, как до пандемии, так и в ее разгар, можно выделить три основных компонента, однако их содержание различно.

Психологическое время до пандемии представляет собой довольно четкую структуру, в которой все компоненты обособлены друг от друга (см. таблицу 1).

Таблица 1
Факторная структура психологического времени
до пандемии COVID-19

Показатели	Факторы		
	1	2	3
Гедонистическое настоящее	0,874		
Будущее	0,793		
Фаталистическое настоящее	0,776		
Позитивное прошлое	0,750		
Негативное прошлое	0,699		
Негативное отношение к настоящему		0,872	
Негативное отношение к будущему		0,845	
Негативное отношение к прошлому		0,824	
Полихронность			0,782
Экономическая ценность времени			-0,644
Доля объяснимой дисперсии (в %)	30,5	24,2	10,9

Первый фактор структуры представлен когнитивным компонентом психологического времени – временной перспективой. Основной вес в нем приобретает ориентация на гедонистическое настоящее, стремление получать удовольствие «здесь и сейчас», что характерно для постиндустриального общества (Орлов, 2003; Толстых, 2013). Ориентация на будущее и фаталистическое восприятие происходящих событий показывает, что, с одной стороны, студенты устремлены в своем сознании в будущее – они пытаются прогнозировать события, строить планы. С другой стороны, им свойственно представление о том, что происходящие события predetermined и нет смысла пытаться их изменить. С меньшим весом в фактор входит ориентация на прошлое (как позитивное, так и негативное), что может свидетельствовать о менее важной роли прошлого в восприятии студентов (см., например: Nowotny, 1996). Таким образом, целостная развертка когнитивных временных компонентов включает гедонистическое и фаталистическое настоящее, ориентацию на будущее и амбивалентное прошлое.

Второй фактор представлен эмоциональным компонентом психологического времени: он отражает в целом негативное отношение студентов к событиям настоящего, будущего и прошлого.

Третий фактор образован стремлением к полихронности (предпочтением выполнять несколько дел одновременно) и с противоположным знаком – ценностью времени как экономического ресурса в представлении респондентов (неготовность оценивать время в денежном выражении).

Качественно иную структуру психологического времени личности можно наблюдать в период пандемии COVID-19 (см. таблицу 2).

Факторный анализ показывает более сложную (с переплетением компонентов) структуру психологического времени личности в этот период. К эмоциональному компоненту присоединяется негативное восприятие прошлого (первый фактор). Вероятно, данный фактор отражает зафиксированный в сознании образ пандемии и связанных с ней событий (карантин, вынужденные ограничения в привычном образе жизни и т. д.). Этот образ окрашен в темные, нерадостные тона и ассоциируется в восприятии студентов с чем-то грустным, ужасным, страшным и т. п. Выделение ориентации на негативное прошлое в отдельный фактор может свидетельствовать о яркой негативной значимой роли пандемии в сознании респондентов.

Таблица 2

**Факторная структура психологического времени
в период пандемии COVID-19**

Показатели	Факторы		
	1	2	3
Негативное отношение к прошлому	0,882		
Негативное отношение к настоящему	0,828		
Негативное отношение к будущему	0,784		
Позитивное прошлое	-0,709		
Фаталистическое настоящее		0,787	
Гедонистическое настоящее		0,766	
Негативное прошлое	0,403	0,715	
Экономическая ценность времени			0,803
Будущее			0,672
Полихронность			0,500
Доля объяснимой дисперсии (в %)	32,0	16,4	14,8

Второй фактор образован ориентацией на фаталистическое настоящее, гедонистическое настоящее и негативное прошлое. Он, вероятно, отражает защитную реакцию на трудную жизненную ситуацию, связанную с пандемией. Чтобы отвлечься (уйти, закрыться) от негативных воспоминаний о пандемии как о чем-то неконтролируемом и неизбежном, молодые люди стремятся сосредоточить свое внимание на настоящем, на тех удовольствиях, которые в нем сохранились.

Третий фактор образован представлением о времени как о ценном экономическом ресурсе, ориентацией на будущее и повышенной полихронностью. Выделение будущего в обособленный фактор, его связь с потребностью рассчитывать время как деньги, а также со стремлением успевать делать несколько дел сразу может свидетельствовать о повышенной тревожности в отношении событий будущего.

Таким образом, структура психологического времени в период пандемии COVID-19 претерпевает значительные изменения. Она усложняется, компоненты перераспределяются, прошлое приобретает оттенок негативного, безрадостного, пугающего, а будущее от-

деляется в самостоятельный фактор и сопровождается повышенной тревожностью.

Для решения третьей задачи обратимся к анализу корреляционных плеяд компонентов психологического времени и экономических аттитудов у студентов до и в период пандемии. Корреляционный анализ показывает значительно большее количество взаимосвязей, причем более сильных, между изучаемыми феноменами в период пандемии. Данный факт может свидетельствовать о том, что в условиях экономического кризиса психологическое время более активно участвует в процессах отражения экономической реальности, т. е. выполняет ресурсную функцию, усиливая осознанность восприятия происходящих в экономике событий, стимулируя экономическое сознание работать.

При анализе корреляций наибольший интерес представляют различия во взаимосвязях до и в период пандемии. Так, в период пандемии появляются новые взаимосвязи с ценностно-мотивационным компонентом психологического времени – осознанием ценности времени как экономического ресурса. Он усиливает стремление к финансовой грамотности ($r=0,162$ при $p=0,006$), готовность инвестировать ($r=0,165$ при $p=0,005$), ценность самостоятельных экономических достижений ($r=0,189$ при $p=0,001$), активность в сфере недвижимости ($r=0,256$ при $p=0,001$).

Позитивное отношение к прошлому усиливается за счет рационального отношения к покупкам ($r=-0,121$ при $p=0,039$), удовлетворенности возможностями потребления ($r=-0,181$ при $p=0,002$), готовности инвестировать ($r=-0,127$ при $p=0,030$), а ослабевает из-за негативного отношения к предпринимательству ($r=0,204$ при $p=0,001$) и стремления зарабатывать деньги в ущерб здоровью ($r=0,146$ при $p=0,013$).

Позитивное отношение к настоящему поддерживается уверенностью в будущем благодаря сбережениям ($r=-0,196$ при $p=0,001$), финансовой грамотностью ($r=-0,210$ при $p=0,001$), потребительской активностью ($r=-0,172$ при $p=0,003$), рациональностью в банковской сфере ($r=-0,140$ при $p=0,017$), финансовым оптимизмом ($r=-0,286$ при $p=0,001$). Позитивное, деятельное отношение к будущему усиливает потребительское удовлетворение ($r=-0,183$ при $p=0,002$), уверенность в будущем благодаря сбережениям ($r=-0,154$ при $p=0,009$), стремление к финансовой грамотности ($r=-0,146$ при $p=0,013$).

Можно заключить, что позитивное восприятие событий прошлого, настоящего и будущего активизирует во время экономического кризиса позитивные установки в сфере экономики, стимулирует проявлять экономическую активность, повышать свои финансовые знания, проявлять рациональность и делать сбережения. Напротив, негативное отношение к прошлому, настоящему и будущему снижает экономическую активность молодежи во время пандемии.

Как показал корреляционный анализ, такие когнитивные элементы психологического времени, как ориентации на гедонистическое настоящее, будущее и фаталистическое настоящее, вступают во взаимосвязи практически со всеми диагностируемыми элементами экономического сознания. Стремление осознать, сделать более прозрачной траекторию своей жизни в период неопределенности, связанной с пандемией, стимулирует позитивные экономические аттитюды: уверенность в будущем благодаря сбережениям ($r=0,175$ при $p=0,003$), активность в потреблении ($r=0,275$ при $p=0,001$), познавательную экономическую активность ($r=0,225$ при $p=0,001$), ценность самостоятельных экономических достижений ($r=0,432$ при $p=0,001$), экономические амбиции ($r=0,406$ при $p=0,001$), активность в сфере недвижимости ($r=0,272$ при $p=0,001$). В период экономического кризиса, задумываясь о своем будущем, стремясь сделать его более определенным, студенты усиливают активность в экономической сфере, в том числе в поиске необходимой информации. Близкие феномены были обнаружены также в исследованиях других социальных групп, выполненных сотрудниками Института психологии РАН в 1990-е годы, в условиях радикальных социально-экономических трансформаций российского общества (см., например: Социальная психология..., 1999; Социально-психологическая динамика..., 1998; и др.).

Ориентация на гедонистическое настоящее в период пандемии приобретает новые положительные связи с целым комплексом экономических аттитюдов: потребительской активностью ($r=0,161$ при $p=0,006$), готовностью инвестировать ($r=0,145$ при $p=0,014$), ценностью самостоятельных экономических достижений ($r=0,165$ при $p=0,005$), экономическими амбициями ($r=0,238$ при $p=0,001$), активностью в сфере недвижимости ($r=0,123$ при $p=0,037$), значимостью финансового статуса ($r=0,238$ при $p=0,001$), осознанием потребительской иррациональности ($r=0,212$ при $p=0,001$), убеждени-

ем в социальной ответственности богатства ($r=0,248$ при $p=0,001$). Вероятно, стремление к получению удовольствия от жизни в трудный период жизни активизирует различные составляющие экономического сознания, «заставляя» его работать над получением финансовой выгоды в текущий момент.

Ранее была показана возрастающая роль ориентации на фаталистическое настоящее в сознании студентов в период пандемии. Данный компонент психологического времени приобретает в этот период новые отрицательные взаимосвязи с такими экономическими аттитюдами, как потребительское удовлетворение ($r=-0,155$ при $p=0,008$), уверенность в будущем благодаря сбережениям ($r=-0,234$ при $p=0,001$), финансовая грамотность ($r=-0,207$ при $p=0,001$), активность в банковской сфере ($r=-0,163$ при $p=0,005$), познавательная экономическая активность ($r=-0,139$ при $p=0,018$), активность в сфере недвижимости ($r=-0,121$ при $p=0,040$), ценность самостоятельных экономических достижений ($r=-0,162$ при $p=0,006$), финансовый оптимизм ($r=-0,244$ при $p=0,001$). Снижение уровня субъективного контроля по отношению к событиям настоящего в период экономического кризиса, вызванного пандемией COVID-19, приводит к снижению экономической активности молодежи, к нивелированию ценности самостоятельных экономических достижений и к переживанию негативных эмоциональных состояний в экономической сфере (финансовая тревожность, неуверенность, пессимизм и др.).

Таким образом, в результате исследования было установлено, что выраженность компонентов и структура психологического времени изменяются в период экономического кризиса, вызванного пандемией COVID-19. Усиливается негативная эмоциональная реакция на происходящие события, темп жизни в представлении студентов как будто замедляется, появляется больше страхов в воспоминаниях о «первой волне». С другой стороны, временная перспектива становится более сбалансированной: студенты начинают в большей степени ценить прошлое и настоящее, обращаться к радостным воспоминаниям, а также стремятся планировать свое будущее. Действия во времени становятся более последовательными, присутствует стремление довести дело до конца. Структура психологического времени в период пандемии COVID-19 усложняется, компоненты в ней перераспределяют-

ся, будущее отделяется в самостоятельный фактор и сопровождается повышенной тревожностью. Вероятно, вынужденная «остановка» во времени дала возможность расставить приоритеты, переосмыслить что-то в своей жизни, более четко осознать свой жизненный путь.

Увеличение количества и силы взаимосвязей компонентов психологического времени и экономического сознания в условиях экономического кризиса, вызванного пандемией COVID-19, может свидетельствовать о ресурсной функции психологического времени, проявляющейся в повышении осознанности восприятия происходящих в экономике событий. Ориентация на будущее и гедонистическое настоящее, повышение экономической ценности времени, а также позитивное эмоциональное отношение ко времени усиливают позитивные экономические аттитюды, активность в экономической сфере. Напротив, негативное отношение к событиям прошлого, настоящего, будущего, а также усиление ориентации на фаталистическое настоящее в период пандемии приводит к снижению экономической активности молодежи, к нивелированию ценности самостоятельных экономических достижений и к переживанию негативных эмоциональных состояний в экономической сфере (финансовая тревожность, неуверенность, пессимизм и др.). Экономическую активность в данном случае можно считать механизмом взаимосвязи психологического времени и экономического сознания.

Литература

- Болотова А. К.* Время и его переживание в ситуации социальной нестабильности // Человек в трудной жизненной ситуации: Материалы I и II научно-практических конференций 24 декабря 2003 г. и 8 декабря 2004 г. / Под ред. Е. А. Петровой. М.: Изд-во РГСУ, 2004. С. 49–51.
- Головаха Е. И., Кроник А. Л.* Психологическое время личности. Киев: Наукова думка, 1984.
- Гудков Л. Д.* Время и история в сознании россиян (часть II) // Вестник общественного мнения. 2010. № 2. С. 13–61.
- Дейнека О. С.* Экономическая психология: социально-политические проблемы. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского гос. ун-та, 1999.
- Дейнека О. С., Забелина Е. В.* Результаты разработки шкального многофакторного опросника для экспресс-диагностики экономи-

- ческих аттитюдов // Психологические исследования. 2018. Т. 11. № 58. С. 9.
- Журавлев А. Л., Китова Д. А.* Анализ интереса населения к информации о пандемии коронавируса (на примере пользователей поисковых систем интернета) // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 4. С. 5–18.
- Зарубин П. В., Сырцова А.* Временная перспектива и экономическая нестабильность: сравнительное исследование 2007 и 2013 гг. // Психологические исследования. 2013. Т. 6. № 32. С. 9.
- Зимбардо Ф., Бойд Дж.* Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. СПб.: Речь, 2010.
- Квасова О. С.* Трансформация временной перспективы личности в экстремальной ситуации: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2013.
- Ковалев В. И.* Категория времени в психологии (личностный аспект) // Категории материалистической диалектики в психологии / Отв. ред. Л. И. Анцыферова. М.: Наука, 1988. С. 216–230.
- Ковалев В. И.* Особенности личностной организации времени жизни // Гуманистические проблемы психологической теории / Под ред. К. А. Абульхановой-Славской. М.: Наука, 1995. С. 179–184.
- Кононов А. Н.* Тревога о будущем в условиях пандемии коронавирусной инфекции: исследование методом контент-анализа // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. «Психологические науки». 2020. № 3. С. 18–28. doi: 10.18384/2310-7235-2020-3-18-28
- Левада Ю.* Исторические рамки «будущего» в общественном мнении // Ищем человека: социологические очерки, 2000–2005. М.: Новое издательство, 2006. С. 62–75.
- Муздыбаев К.* Переживание времени в период кризисов // Психологический журнал. 1999. Т. 21. № 4. С. 5–21.
- Нестик Т. А.* Социально-психологическая детерминация группового отношения к времени: Дис. ... д-ра психол. наук. М.: Институт психологии РАН, 2015.
- Неяскина Ю. Ю.* Особенности временной перспективы военнослужащих, подлежащих увольнению в запас вследствие организационно-штатных мероприятий // Вестник КРАУНЦ. Сер. «Гуманитарные науки». 2011. № 2 (18). С. 72–82.
- Нюттен Ж.* Мотивация, действие и перспектива будущего / Под ред. Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2004.

- Орлов В. В.* Постиндустриальное общество и Россия // *Философия и общество*. 2003. № 3. С. 78–88.
- Пахно И. В.* Переживание времени в кризисных ситуациях: Дис. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2004.
- Психологические исследования в интернет-пространстве: поисковые системы, социальные сети, электронные базы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 165–193.
- Социальная психология экономического поведения / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. В. Шорохова. М.: Наука, 1999.
- Социально-психологическая динамика в условиях экономических изменений / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. В. Шорохова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998.
- Сырцова А.* Возрастная динамика временной перспективы личности: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2008.
- Сырцова А., Митина О. В., Бойд Д., Давыдова И. С., Зимбардо Ф. Д., Непряхо Т. Л., Никитина Е. А., Семенова Н. С., Фьёлен Н., Ясная В. А.* Феномен временной перспективы в разных культурах (по материалам исследований с помощью методики ZTPI) // *Культурно-историческая психология*. 2007. Т. 3. № 4. С. 19–31. doi: 10.17759/chrp.2007030403
- Толстых Н. Н.* Хронотоп: культура и онтогенез: Монография. Смоленск–М.: Универсум, 2010.
- Толстых Н. Н.* Время думать о будущем // *Мир психологии*. 2013. № 2 (74). С. 96–107.
- Человек в условиях глобальных рисков: социально-психологический анализ. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2020. С. 428–532.
- Шефер В. В.* Изоляция личности – форма государственного принуждения // *Вестник Кузбасского института*. 2017. № 2 (31). С. 109–119.
- Burki T.* The indirect impact of COVID-19 on women // *Newsdesk*. 2020. V. 20. P. 904–905.
- Brooks S. K., Webster R. K., Smith L. E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence // *The Lancet*. 2020. V. 395. P. 839–920.
- Nowotny H.* Time: The modern and postmodern experience. Cambridge: Polity, 1996.
- Wu P., Fang Y., Guan Z.* The psychological impact of the SARS epidemic on hospital employees in China: Exposure, risk perception, and altruistic acceptance of risk // *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2009. V. 54. P. 302–311.

Особенности финансового поведения москвичей в период пандемии COVID-19

Т. В. Фоломеева, Е. А. Слободкина

doi: 10.38098/fund_21_0442_18

Пандемия коронавируса, начавшаяся в Китае в конце 2019 г. и распространившаяся по всему миру, оказала и продолжает оказывать влияние практически на все сферы жизни человека. Одной из таких сфер выступает финансовая сторона жизни и поведение, связанное с ней.

Неожиданная и резкая вспышка инфекции, а также высокая скорость ее последующего распространения не оставили возможности людям подготовиться к предстоящим событиям и спланировать свои действия. Именно поэтому на период начала принятия мер для борьбы с распространением коронавируса финансовое состояние большинства жителей России не предполагало внезапных трат, которые могла вызвать пандемия. Также подобная непредвиденная ситуация спровоцировала абсолютно разную реакцию у разных групп населения и запустила механизм изменения привычных финансовых стратегий и решений, изучение которых выступает целью данной работы.

Сложившаяся из-за пандемии экономическая ситуация уникальна тем, что затронула жителей России очень неоднородно. Проведенные отечественными учеными исследования показывают, что можно выделить как социальные группы, ощутившие серьезные финансовые проблемы, так и те группы, которые практически не почувствовали изменений в своем финансовом состоянии за прошедший год (Гимпельсон, Капелюшников, 2020; Ослон, 2021).

Реакция домохозяйств на происходящие события оказывает очень важна, поскольку она позволяет оценить степень неопределенности, которую переживают люди, а также дает возможность

оценить ожидания респондентов относительно своего финансового будущего. Эти данные предоставляют основания для формирования и корректировки экономической политики страны.

К примеру, в Соединенных Штатах Америки с марта проводится и регулярно пополняется новыми ответами опрос населения с целью выяснить актуальные экономические ожидания. Результаты показывают, что с течением времени увеличивалась степень выраженности экономических последствий, которые ожидали респонденты в связи с пандемией. По мнению опрошенных, последствиями коронавируса будут являться в первую очередь рост инфляции и снижение потребительской активности (Dietrich et al., 2020; Knotek et al., 2020).

По данным исследований, проведенных в Китае, главным изменением в финансовом поведении, произошедшим с домохозяйствами в результате пандемии, является снижение уровня доверия к экономике и, вследствие этого, избегание решений, связанных с риском. Авторы говорят о том, что доля семей, вкладывающих часть своих финансов в инвестиции, сократилась за время пандемии, и дополняют результаты наблюдением, что чем ниже уровень доверия к экономической политике страны, тем больше домохозяйства проявляют тенденции к избеганию риска (Yue, 2020). В литературе, связанной с финансовым поведением, ранее рассматривался процесс принятия решений, связанных с риском, в разрезе изменений вследствие стихийных бедствий. Отмечалось, что стихийные бедствия увеличивают восприятие людьми существующего риска. Также в подобных экстремальных ситуациях люди склонны больше концентрироваться на возможных негативных последствиях решений, связанных с риском, чем на позитивных (Gao et al., 2020).

Помимо реакции домохозяйств, очень важным моментом для понимания перспектив развития экономической ситуации является состояние биржи и фондовых рынков в целом. Анализ фондового рынка показывает, что по мере распространения инфекции ситуация ухудшалась, наблюдались паника и резкий отток средств с бирж по всему миру (Ali et al., 2020). В одном из исследований авторы анализировали взаимосвязь, наблюдающуюся между настроениями, создаваемыми новостями, и изменениями на фондовых рынках. Было показано, что новости, провоцирующие панические настроения, связаны с острой реакцией на бирже и с растущей тенденцией к изменчивости цен (Naroon, Rizvi, 2020).

Констатировать отношение людей к пандемии можно также, проанализировав потребительскую активность.

На момент начала карантина был отмечен всплеск спроса на продукты питания, средства индивидуальной защиты и бытовую технику. Неадекватно высокий спрос также и на продукты, не являющиеся дефицитными или продуктами первой необходимости, объясняется паникой, возникшей на фоне тревожности и неопределенности в новой, незнакомой ранее ситуации. Такие покупки можно назвать иррациональными, не обусловленными конкретной необходимостью. В одной из статей о потребительском поведении граждан России в период пандемии коронавируса говорится о выходе на первый план мотивов безопасности, что, безусловно, отражается и на стратегиях совершения покупок (Воронина, Шапошников, 2020), и, вероятно, на финансовых стратегиях в целом. Подобные иррациональные покупки закончились к началу апреля, после чего потребительское поведение жителей России показало обратную динамику, заключающуюся в резком снижении повседневных трат.

Еще одним показателем экономической ситуации, отражающим влияние пандемии на благосостояние и экономическое благополучие людей, является уровень безработицы в стране. Согласно опросу, проведенному Институтом «Фонда общественного мнения» среди взрослого населения России от 18 лет и старше, на конец мая 2020 г. пришелся пик безработицы, который составил 8% от всех взрослых россиян (Ослон, 2021). Стабилизация процента респондентов, относящих себя к безработным, произошла к началу июля 2020 г., причем большинство опрошенных из этой группы лишились рабочего места в период начала самоизоляции в России, т. е. в марте–апреле. Специфичность безработицы, обусловленной пандемией коронавируса, заключается в том, что под сокращение попали в основном работники частных предприятий, в то время как сотрудники, чья занятость лежит в бюджетной сфере, сохранили свои рабочие места.

Ситуация, сложившаяся из-за пандемии, обладает набором характеристик, которые позволяют сравнивать ее возможные психологические последствия с уже изученными явлениями катастроф, стихийных бедствий, участия в боевых действиях и др. К этому набору характеристик относятся, во-первых, невозможность контроля над ситуацией со стороны оказавшегося в ней человека, во-вторых,

изменение временной перспективы, в-третьих, нарушение привычного образа жизни, в-четвертых, непонимание развития дальнейших событий, т. е. высокая степень неопределенности ситуации, а также, в-пятых, непосредственная угроза жизни, являющаяся невидимой в случае коронавирусной инфекции. Все перечисленные факторы дают основания полагать, что реакцией на сложившуюся ситуацию будет стресс в момент основных событий, а также постстрессовые состояния по их окончании (Бойко и др., 2020).

Изменения в финансовом состоянии, безусловно, также влияют на психологическое состояние людей и могут стать причиной повышенного стресса. Так, согласно исследованию, проведенному в Америке в марте 2020 г., женщины и молодые люди, чьи доходы снизились за время пандемии в связи с сокращением заработной платы или потерей рабочего места, чаще, чем другие группы, попадают в категорию людей, испытывающих высокий уровень стресса. Авторы отмечают, что помимо самого факта изменения дохода также важную роль играет восприятие человеком вспышки пандемии как фактора, который может повлиять на его финансовое состояние. Среди людей, которые видят в пандемии непосредственную угрозу для своего финансового состояния, 30% попадают в группу с высоким уровнем стресса, в то время как среди людей, которые не опасаются за свое финансовое положение в связи с пандемией, к группе с высоким уровнем стресса относится 18% (Keeter, 2020).

Большинство исследований психологических последствий пандемии, проведенных в России, относятся к периоду первой волны, т. е. к марту—апрелю 2020 г., в то время как нам представляется важным анализ рефлексии людьми событий 2020 г., их отношения к ним после второй волны, когда появилась возможность переосмыслить пережитый опыт. Основной фокус работы направлен на изучение изменения основных финансовых стратегий жителей Москвы в период пандемии и выявление психологических причин, их обусловивших.

Программа исследования

Целями исследования были выявление финансовых стратегий, реализующихся в условиях пандемии, и конкретных действий, применяющихся для их воплощения, а также выделение основных факторов, оказывающих влияние на выбор этих стратегий.

Основной гипотезой исследования выступило предположение о том, что во время пандемии респонденты используют иные финансовые стратегии, нежели в «обычной» жизни. Также мы выдвинули две *дополнительные гипотезы*, объясняющие и уточняющих возможные преобразования финансового поведения: 1) изменения финансовых стратегий были связаны с невозможностью контролировать ситуацию и 2) высокая степень неопределенности ситуации создавала сложность в планировании расходов и доходов.

Исследование проводилось *методом глубинного интервью*, позволяющего полноценно раскрыть представления респондентов о происходящем, понять субъективную оценку ими событий и своего поведения, выявить его причины и мотивацию.

В процессе интервью респонденты рассказывали о своем актуальном финансовом состоянии; описывали привычные для них стратегии накоплений и трат средств, а также делились своими представлениями о личном финансовом будущем. Отдельное внимание было уделено изменениям, произошедшим в поведении участников исследования относительно распоряжения средствами за период пандемии и рефлексии причин этих изменений.

Для анализа результатов использовались метод тематического анализа и контент-анализ.

В серии интервью приняли участие 10 респондентов в возрасте от 20 до 30 лет, средний возраст 25 лет. Респондентами выступили 5 девушек и 5 молодых людей. Все участники исследования проживают в Москве. Интервью проводились в январе-феврале 2021 г.

Анализ и обсуждение результатов

Первый этап обработки результатов исследования представлял собой *тематический анализ* транскриптов серии глубинных интервью, который позволил нам выделить ряд тенденций, связанных с финансовым поведением респондентов во время пандемии.

В первую очередь, все участники исследования отметили, что в период начала пандемии испытывали переживания, связанные *со страхом потери работы*. Состояние неопределенности и непонимание дальнейших перспектив способствуют повышению тревожности и обострению страхов (Бойко и др., 2020). Предыдущий опыт экономических кризисов неизбежно связан с сокращением рабочих

мест, и мысли об этом находят отражение в страхах и переживаниях опрошенных: *«Как таковых предпосылок в нашей организации не было. Но в окружении моем многие друзья потеряли работу во время пандемии. Не исключено было, что наш штат тоже мог пойти под сокращение. От этого никто не застрахован».*

Данные опроса Института «Фонда общественного мнения» подтверждают распространенность страха потери работы: на период апреля 2020 г. такое опасение высказали 58% опрошенных (Ослон, 2021).

Важный момент, объясняющий распространенность такого переживания, описан в работе Т. А. Нестика, в которой говорится, что общая тревожность на фоне большого количества новостей о пандемии, связанных с заражаемостью и смертностью, повышает чувствительность к информации с негативной коннотацией, что приводит к переоценке степени опасности описываемой угрозы. Одной из таких угроз может выступать безработица (Нестик, 2020).

Некоторые респонденты лишились места работы или были вынуждены согласиться на более низкую заработную плату.

По результатам опроса центра трудовых исследований ВШЭ, только 20% респондентов не испытали никаких изменений в оплате или условиях труда, остальные же 80% столкнулись с сокращением зарплаты, с лишением премий и бонусов, с задержкой выплат, с изменением графика рабочих дней, что также влияет на выплачиваемую сумму заработной платы (Гимпельсон, Капелюшников, 2020).

Респонденты отмечали период самоизоляции как период, в который появилось время на рефлекссию, одной из тем которых является работа. Эти размышления в некоторых случаях приводили к смене работы, что также отражалось на их финансовом состоянии и стратегии его реализации: *«Смена работы очень связана с пандемией психологически. Я попала в семью, домой, в очень комфортные условия и поняла, что нужно что-то менять, чтобы быть постоянно в этих комфортных условиях. Моя работа — это было что-то очень неприятное, я хотела что-то изменить, чтобы возвращаться было приятно, или не возвращаться вообще. Я задумалась о смене работы именно из-за пандемии, назрело все именно в пандемию».*

Интересным результатом также является то, что, говоря о пандемии, многие респонденты подразумевают исключительно период самоизоляции.

Рассказывая о пандемии, но подразумевая период с марта по май, многие респонденты отметили *увеличение накоплений*. Важно, однако, подчеркнуть, что данные глубинных интервью, безусловно, не отражают всей картины в количественном соотношении и результат, говорящий об увеличении накоплений, не может относиться ко всем гражданам. Так, в период с середины апреля до конца мая ухудшение своего материального положения отмечали около 42% опрошенных, однако к июлю этот показатель упал до 26% (Ослон, 2021).

Тем не менее, увеличение накоплений россиян можно объяснить рядом причин. Во-первых, режим самоизоляции естественным образом позволил сократить траты на досуг, развлечения, путешествия, походы в спортзалы, посещение салонов красоты и другие категории, которые затруднительно или невозможно проводить в удаленном формате. Денежные средства, «освободившиеся» от этих расходов, респонденты предпочли накопить: *«В обычной жизни я трачу эти деньги на ежедневные расходы — транспорт, еду, которые уменьшились, поскольку я жила с родителями, никуда не ездила. Я трачу на развлечения, какие-то походы. Я много стараюсь ходить в театры, кино, на катки, встречаться с друзьями, какие-то бары — на это уходят какие-то деньги, естественно. Большие деньги уходят на путешествия, которые все накрылись. Много уходит на какую-то одежду. Мне она вообще не нужна была, я не покупала. А еще на салон красоты — маникюр, стрижки, брови сделать — это всё тоже отпало. Какие-то дни рождения, подарки купить — тоже. Видимо, если меня запереть дома, то я больше не трачу денег»*. Во-вторых, страх потери работы, про который мы говорили выше, во многих случаях связан с желанием людей меньше тратить деньги из-за *неуверенности в стабильности своего будущего дохода*.

Еще одним фактором увеличения сбережений выступил *перенос даты ранее запланированных трат или вовсе отказ от них*. Например, некоторые респонденты сообщили об отмене путешествий, что помогло накопить освободившиеся средства, а также об отложившихся и до сих пор не реализовавшихся планах покупки одежды для работы: *«Из-за того, что дома работаешь, у меня, например, в списке купить кучу всякой офисной одежды и прибамбасов, и это все еще в списке, но я этого не делаю, потому что в офис я пока не еду, никаких встреч не происходит. Все, что мне нужно в этой жизни — это треники мои и свитер. Реально, больше уже ничего не надо»*; *«У меня были заплани-*

рованные покупки, допустим, покупка костюма, например, делового, но эта покупка, которая у меня была запланирована на прошлую весну, — она еще не осуществилась, потому что я не видел в ней потребности, потому что весь год я работал удаленно. И это не единственный пример, есть еще такие некоторые покупки. Поэтому это все копилось-копилось-копилось и все».

Помимо этого, респонденты отмечали, что период пандемии и самоизоляции способствовал *переоценке важности тех или иных категорий затрат*, сокращение бюджета на которые также приводит к повышению уровня сбережений. Так, респонденты отмечали, что категория одежды больше не играет такой значительной роли, в то время как внимание к товарам для дома и обустройству своего удаленного рабочего места возросло.

Наконец, еще одной важной причиной увеличения накоплений респондентов является *мотивация обладать «подушкой безопасности»*: суммой, к которой можно будет обратиться в непредвиденных обстоятельствах. Пандемия коронавируса ярко и отчетливо показала возможность абсолютно неожиданных событий, а также важность заботы о здоровье. Именно забота о здоровье и вероятные траты на медицинскую помощь являются факторами, подвигающими людей откладывать и накапливать сбережения: *«Я еще раз убедилась в правильности отложенных денег. Причем, большой суммы. Потому что, когда что-то случается — тебе срочно нужны деньги — они всегда должны быть. Иначе тебе некомфортно, потому что, когда что-то случилось, тебе критично нужны деньги, а их нет — ты себя коришь за то, что ты их не отложил».*

Большинство из перечисленных выше результатов оказались неспецифичными для граждан России. В исследованиях, проведенных на американской выборке, также отмечается высокая доля людей, переживавших страх потери работы (Knotek et al., 2020). Помимо этого, респонденты отмечали изменения в своем финансовом планировании и перенос ранее намеченных покупок.

Увеличение размера личных сбережений также характерно для американской выборки: в опросе, проведенном весной 2020 г., 40% респондентов отметили, что смогли повысить уровень своих накоплений за период вспышки коронавируса. Авторы исследования объясняют такой результат соображениями предосторожности (Knotek et al., 2020).

Говоря о будущем, ни один из респондентов не упомянул пандемию или ее последствия. Это соотносится с данными опроса ФОМ, согласно которым пандемия коронавируса воспринимается гражданами России как краткосрочное явление. Только 15–18% респондентов ожидали ухудшения своего материального положения в годовой перспективе, в то время как 30% ожидали сохранения текущего положения, а остальные — его улучшения (Ослон, 2021).

Тем не менее при формулировании планов на будущее в ходе глубинных интервью одним из самых распространенных стремлений было увеличение «резервных» сбережений, накоплений на случай непредвиденных ситуаций. Можно предположить, что важность и необходимость подобной «финансовой подушки» стала более явной и актуальной для респондентов в связи именно с пандемией 2020 г.

Вторым этапом анализа результатов исследования стал *контент-анализ* транскриптов глубинных интервью. Мы выделили основные смысловые единицы, которые чаще всего упоминались респондентами в ходе рассказов, и разделили их на следующие категории и подкатегории:

А. Отношение к актуальному финансовому состоянию.

А1. Позитивное.

А2. Негативное.

Б. Стратегии накопления.

Б1. Увеличение накоплений в связи с пандемией.

Б2. Уменьшение накоплений в связи с пандемией.

Б3. Регулярные отчисления в «копилку» (отчисления определенной суммы от дохода на накопительный счет/вклад и т. д.).

Б4. Труднодоступность откладываемых денег (снятие наличных, чтобы не пользоваться картой; вклады, с которых нельзя снимать деньги).

В. Стратегии трат.

В1. Перенос трат в связи с пандемией.

В2. Перераспределение трат в связи с пандемией.

В3. Структурированный анализ трат (составление табличек, заметок, пользование функционалом банковских приложений).

В4. Отсутствие анализа трат.

В5. Планирование трат.

Г. Инвестиционное поведение.

Г1. Наличие инвестиционных продуктов.

Г2. Отсутствие инвестиционных продуктов.

Г3. Желание лучше разбираться в теме (заинтересованность в инвестициях, поиск курсов и полезной информации по теме).

Д. Кредитное поведение.

Д1. Наличие кредитных продуктов.

Д2. Отсутствие кредитных продуктов.

Д3. Негативное отношение к кредитным продуктам.

Е. Чувства во время пандемии.

Е1. Неуверенность.

Е2. Нестабильность.

Е3. Неопределенность.

Е4. Страх потери работы.

Ж. Представления о финансовом будущем.

Ж1. Позитивный образ будущего.

Ж2. Негативный образ будущего.

Был осуществлен подсчет частоты встречаемости выделенных категорий и подкатегорий, результаты которого представлены в таблице 1.

Как мы отметили ранее, самым частотным финансовым последствием пандемии у участников нашего исследования является увеличение количества личных сбережений, с чем скорее всего связано позитивное отношение респондентов к своему текущему финансовому состоянию.

Независимо от складывавшейся ситуации, респонденты продолжили реализовывать привычные схемы накопления денег, перечисляя на удобный для них финансовый инструмент необходимые суммы. Размер этих сумм повысился за период пандемии, однако сам паттерн остался тем же. Интересно, что среди опрошенных мужчин все респонденты совершают регулярные переводы на свои накопительные счета или вклады, в то время как среди женщин такие перечисления делают только три участницы исследования.

Раздел 3

Таблица 1

Частота встречаемости категорий и подкатегорий тематического анализа

Категории и подкатегории		Количество упоминаний		
		Общее (N = 10)	Женщины (N = 5)	Мужчины (N = 5)
Отношение к актуальному финансовому состоянию	Позитивное	6	3	3
	Негативное	4	2	2
Стратегии накопления	Увеличение накоплений в связи с пандемией	7	4	3
	Уменьшение накоплений в связи с пандемией	2	0	2
	Регулярные отчисления в «копилку»	8	3	5
	Труднодоступность откладываемых денег	5	2	3
Стратегии трат	Перенос трат в связи с пандемией	6	2	4
	Перераспределение трат в связи с пандемией	3	3	0
	Структурированный анализ трат	6	2	4
	Отсутствие анализа трат	4	3	1
	Планирование трат	6	2	4
Инвестиционное поведение	Наличие инвестиционных продуктов	4	1	3
	Отсутствие инвестиционных продуктов	5	4	1
	Желание лучше разбираться в теме	5	2	3
Кредитное поведение	Наличие кредитных продуктов	4	2	2
	Отсутствие кредитных продуктов	6	3	3
	Негативное отношение к кредитным продуктам	4	4	0
Чувства во время пандемии	Неуверенность	5	3	2
	Нестабильность	5	2	3
	Неопределенность	7	3	4
	Страх потери работы	6	2	4
Представления о финансовом будущем	Позитивный образ	8	5	3
	Негативный образ	2	0	2

Помимо этого, половина респондентов отметили важность и ценность для них затрудненного доступа к ранее отложенным средствам. В качестве примера приводились вклады, в которых отсутствует возможность снимать деньги, пока не будет накоплена установленная клиентом банка сумма. Также упоминали удобство хранения денег в наличном виде, поскольку это снижает желание и зачастую возможность их потратить: *«Стараюсь, кстати, снимать — в наличный вид переводить, потому что мне сложно тратить наличку. Это неудобно, это надо что-то разменивать. И это помогает мне ее не трогать».*

Поскольку мы обсуждали с респондентами не только период пандемии, но и в целом привычные для них стратегии финансового поведения, то категории, связанные с этими блоками, были добавлены в анализ. Участники не отметили изменений, произошедших в их инвестиционном или кредитном поведении в связи с пандемией. Однако другими авторами отмечались вспышки паники на фондовых рынках и резкий отток денежных средств с бирж (Nagoon, Rizvi, 2020). Помимо этого, за период пандемии в России был зафиксирован всплеск заявок на кредиты, количество которых в общей сложности составило 1,4 млн.

В ходе исследования мы заметили, что у девушек имеются стойкие предубеждения относительно кредитных продуктов, чего мы не наблюдали у мужчин. Упоминание кредита вызывает негативные ассоциации: *«Это, лично для меня, очень опасная тема. Вместе с кредитами у меня идет ипотека, набор слов и ассоциаций. Ипотека — это что-то жуткое и ужасное по рассказам друзей, знакомых и знакомых семьи. Что-то такое, что, если есть возможность избежать — нужно избегать».*

Также нам кажется интересным отметить гендерную разницу в финансовых стратегиях трат. Мы заметили, что женщины и мужчины по-разному распределяли те денежные средства, которые освободились из-за пандемии. Так, девушки чаще пользовались этой возможностью для того, чтобы перенаправить финансы на другие категории, которые раньше казались слишком дорогими и были недоступны. Помимо этого, появилась возможность повысить качество тех товаров и услуг, которыми они и так пользовались. Например, одна из респонденток отметила, что в период пандемии стала ходить в продуктовый магазин с товарами более высокого, премиального качества. У мужчин же больше проявилась тенденция освободив-

шиеся средства никуда не перенаправлять, а откладывать на будущее с помощью привычных для них финансовых инструментов накопления. В дополнение к этому, мужчины чаще женщин говорили о важности для них как планирования предстоящих трат, так и подробного анализа уже совершенных.

В целом, гендерные различия в финансовом поведении нередко становятся предметом исследований, однако в основном речь идет о принятии решений, связанных с риском и финансовой грамотностью. Дополнение этих данных информацией о предпочитаемых мужчинами и женщинами стратегиях финансового поведения в период пандемии, предоставляемой исследованиями с более обширной выборкой, может стать одним из возможных путей продолжения и развития данной работы.

Основная гипотеза исследования была подтверждена: в период пандемии москвичи опробовали новые финансовые стратегии. Ситуация неопределенности и изменение привычного образа жизни приводят к стремлению большей рациональности финансового поведения.

В первую очередь, изменения связаны с процессом накопления и сохранения сбережений. Высокая степень неопределенности ситуации способствует сокращению трат и переносу запланированных покупок. Сложность планирования бюджета объясняется как объективно меняющимися экономическими условиями, так и субъективным переживанием нестабильности. Непонимание того, как будет развиваться ситуация в целом, беспокойство о будущем приводят к переосмыслению ценности и необходимости различных категорий трат.

Выраженный страх потери рабочего места, который обострился за счет общего тревожного эмоционального фона, привел, с одной стороны, к уменьшению расходов, а с другой – к увеличению кредитной активности.

Таким образом, неуверенность в стабильности будущего дохода проявляется в предпочтении стратегии сохранения и накопления, в большей избирательности при выборе товаров, в снижении общей потребительской активности москвичей.

Поскольку в данной работе был использован качественный метод, что позволило выявить ряд основных факторов и характерис-

тик, принимающих участие в формировании финансового поведения людей, следующим ее этапом станет опрос, направленный на анализ выявленных феноменов и тенденций в разных социальных группах.

Литература

- Бойко О. М., Медведева Т. И., Ениколопов С. Н., Воронцова О. Ю., Казьмина О. Ю.* Психологическое состояние людей в период пандемии COVID-19 и мишени психологической работы // Психологические исследования. 2020. Т. 13. №. 70. С. 1–12.
- Воронина Л. А., Шапошников А. М.* Основные тенденции изменения потребительского поведения в условиях пандемии коронавируса // Экономика: теория и практика. 2020. №. 2. С. 23–30.
- Гимпельсон В., Капелюшников Р.* Карантинная экономика и рынок труда // ECONS. 2020. 2 июня. URL: <https://econs.online/articles/ekonomika/karantinnaya-ekonomika-i-rynok-truda> (дата обращения: 12.11.2021).
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2. С. 47–83.
- Ослон А. А.* Социология пандемии. Проект коронаФОМ / Рук. авт. колл. А. А. Ослон. М.: Институт «Фонда общественного мнения» (инФОМ). 2021. С. 116–152.
- Ali M., Alam N., Rizvi S. A.* Coronavirus (COVID-19) – An epidemic or pandemic for financial markets // Journal of Behavioral and Experimental Finance. 2020. V. 27. doi: 10.1016/j.jbef.2020.100341
- Dietrich A., Keuster K., Müller G. J., Schoenle R.* News and uncertainty about COVID-19: Survey evidence and short-run economic impact // SSRN Electronic Journal. 2020. January. doi: 10.2139/ssrn.3573123
- Gao M., Liu Y. J., Shi Y.* Do people feel less at risk? Evidence from disaster experience // Journal of Financial Economics. 2020. V. 138 (3). P. 866–888.
- Haroon O., Rizvi S. A.* COVID-19: Media coverage and financial markets behavior – A sectoral inquiry // Journal of Behavioral and Experimental Finance. 2020. V. 27. doi: 10.1016/j.jbef.2020.100343
- Keeter S.* People financially affected by COVID-19 outbreak are experiencing more psychological distress than others. Pew Research Center, 2020. March 30. <https://pewrsr.ch/2UKJ577> (дата обращения: 15.11.2021).

Раздел 3

- Knotek E. S., Schoenle R., Dietrich A. M., Kuester K., Muller G. J., Myrseth K. O. R., Weber M.* Consumers and COVID-19: A real-time survey // Economic Commentary Federal Reserve Bank of Cleveland. 2020. April 17. doi: 10.26509/frbc-ec-202008
- Yue P., Korkmaz A. G., Zhou H.* Household financial decision making amidst the COVID-19 pandemic // Emerging Markets Finance and Trade. 2020. V. 56 (10). P. 2363–2377.

Исследование профессиональных ориентаций и самоопределения субъекта труда в период пандемии COVID-19

А. А. Алдашева, А. С. Баканов, М. Е. Зеленова, О. В. Рунец

doi: 10.38098/fund_21_0442_19

Распространение коронавирусной инфекции и масштабные карантинные ограничения привели к серьезным проблемам в мировой и российской экономике. Негативные последствия проявились в падении объемов производства, затронули рынок труда и отразились на уровне трудовой занятости. По данным Министерства экономического развития Российской Федерации, в период карантина в России не работали около 15 млн. человек, при этом 680 тыс. (4,5%) из них попали под сокращение и полностью потеряли работу; число официально зарегистрированных безработных с 1 апреля 2020 г. выросло более чем в 3,5 раза (Ломская, 2020; Решетников, 2020).

Текущая экономическая ситуация продолжает оставаться нестабильной. Некоторые аналитики и бизнесмены полагают, что при условии отсутствия второй волны ограничений для восстановления экономики России до уровня докризисного периода потребуются не менее двух–трех лет (Троценко, 2020). Согласно данным социологического опроса предпринимателей, более трети российских предприятий и компаний до конца 2020 г. планируют сократить количество своих сотрудников в среднем на 16%. При этом 45% компаний уже провели сокращения, и по статистике был сокращен каждый пятый работник. Еще 28% опрошенных работодателей заявили о планах уменьшения фонда оплаты труда и переводе значительной части сотрудников на сокращенный рабочий день с пропорциональным снижением зарплаты. Многие компании временно приостановили

деятельность, уменьшили объем работ и количество смен, отменили стимулирующие выплаты (Ивушкина, 2020а).

Все это ведет к снижению доходов россиян и негативно сказывается на качестве их жизни. По результатам опроса, проведенного после снятия жестких ограничений среди населения специалиста-ми РАНХиГС, 36% респондентов ожидают, что их финансовое положение еще «несколько снизится» к концу года, 27% опрошенных ожидают «существенного ухудшения» и лишь 6% граждан заявили, что их материальное положение «улучшится» (Алмакунова, 2020; Ивушкина, 2020б).

Как показывают исследования, отсутствие возможности планировать свою жизнь и оказывать влияние на происходящее, высокая степень экономической нестабильности вызывают тревогу и стресс у значительной части населения. Информация в СМИ и социальных сетях усиливает рост тревожности и страхов, провоцирует развитие дезадаптивных психических состояний, агрессии, межличностных конфликтов, случаев неадекватного поведения, суицидальных мыслей и поступков. Длительное пребывание в условиях неопределенности способствует снижению активности, блокирует желание и способность находить и использовать даже простые алгоритмы преодоления трудных ситуаций. Результатом является появление признаков депрессии, психосоматических заболеваний, обострение неврозов и других негативных состояний (Кубрак, Латынов, 2020; Нестик, 2020; Garfin et al., 2020; Okruszek, Aniszewska-Stańczuk, Piejka, Wiśniewska, Żurek, 2020).

Исследования психологических последствий безработицы показали, что потеря работы на начальном этапе переживается не столько в связи со снижением материального уровня жизни, сколько с отсутствием возможности удовлетворять свои высшие потребности — потребность в самореализации, социальном статусе, взаимодействии с привычным окружением (Маслоу, 1999). Лишившись работы, люди теряют возможность удовлетворять потребности, связанные с самодетерминацией, самоактуализацией, самосохранением, а также с самоотдачей, аффилиацией, единением и любовью (Нюттен, 2004). Если поиск работы затягивается, то постепенно происходит нарушение целостности и иерархии всей мотивационной структуры человека, включая его мотивацию к труду и профессиональной деятельности.

Эмпирические исследования, направленные на выявление способов совладения с ситуацией потери работы, обнаружили, что сначала безработные стремятся найти работу, аналогичную потерянной, в которой могут быть востребованы их прежний опыт и профессиональные навыки. Однако со временем статус безработного приводит к усилению переживаний по поводу собственной невостребованности, к появлению признаков общего психосоматического неблагополучия и депрессии (Дробышева, Тихонова, 2018). Кроме того, у безработных появляются глубинные личностные изменения, затрагивающие всю систему ценностей и поведение, т. е. с увеличением «стажа безработного» постепенно происходит трансформация ценностно-смысловых ориентаций. Человека перестают волновать вопросы собственного социального статуса, авторитетность и референтность, а также вопросы, связанные с профессией и профессиональной компетентностью, мнение и оценки других людей. Центр переживаний и интересов безработного постепенно смещается в область проблем, связанных с заполнением свободного времени. Кроме того, длительная безработица приводит к личностным деформациям, появлению вредных привычек и аддикций, способствующих деструктивному поведению и уходу от реальности (Глуханюк, Колобкова, Печеркина, 2003).

Жизненная ситуация, связанная с потерей работы, сопровождается тяжелыми переживаниями и часто ведет к личностному кризису. Человек вынужден заново пересматривать жизненные и профессиональные перспективы, оценивать изменения своего социального и профессионального статуса. Происходит процесс личностного и профессионального самоопределения человека, согласования его внутренних потребностей и факторов внешней среды, идет перестройка разных сторон идентичности (Алдашева, Зеленова, Баканов, Рунец, 2020; Giddens, 1991; Emmons, 1999).

Профессиональное самоопределение является одной из форм самоопределения личности, реализуемых посредством принятия решений о выборе профессии и путей профессионального развития. Вопросы профессионального самоопределения нашли свое отражение в работах ведущих ученых в области психологии труда. Согласно концепции Е. А. Климова, профессиональное самоопределение является результатом смыслопоисковой активности и имеет два уровня – гностический и практический. Как психологическое об-

разование оно проявляется через особенности профессионального самосознания и включает осознание своей принадлежности к конкретной профессии, оценивание своей квалификации и своего соответствия эталону профессионала, видение и осознание своего положения в профессиональной группе, оценку своих возможностей, способностей и перспектив в выбранной сфере труда (Климов, 2004). В работах Э. Ф. Зеера профессиональное самоопределение рассматривается в контексте конкретного профессионального выбора и в тесной связи с уровнем социальной зрелости индивида, с его активностью и установками на самореализацию. Профессиональное самоопределение происходит на протяжении всей жизни человека: принимая роль субъекта трудовой деятельности, он постоянно сталкивается с проблемами, связанными с профессиональными достижениями, с коррекцией и уточнением карьеры, с отношением к выбранной сфере труда и т. д. Решение комплекса профессиональных проблем является важным механизмом личностного развития (Зеер, 2003). По мнению Н. С. Пряжникова, самоопределение имеет многокомпонентную структуру, в которой такие компоненты, как умение ориентироваться в социально-экономической ситуации и способность к прогнозированию перспективности выбираемого труда, занимают важное место (Пряжников, 2008).

Особенностью профессионального самоопределения в период кризиса является вынужденный пересмотр сферы занятости и области приложения способностей и профессиональных знаний. Помимо карьерной и профессиональной переориентации, ситуация кризиса предполагает преодоление негативных переживаний и внутренней конфликтности, вызванной стрессом. Такие личностные качества, как инициативность и готовность к переобучению, способность принимать решения в ситуации неопределенности, умение быстро ориентироваться в условиях меняющейся среды, выступают значимыми предикторами успешного поиска работы. Как отмечают исследователи (Журавлев, 2004), особенности принятия решений являются неотъемлемой частью деятельности и определяют результативность отдельных действий и поведения в целом. В период кризиса особенности принятия решений как интегративная характеристика субъекта труда во многом становятся определяющими результативность поиска работы.

Профессиональное самоопределение и профессиональная переориентация субъекта деятельности зависят от взаимодействия целого ряда внутренних переменных, таких как уровень квалификации и профессионализм, инициативность и готовность к переобучению, особенности мотивации и активность и др. К этим переменным следует отнести психологические конструкты, входящие в структуру профессионального менталитета, определяющие успешность индивида при формировании новой профессиональной позиции и способствующие реализации личностных и профессиональных установок в изменившейся и требующей реконструкции системе «субъект трудовой деятельности — сфера труда и профессия» (Алдашева, Зеленова, 2018; Баканов, 2019).

Обзор социологических, статистических и психологических материалов показал актуальность проблемы профессионального самоопределения в условиях экономического кризиса и роста безработицы. Это позволило сформулировать *цель* исследования — изучение особенностей профессионального самоопределения в период пандемии и экономической нестабильности у разных категорий субъектов трудовой деятельности.

Исследование проводилось методом онлайн-анкетирования в период с апреля по май 2020 г. во время введения режима ограничений на территории России в связи с пандемией COVID-19, получившего название «период самоизоляции».

Применялась специально разработанная анкета «Профессиональное самоопределение в период пандемии и кризиса», которая включала 42 утверждения, направленных на выявление личностных и профессиональных установок, особенностей принятия решений и планирования, а также особенностей переживаний респондентов в связи с распространением инфекции COVID-19. Использовалась четырехбалльная шкала, имеющая следующую градацию: «верно», «пожалуй, верно», «пожалуй, неверно», «неверно». Проверка внутренней согласованности и надежности показала, что α Кронбаха составляет 0,7, что соответствует среднему уровню надежности.

В исследовании приняли участие 250 человек, специалисты разных профессий, проживающие в разных регионах и городах на территории России.

Задачи исследования предполагали выявление особенностей самоопределения разных категорий работников в зависимости от их по-

Раздел 3

зиции на рынке труда в период ограничений и самоизоляции, вызванной распространением COVID-19. Основное внимание было направлено на группы субъектов деятельности, по мнению аналитиков, подвергшиеся в данный период наибольшему риску ухудшения экономического и психологического благополучия – «самозанятых» и «безработных». В ходе обработки и анализа результатов анкетирования все участники исследования были разделены на следующие группы: «самозанятые» ($n = 57$) – респонденты, получающие доход от своей личной трудовой деятельности, не имеющие работодателя и наемных работников и «безработные» ($n = 48$) – респонденты, не имеющие работы на момент обследования (как официально зарегистрированные, так и не состоящие на учете в структурах). Для проведения сравнительного анализа была выделена еще одна группа «работающих по найму» ($n = 145$), представителей которой можно считать в меньшей степени пострадавшими от экономических ограничений в период самоизоляции; ее составили респонденты, занятые в государственных или частных организациях и сохранившие заработную плату в данный период. В таблице 1 представлены социально-демографические характеристики респондентов всех трех групп.

Таблица 1

Социально-демографические характеристики разных групп респондентов (в %)

Показатели	Самозанятые	Безработные	Работающие по найму
Женщины	64,91	66,66	57,6
Мужчины	36,09	33,34	42,4
Возраст	35,42±13,25	31,45±11,53	38,73±10,15
Состоят в браке	63,79	44,9	60,1
Имеют иждивенцев	58,2	45,1	67,1
Стаж работы	19,37±11,15	16,67±12,38	17,08±10,07
Стаж работы по специальности	13,02±10,24	8,06±10,61	12,78±10,01
Образование высшее	66,66	62	87,04
Работают с людьми	80,7	32	62
Работают с техникой	19,3	68	38

Статистическая обработка данных анкетирования включала метод частотного анализа, корреляционный анализ (коэффициент r Спирмена), сравнительный анализ (U -критерий Манна–Уитни). Использовался пакет программ SPSS.

Особенности самоопределения в зависимости от социальной и профессиональной позиции субъекта труда в период самоизоляции

Результаты корреляционного анализа позволили получить матрицу интеркорреляций, фрагмент которой представлен в таблице 2. Как показывают полученные нами данные, статус «самозанятого»

Таблица 2

Корреляции показателей «самозанятость» и «безработность» с пунктами анкеты и социально-демографическими переменными (фрагмент общей матрицы)

Переменные	Самозанятость	Безработность
Возраст	0,132*	-0,034
Стаж по специальности	0,085	-0,247**
Наличие семьи	0,030	-0,166**
Наличие иждивенцев в семье	-0,027	-0,184**
Тип профессии	0,138*	0,096
Я планирую найти новую работу, которая будет мне по душе	-0,117	-0,365**
Я опасюсь, что мои планы не осуществляются	-0,017	-0,140*
Я стремлюсь свои планы на будущее разрабатывать в малейших деталях	0,039	-0,151*
Я готов(а) изменить свою жизнь, чтобы зарабатывать больше	-0,028	-0,130*
Я не люблю планировать что-либо заранее	-0,206**	-0,038
В текущей работе не востребован мой профессиональный опыт	-0,052	-0,176**
В сложной ситуации я никогда долго не раздумываю	-0,174**	-0,028
Чтобы сохранить экономическое благополучие, не надо вводить ограничения из-за пандемии	-0,063	-0,171**
Я высококвалифицированный специалист	0,021	0,189**
В жизни я следую поговорке «Кто не рискует, тот не выигрывает»	-0,137*	-0,058
Время от времени мне хочется «поработать на себя»	-0,098	-0,239**

Обозначения: *— $p < 0,05$; **— $p < 0,01$.

напрямую связан с возрастом и типом профессии. Что касается ответов на вопросы анкеты, то значимые отрицательные корреляции обнаружены между показателем «самозанятость» и вопросами анкеты, раскрывающими такие характеристики респондентов, как «направленность на планирование», «быстрота принятия решений в сложной ситуации» и «склонность к риску».

Относительно статуса «безработного» выявлено, что отсутствие работы отрицательно коррелирует с наличием семьи, наличием на попечении детей и инвалидов, а также со стажем работы по специальности. Рассмотрение взаимосвязей статуса безработного и индивидуально-личностных характеристик позволило обнаружить положительные корреляции между отсутствием работы, уровнем квалификации и переживанием профессиональной невостребованности. Установлено также, что статус безработного отрицательно коррелирует с пунктами анкеты, раскрывающими склонность к детализированному планированию, к планам «найти работу по душе» и «поработать на себя», с готовностью «изменить свою жизнь, чтобы заработать больше» и с негативным отношением к ограничениям, введенным в период пандемии.

Для уточнения и конкретизации различий в социально-демографических и личностных характеристиках респондентов с разным профессиональным статусом в сфере трудовой занятости был проведен межгрупповой сравнительный анализ. Каждая из групп («самозанятые» и «безработные») сравнивалась с группой «работающих по найму», т. е. сохранивших работу в период самоизоляции. Результаты сопоставления групп представлены в таблицах 3–4 (в таблицы включены прежде всего те пункты полной матрицы, по которым получены достоверные различия, позволяющие дифференцировать сравниваемые группы относительно исследуемых переменных).

Сравнение вышеназванных групп позволило выявить статистически значимые различия, отличающие респондентов по ряду социально-демографических характеристик. Как следует из таблицы 3, средний возраст «самозанятых» выше, чем у респондентов, «работающих по найму». Среди «самозанятых» наблюдается большее число работающих по специальности и лиц, занятых в профессиях, относящихся к социальным видам труда (учителей, преподавателей, психологов, юристов и др.).

Таблица 3

Сравнение групп «работающие по найму» и «самозанятые»
(фрагмент матрицы)

Переменные	U Манна–Уитни	W Уилкоксона	Z	P <
Возраст	4350,500	22305,500	–2,201	0,028
Тип профессии	4394,500	22349,500	–2,158	0,031
Работа по специальности	3635,500	15570,500	–2,008	0,045
Безработность	4417,500	22372,500	–2,998	0,003
<i>Вопросы анкеты</i>				
Я планирую найти новую работу, которая будет мне по душе	3564,500	5217,500	–2,593	0,010
Когда я успешно выполняю задание, я всегда доволен/льна собой	4744,500	22699,500	–1,841	0,066
Я не люблю планировать что-либо заранее	4039,000	5692,000	–3,018	0,003
Любой ценой я хочу сохранить привычный образ жизни	3777,000	16338,000	–1,916	0,055
В сложной ситуации я никогда долго не раздумываю	4249,500	5902,500	–2,537	0,011
В жизни я следую поговорке «Кто не рискует, тот не выигрывает»	4525,500	6178,500	–1,935	0,053

Что касается сравнения ответов на вопросы анкеты, то установлено, что в группе «самозанятых» статистически меньше респондентов, которые «долго не раздумывают в сложной ситуации», меньше тех, кто «не любит планировать что-либо заранее», и меньше живущих по принципу «кто не рискует, тот не выигрывает». Установлено также, что респонденты, относящиеся к категории «самозанятых», в большей степени ориентированы на то, «чтобы сохранить любой ценой привычный образ жизни». Кроме того, в данной группе респондентов больше неудовлетворенных своей реализацией в сфере труда и желающих «найти работу по душе».

В таблице 4 представлены результаты сравнения групп «безработных» и «работающих по найму». Согласно полученным данным, у «безработных» меньше стаж работы по специальности, среди представителей данной группы больше лиц, не имеющих семьи и не имеющих иждивенцев (детей и инвалидов) на попечении. В группе «без-

Раздел 3

Таблица 4

Результаты сравнения групп «работающие по найму» и «безработные» (фрагмент матрицы)

Переменные	U Манна–Уитни	W Уилкоксона	Z	P <
Наличие семьи	3831,000	5007,000	–2,448	0,014
Наличие детей и инвалидов в семье	3612,000	4788,000	–3,051	0,002
Стаж работы по специальности	2850,500	4026,500	–4,202	0,000
Работа по специальности	1716,500	13651,500	–6,543	0,000
Тип профессии	3221,000	15782,000	–1,918	0,055
Самозанятость	3783,000	23484,000	–2,998	0,003
<i>Вопросы анкеты</i>				
Я планирую найти новую работу, которая будет мне по душе	2489,500	3665,500	–5,569	0,000
Я опасаясь, что мои планы не осуществятся	3895,500	5071,500	–2,011	0,044
Моя работа способствует повышению благополучия близких мне людей	3033,000	22734,000	–4,181	0,000
Я стремлюсь свои планы на будущее разрабатывать в малейших деталях	3851,000	5027,000	–2,143	0,032
В текущей работе не востребован мой профессиональный опыт	3693,500	4869,500	–2,548	0,011
Чтобы сохранить экономическое благополучие, не надо вводить ограничения из-за пандемии	3691,500	4867,500	–2,495	0,013
Я высококвалифицированный специалист	3436,000	23137,000	–3,182	0,001
Я часто слежу за изменением информации, связанной с пандемией	3950,000	23651,000	–1,877	0,061
Время от времени мне хочется «поработать на себя»	3298,500	4474,500	–3,659	0,000

работных» достоверно больше специалистов, занятых в профессиях, предполагающих взаимодействие в системе «человек–техника, знак» (технологов, инженеров, дизайнеров, художников, пилотов).

Результаты сравнительного анализа, представленные в таблице 4, показали также, что «безработные» более высоко оценивают свой квалификационный статус (чаще считают себя высококвал-

лифицированными специалистами), при этом они чаще отмечают, что их профессиональный опыт не востребован. Респонденты из группы «безработных» в меньшей степени склонны к детальному планированию своих будущих действий, реже «планируют найти работу по душе» и в большей степени испытывают опасения, что их планы не осуществляются.

«Безработные» более внимательно следят за информацией, связанной с распространением коронавируса, и считают, что для сохранения экономического благополучия не следует вводить ограничения и запреты.

Анализ результатов анкетирования «самозанятых» и «безработных», находящихся, по мнению экспертов, в зоне высокого риска потери качества жизни, выявил повышенный уровень субъективной неудовлетворенности и неуверенности опрошенных в отношении успешности позитивной профессиональной реализации в посткризисный период. По сравнению с группой респондентов, работающих по найму, «самозанятые» и «безработные» негативно оценивают экономические ограничения, связанные с пандемией. При этом важно отметить, что если «самозанятые» готовы сохранить достигнутое экономическое благополучие «любой ценой», продолжают планировать свою жизнь и даже не исключают возможность найти «работу по душе», то психологическое состояние «безработных» является менее благоприятным. Респондентов этой группы характеризует неуверенность в своих возможностях найти «хорошую работу», у них слабее выражено желание «работать на себя». Оценивая себя как квалифицированных специалистов, «безработные» не уверены, что смогут реализоваться в профессиональной области, и не считают необходимым детально планировать свои действия, так как слабо верят в возможность осуществления задуманного. Согласно результатам анкетирования, «безработные» в большей степени, чем другие респонденты, сосредоточены на информации о распространении и последствиях COVID-19, которая особенно в период «самоизоляции» в материалах СМИ имела сильно выраженную негативную окраску, способствующую появлению чувства тревоги и страха. Эти черты восприятия и переживания «безработными» своего статуса и текущей ситуации можно рассматривать как свидетельство нарастания признаков их психологического неблагополучия, способных привести к усилению стрессовых реакций и к депрессии.

Оптимизм как личностная диспозиция в период самоизоляции

Роль оптимизма как важного фактора самоопределения и характеристики индивида, позволяющей ему успешно выходить из трудных жизненных ситуаций (включая преодоление последствий военного стресса), неоднократно показана в эмпирических исследованиях (Бодров, 2006; Брайт, Джонс, 2003; Зеленова, 2006; Emmons, 2003; и др.). Установлено, что оптимисты имеют лучшее здоровье, по сравнению с пессимистами, и что в ситуациях кризиса они реже рассматривают суицид как способ решения проблем (Furnham, Heaven, 1999). Работы, направленные на выявление социальных и личностных ресурсов, способствующих сохранению внутреннего благополучия субъекта деятельности, показали, что вера в себя, в свою способность влиять на события и контролировать их, и оптимистические ориентации являются важными предикторами, по которым можно прогнозировать последствия стресса и соматическое неблагополучие человека (Maddi, 2006; и др.).

Имеющиеся в литературе научные факты определили следующую линию обработки и анализа материалов анкетирования, предполагающую выявление социально-демографических и психологических характеристик респондентов, оптимистично и пессимистично рассматривающих свое будущее и жизненные перспективы из-за пандемии коронавируса.

Рассмотрение матрицы интеркорреляций позволило установить, что уровень оптимизма участников исследования в отношении своего будущего тесно связан с пунктами анкеты, раскрывающими такие личностные характеристики, как вера в себя, в свои способности и свой успех, высокая самооценка своих профессиональных возможностей и квалификации, особенности принятия решений в ситуации неопределенности и риска, целеустремленность и готовность добиваться поставленных целей. При этом не было обнаружено значимых взаимосвязей уровня оптимизма с показателями социально-демографического статуса, за исключением такой переменной, как «наличие иждивенцев в семье»: здесь обнаружена достоверная, но не очень сильная отрицательная взаимосвязь, показавшая, что лица, имеющие на попечении детей и инвалидов, менее оптимистично смотрят в будущее, чем остальные участники исследования. Результаты корреляционного анализа представлены на рисунке 1.



Рис. 1. Взаимосвязь уровня оптимизма с социально-демографическими и психологическими характеристиками.

Обозначения: * – уровень значимости $p < 0,01$; ** – уровень значимости $p < 0,05$

С целью проведения сравнительного анализа все участники исследования в зависимости от ответа на вопрос анкеты «Я оптимистично смотрю на свое будущее в период кризиса после пандемии» были объединены в две контрастные группы, условно обозначенные нами как «оптимисты» (те, кто выбрал ответ «совершенно верно») и «пессимисты» (те, кто выбрал ответ «совершенно неверно»). Результаты статистической обработки представлены в таблице 5. Они в целом подтвердили основные значимые взаимосвязи, полученные методом корреляций, кроме достоверности различий между группами по показателю «наличие иждивенцев в семье». Установлено, что оптимистичный взгляд на будущее после пандемии не зависит от возраста, пола, профессии, образования и профессионального самоопределения по типу «самозанятый». Среди оптимистов в равной мере встречаются как «работающие», так и «безработные».

Сравнительный анализ ценностно-смысловых ориентаций и оценок респондентов, выявленных на основе результатов анкетирования, позволил получить обобщенный образ респондента, установки которого на преодоление трудностей и самоопределение в период после пандемии можно рассматривать как позитивные, соответствующие «оптимистическому» типу личностных ориентаций.

Раздел 3

Таблица 5

Результаты сравнительного анализа групп респондентов, выделенных по критерию «оптимизм» (фрагмент матрицы)

Показатели	U Манна–Уитни	W Уилкоксона	Z	p<
Возраст	1462,500	1897,500	–0,400	0,689
Стаж работы	1316,000	1751,000	–10,186	0,236
Пол	1524,500	7195,500	–0,079	0,937
Стаж работы по специальности	1237,500	1643,500	–10,220	0,223
Количество детей	1491,500	1926,500	–0,254	0,800
Наличие семьи	1470,000	7141,000	–0,426	0,670
Наличие в семье иждивенцев	1456,500	1891,500	–0,541	0,588
Профессия	1420,000	6776,000	–0,156	0,876
Безработность	1410,000	6975,000	–0,497	0,619
Самозанятость	1266,000	6831,000	–10,396	0,163
<i>Вопросы анкеты</i>				
Я считаю, что самоизоляция и кризис дают новые возможности	830,500	6501,500	–30,932	0,000
Я опасюсь, что мои планы не осуществляются	853,500	1288,500	–30,784	0,000
Моя текущая работа способствует повышению благополучия близких мне людей	1020,500	6691,500	–30,097	0,002
Моя жизнь сложится так, как я захочу	636,000	6307,000	–50,133	0,000
Я с подозрением отношусь к людям, которые игнорируют предписанные нормы поведения во время пандемии	1033,500	6704,500	–20,816	0,005
Я всегда качественно выполняю работу	1073,500	6744,500	–20,724	0,006
Я считаю, что мои успехи зависят от моих способностей	1157,000	1592,000	–20,157	0,031
Я не доволен/льна результатами своей профессиональной деятельности	842,000	6513,000	–30,989	0,000
В случае неудачи люди винят других	667,000	6338,000	–50,047	0,000
В сложной ситуации я всегда принимаю советы и слеую им	665,000	1100,000	–40,917	0,000

Продолжение таблицы 5

Показатели	U Манна–Уитни	W Уилкоксона	Z	p<
Я верю, что вся информация в СМИ о пандемии является достоверной	1096,000	1531,000	–20,488	0,013
В сложной ситуации я обычно опаздываю с принятием решения	1041,000	6712,000	–20,810	0,005
Я быстро принимаю решение в ситуации неопределенности	1167,500	6838,500	–20,182	0,029
В сложной ситуации я стараюсь помогать другим	1087,500	1522,500	–20,570	0,010
В текущей работе не востребован мой профессиональный опыт	1017,000	6688,000	–20,895	0,004
В сложной ситуации я никогда долго не раздумываю	1005,000	1440,000	–20,949	0,003
Чтобы сохранить экономическое благополучие, не надо вводить ограничения из-за пандемии	1038,000	6709,000	–20,835	0,005
Перед тем, как помочь другим, я думаю о себе	1057,500	6728,500	–20,811	0,005
Я высококвалифицированный специалист	1241,000	6912,000	–10,660	0,090
Я готов(а) следовать заранее разработанному плану вне зависимости от развития ситуации	814,000	1249,000	–40,056	0,000
Я сделаю все возможное, чтобы реализовать свои планы	1196,000	1631,000	–20,110	0,035

Оценивая экономические и социальные ограничения, введенные в период «самоизоляции», «оптимисты» считают их оправданными и необходимыми. Они «с подозрением относятся к тем, кто не соблюдает меры карантина», однако сами не боятся заразиться коронавирусом и заболеть. «Оптимисты» оценивают себя как квалифицированных и востребованных специалистов, во время «самоизоляции» продолжают строить планы на будущее, считают, что кризис дает им новые возможности, уверены в своих силах и в своем успехе в профессиональной сфере, а также в своей способности влиять на течение жизни («строить жизнь, как хочу»). Они быстро принимают решения в сложных и неопределенных условиях, не испытывая затруднений, когда «остальные с ними не согласны», и намерены сделать все возможное для достижения своих целей. «Оптимисты» считают се-

бя людьми альтруистичными, готовыми помогать другим в трудных ситуациях. В целом результаты анализа статистических данных позволяют сделать вывод о том, что респонденты с оптимистическими ориентациями готовы активно решать проблемы, связанные с личностным и профессиональным самоопределением в период кризиса и пандемии коронавируса.

Обсуждение результатов

Выявлялись особенности личностного и профессионального самоопределения групп специалистов, имеющих, по мнению экспертов, наиболее уязвимые экономические позиции из-за ограничений и режима самоизоляции, — «безработных» и «самозанятых». Полученные результаты показали, что «безработные» и «самозанятые», по сравнению с респондентами группы «работающие по найму», в большей степени переживают состояние психологической напряженности и испытывают неудовлетворенность в связи с ограничительными мерами в связи с пандемией.

Установлено, что профессионалы из группы «самозанятых» нацелены на активное сохранение имеющегося уровня жизни. Оказавшись в период самоизоляции в ситуации потери основных доходов (согласно экспертам НИУ ВШЭ, у 75% самозанятых уменьшились зарплаты), они продолжают планировать свое будущее, считая, что, как и в любой сложной ситуации, действовать следует на основе хорошо продуманных планов, не подвергаясь риску, связанному с высокой вероятностью неблагоприятного исхода и с большими потерями. Большинство респондентов данной группы (87,1%) специализируются в социоэкономических видах труда, уверены в своем профессиональном успехе при выполнении сложной работы (77,2%), считают важным положительную оценку своей компетентности со стороны окружающих (86,4%), высоко оценивают результаты своей профессиональной деятельности (70,2%). При этом более трети опрошенных (38,6%) хотели бы найти другую работу, но без смены сферы трудовой занятости (желали бы продолжить работать с людьми). Большинство «самозанятых» полагаются на себя в трудной ситуации (79%) и считают, что их жизнь «сложится так, как они захотят» (71,6%). В целом респондентов, самоопределившихся на рынке труда в позиции «самозанятых», можно охарактеризовать как людей личностно зрелых,

вполне удовлетворенных выбором профессии (но не местом работы), настроенных на активное решение вопросов профессионального самоопределения в постэпидемиологический период.

Психологическое благополучие «безработных» респондентов вызывает некоторую тревогу. Результаты анкетирования позволяют говорить о наличии у них чувства неуверенности в своих силах и в возможности найти подходящую работу. Несмотря на высокие оценки своих профессиональных компетенций (66,5%), «безработные» не верят, что смогут успешно самореализоваться как квалифицированные специалисты (74,5%). Они не считают необходимым детально планировать свои действия, так как слабо верят в возможность их осуществления (70,9%). Согласно результатам сравнительного анализа, «безработные» в большей степени, чем респонденты других групп, следят за изменением информации в отношении распространения пандемии, при этом доверяют этой информации всего чуть более четверти опрошенных (27,1%). Тем не менее респонденты данной группы оказываются вовлеченными в информационное COVID-пространство, которое, как известно, является серьезным источником формирования генерализованного чувства тревоги и беспокойства. В группе «безработных» наибольший процент не имеющих высшего образования (38%), наименьший процент людей, состоящих в браке (44,95%) и имеющих на попечении детей и инвалидов (41,7%). Что касается возраста, то «безработные» являются наиболее «молодой» группой (средний возраст $31,45 \pm 11,53$ лет) с наименьшим стажем работы по специальности ($16,67 \pm 12,38$ лет). Среди безработных наибольшее количество профессионалов, специализирующихся в сфере «человек – техника, знак» (68%). При этом, определяя желаемую область профессионализации, 81,3% респондентов данной группы ответили, что желали бы иметь работу, направленную на взаимодействие с другими людьми, т. е. большинство хотело бы сменить профессию. Важно также отметить, что 50% «безработных» готовы «сделать все возможное, чтобы их планы реализовались»; 66,7% уверены, что «справятся со сложной работой», и столько же (66,7%) «оптимистично смотрят в будущее» после пандемии; 77,1% верят в то, что их жизнь сложится так, как они захотят. Таким образом, несмотря на наличие признаков психологического неблагополучия, в группе «безработных», принявших добровольное участие в исследовании в период самоизоляции, наблюдается

достаточно высокий процент респондентов, позитивно и оптимистично настроенных в отношении своего будущего после пандемии.

Анализ результатов анкетирования при делении на «*оптимистов*» и «*пессимистов*» показал, что оптимистические ориентации являются следствием личностного самоопределения субъекта деятельности и не зависят от его социально-демографических характеристик (возраста, семейного положения, количества детей, профессии и др.), включая неблагоприятную позицию на рынке труда в период экономического кризиса – статус самозанятого или безработного. Данные корреляционного анализа, показавшие слабую взаимосвязь «оптимизма» и «наличия иждивенцев в семье» и не подтвержденные статистически в ходе процедуры сравнительного анализа, можно рассматривать как тенденцию, требующую дополнительной проверки на выборке большего объема.

В целом, результаты исследования позволяют сделать вывод о взаимосвязи оптимистических ориентаций и веры в позитивное будущее в посткризисный период с наличием у респондентов осознанных установок на преодоление трудностей, активной позиции в разных жизненных сферах, готовности с опорой на свои способности и знания решать проблемы, связанные с достижениями и с самореализацией в профессии.

Таким образом, полученные в исследовании эмпирические данные позволили проанализировать особенности профессионального самоопределения в период пандемии COVID-19 таких субъектов рынка труда, как безработные и самозанятые. Результаты исследования показали, что в обеих этих группах (особенно в группе «безработных»), по сравнению с группой «работающих по найму», выше уровень психологической напряженности, а также выше недоверие и критичность в отношении информации СМИ по поводу пандемии и необходимости введения ограничений из-за распространения коронавируса. Выявлен более активный настрой «самозанятых» респондентов на решение вопросов профессионального самоопределения в условиях кризиса и пандемии, их готовность сохранить достигнутый уровень жизни посредством устройства на любую работу.

Показана роль таких внутренних ресурсов в сохранении психологического равновесия субъекта труда, как уверенность в сво-

их силах, умение оценивать новую ситуацию и принимать решение в условиях неопределенности, наличие высокой самооценки своих квалификационных возможностей, установка на успех при достижении целей. Изучена роль оптимизма как личностной диспозиции, свидетельствующей о готовности индивида к активным действиям в решении проблем личностного и профессионального самоопределения в период кризиса и пандемии COVID-19.

Согласно прогнозам ведущих российских аналитиков, многие экономические отрасли в ближайшее время вряд ли быстро восстановятся (Никеричев, 2020). По мнению директора Института стратегического анализа компании «Финансовые и бухгалтерские консультанты», профессора Высшей школы экономики И. А. Николаева, в России следует ожидать дальнейшего углубления экономического кризиса и ухудшения текущей ситуации, вплоть до повторения ситуации 1998 г. (Иванкина, 2020). В данных условиях актуальной становится разработка многоцелевых программ снижения негативных психологических последствий пандемии и экономического кризиса. В связи с этим следует отметить важность и необходимость программ профессиональной ориентации и профессиональной переориентации на основе математических и имитационных моделей рынка труда. Психологическая составляющая модели должна быть направлена на формирование профессионально-социальной идентичности не для одной, а одновременно для нескольких кластеров профессий, базирующихся на общности профессионального менталитета, особенностей коммуникативного взаимодействия, норм, правил, традиций и т. д. Обучающие программы должны ориентироваться как на краткосрочную, так и на долгосрочную перспективу и учитывать состояние рынка труда, востребованность специалистов, цели и задачи в масштабах страны. Модель должна основываться на вариативности программ и учитывать неизбежную эволюцию профессий, их трансформацию и видоизменение. Полученные в исследовании результаты, позволившие показать значимость некоторых психологических ресурсов субъекта труда (быстрота принятия решений, активность, оптимизм, установка и готовность к активному участию в экономическом взаимодействии и др.), могут быть использованы при разработке подобных программ, направленных на устранение последствий кризиса и пандемии COVID-19.

Литература

- Алдашева А. А., Зеленова М. Е.* Профессиональный менталитет как ресурс успешности социальных воспитателей // ИП РАН. Организационная психология и психология труда. 2018. Т. 3. № 1. С. 23–47.
- Алдашева А. А., Зеленова М. Е., Баканов А. С., Рунец О. В.* Профессиональный менталитет и особенности профориентации и переориентации в период социально-экономического кризиса: на примере пандемии вируса COVID-19 // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 269–289. doi: 10.38098/irpan.sep.2020.18.2.009
- Алмакунова Р.* Прогноз года: 60% граждан ожидают ухудшения благосостояния в 2020 г. // Известия. 2020. 10 июля. URL: <https://iz.ru/1033626/roza-almakunova/prognoz-goda-60-grazhdan-ozhidaiut-ukhudsheniia-blagosostoianii-a-v-2020-m> (дата обращения: 15.11.2021).
- Баканов А. С.* Профессиональный менталитет как фактор эффективности принятия решений в профессиональной деятельности // ИП РАН. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 3. С. 77–93.
- Брайт Д., Джонс Ф.* Стресс. Теории, исследования, мифы. СПб.: Прайм-Еврознак, 2003.
- Решетников М. Г.* В России из-за коронавируса сократили 680 тысяч работников // РИА Новости.ru 2020. 29 июня. URL: <https://ria.ru/20200629/1573653033.html> (дата обращения: 19.11.2021).
- Глуханюк Н. С., Колобкова А. И., Печеркина А. А.* Психология безработицы: Результаты исследований. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф. пед. ун-та, 2003.
- Бодров В. А.* Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: Пер Сэ, 2006.
- Дробышева Т. В., Тихонова Э. В.* Факторы коллективного символического коупинга безработных в условиях вторичной экономической социализации // Вестник Московского государственного областного университета. Сер. «Психологические науки». 2018. № 2. С. 60–73. doi: 10: 18384/2310-7235-2018-2-60-73
- Журавлев А. Л.* Психология управленческого взаимодействия. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004.
- Зеер Э. Ф.* Психология профессий: Учебное пособие для студентов вузов. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003.

- Зеленова М. Е.* Активность в структуре факторов преодоления негативных последствий военной травмы у ветеранов боевых действий в Афганистане // Материалы итоговой научной конференции Института психологии РАН / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Т. И. Артемьева. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. С. 84–94.
- Иванкина Н.* Эксперты ВШЭ оценили вероятность повторения дефолта 1998 года // Vedomosti.ru. 2020. 18 августа. URL: <https://www.vedomosti.ru/economics/articles/2020/08/18/836998-eksperti-otsenili-veroyatnost-povtoreniya-defolta> (дата обращения: 11.11.2021).
- Ивушкина А.* Работа не в толк // Известия. 2020а. 3 июня. URL: <https://iz.ru/1018801/anna-ivushkina/rabota-ne-v-tolk-tret-kompanii-planiruiut-sokrashchat-personal-iz-za-pandemii> (дата обращения: 11.11.2021).
- Ивушкина А.* Деньгами не пахнет. Средние зарплаты россиян в июне снизились на 4% // Известия. 2020б. 29 июля. URL: <https://iz.ru/1041118/anna-ivushkina/dengami-ne-pakhnet-srednie-zarplaty-rossiian-v-iune-snizilis-na-4> (дата обращения: 11.11.2021).
- Климов Е. А.* Психология профессионального самоопределения: Учеб. пособие для студ. выс. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2004.
- Кубрак Т. А., Латынов В. В.* Возможности и ограничения информационно-психологического воздействия в ситуации пандемии коронавируса // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 84–114.
- Ломская Т.* Россия пережила самый большой обвал с 2009 года // URL: <https://www.forbes.ru/finansy-i-investicii/406871-ekonomika-rossii-perezhila-samyu-bolshoy-obval-s-2009-goda> (дата обращения: 15.11.2021).
- Маслоу А.* Мотивация и личность / Пер. А. М. Татлыбаевой. СПб.: Евразия, 1999.
- Нестик Т. А.* Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // ИП РАН. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 47–83. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.002
- Никеричев А.* В России станет больше бедных и безработных из-за коронавируса? Meduza. 2020. 11 июня. URL: <https://meduza.io/feature/2020/06/11/v-rossii-stanet-bolshe-bednyh-i-bezrobotnyh-iz-za-koronavirusa-a-gosudarstvennye-mery-podderzhki-hot-komu-topomogli> (дата обращения: 16.11.2021).

Раздел 3

- Нюттен Ж.* Мотивация, действие и перспектива будущего / Под ред. Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2004.
- Пряжников Н. С.* Профессиональное самоопределение: теория и практика. М.: Академия, 2008.
- Троценко Р.* Общее влияние пандемии в России продлится 24–30 месяцев // Онлайн-саммит «Сценарии выхода из COVID-кризиса» от 10.06.2020. URL: <https://transformat1.ru/tpost/apf8ub2dfs-romantrotsenko-obschee-vliyanie-pandemi> (дата обращения: 15.11.2021).
- Emmons R. A.* The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality. N. Y.: The Guilford Press, 2003.
- Garfin D. R., Silver R. C., Holman E. A.* The novel coronavirus (COVID – 2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure // Health Psychology. 2020. V. 39 (5). P. 355–357. doi: 10.1037/hea0000875
- Giddens A.* Fate, risk and security // A. Giddens. Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age. Cambridge: Polity Press, 1991. P. 109–143.
- Furnham A., Heaven P.* Personality and social behavior. London: Arnold, 1999.
- Maddi S. R.* Hardiness: The courage to grow from stresses // Journal of Positive Psychology. 2006. V. 1. P. 160–168.
- Okruszek Ł., Aniszewska-Stańczuk A., Piejka A., Wiśniewska M., Żurek K.* Safe but lonely? Loneliness, mental health symptoms and COVID-19. 2020. April 10. doi: 10.31234/osf.io/9njps

Психологические исследования, посвященные пандемии COVID-19 (по материалам англоязычных статей, индексируемых в WoS)

К. Б. Зувев

doi: 10.38098/fund_21_0442_20

Пандемия COVID-19 внесла свои коррективы не только в повседневную жизнь людей, но и в организацию научной деятельности по всему миру. Общественный запрос на оперативные исследования был сформирован в конкретных заданиях правительств. На разработку различных фундаментальных и прикладных аспектов борьбы с последствиями заболевания были брошены значительные финансовые и организационные ресурсы. Очевидно, что такая ситуация в научной политике не могла не отразиться и на публикационной активности ученых. В данной статье будет представлен обзор публикаций января—декабря 2020 г., проиндексированных в библиометрической базе Web of Science Core Collection. Отдельно будет рассмотрен общий публикационный поток по теме COVID-19 и публикации по психологической тематике.

Цель статьи состоит в том, чтобы проанализировать основные тренды психологических исследований последствий пандемии COVID-19 в англоязычной литературе.

В рамках исследования мы поставили перед собой следующие *задачи*:

1. Изучить количество, тематику, региональное распределение и другие обобщенные показатели статей по теме COVID-19.
2. Показать место таких психологических исследований в общем публикационном потоке.
3. Описать приоритетную тематику публикаций, посвященных психологическим последствиям пандемии, на основе содер-

1 Статья подготовлена по Госзаданию № 0138029-2021-0001.

жательного анализа статей, наиболее цитируемых на данный момент.

4. Проанализировать изменения, произошедшие в публикационных практиках, принятых на Западе, и выделить риски, к которым они могут привести; сравнить традиционные формы научной коммуникации в условиях пандемии с альтернативными: записями в блогах, социальных сетях, с выступлениями в СМИ и др.

Публикации по теме COVID-19 в библиометрической базе Web of Science Core Collection

Первые публикации, посвященные коронавирусу, увидели свет еще в 2019 г. Однако их количество было относительно небольшим: всего 15 единиц. За 2020 г. по различным направлениям науки было опубликовано более 75000 статей, индексируемых в WoS. За неполных два первых месяца 2021 г. было опубликовано свыше 7000 статей, и есть все основания полагать, что их количество не будет снижаться. В нашем анализе мы остановимся на публикациях 2020 г. (см. таблицу 1). По результатам их анализа можно утверждать, что в этот период исследования велись преимущественно по медицинским специальностям; наиболее близкая к психологии психиатрия занимает лишь шестую строчку. Аналогичные данные получаются при анализе тем исследования — более узких по отношению к категориям кластеров.

При анализе типов документов можно видеть в целом не характерную для современной публикационной культуры картину. На первом месте традиционно находятся статьи в журналах (39590 единиц), однако же второе и третье место со схожим результатом занимают редакторские материалы (12645 единиц, чаще всего это вводные статьи к тематическим выпускам) и письма, т. е. публикации, позволяющие определенный отход от классических образцов журнальной статьи (11475 единиц). Интересно также отметить значительное количество обзоров: их было напечатано 8000, и это несмотря на новизну темы и, как следствие, низкое количество публикаций, которые можно было бы обзрывать.

Первую строчку в списке стран-лидеров публикационной активности традиционно занимают США, на втором месте идет КНР, на четвертой и пятой позиции с практически одинаковым резуль-

Таблица 1

Темы исследований по поисковому запросу «COVID-19» в WoS

Категории Web of Science	Записей	% от 75576
Medicine General Internal	9579	12,675
Public Environmental Occupational Health	6033	7,983
Infectious Diseases	3770	4,988
Surgery	2896	3,832
Cardiac Cardiovascular Systems	2668	3,530
Psychiatry	2583	3,418
Pharmacology Pharmacy	2575	3,407
Immunology	2515	3,328
Clinical Neurology	2280	3,017
Oncology	2228	2,948
Medicine Research Experimental	2206	2,919
Multidisciplinary Sciences	2198	2,908
Environmental Sciences	1951	2,582
Respiratory System	1949	2,579
Health Care Sciences Services	1904	2,519
Pediatrics	1838	2,432
Microbiology	1656	2,191
Radiology Nuclear Medicine Medical Imaging	1589	2,103
Biochemistry Molecular Biology	1450	1,919
Hematology	1380	1,826
Critical Care Medicine	1361	1,801
Gastroenterology Hepatology	1360	1,800
Neurosciences	1344	1,778
Endocrinology Metabolism	1274	1,686

татом находятся Италия и Великобритания. Еще один традиционный научный лидер – Германия – занимает лишь девятую позицию, уступая Индии, Канаде, Испании и Австралии. По всей видимости, такое распределение публикаций по странам вызвано географией распространения коронавируса. Россия не входит в число 25 стран-

лидеров, однако же русский занимает седьмую позицию среди наиболее часто встречающихся языков. На нем было опубликовано 182 работы. Интересно отметить, что китайский язык не входит в десятку самых распространенных. Он находится на одиннадцатой позиции и на нем было опубликовано только 46 работ. Данные результаты показывают, что, несмотря на пандемию и особенную актуальность исследований именно для КНР, выявленная нами в 2018 г. тенденция публикации китайских авторов на английском языке не теряет своей актуальности в изменившихся условиях (Зуев, Нестик, 2018). Это же подтверждается анализом списка наиболее часто публикуемых авторов: первые строчки занимают китайские фамилии.

Психологические публикации по теме COVID-19

По трем психологическим категориям – «psychology», «psychology clinical», «psychology multidisciplinary» – в 2020 г. было опубликовано 1450 работ. В относительных величинах это небольшая цифра, но в абсолютных показателях она представляется не столь уж и маленькой. Индекс Хирша всех публикаций равен 30, в среднем каждый документ был процитирован 3,6 раз. Суммарное количество цитат равно 5219 единицам. Полученные данные свидетельствуют, что психологические исследования последствий пандемии востребованы научным сообществом.

Рассмотрим более подробно 25 наиболее цитируемых статей, посвященных психологическим последствиям пандемии. Сначала хотелось бы остановиться на формальных показателях, наиболее важных для нашего исследования. На самую цитируемую статью в данном списке сослались 272 раза, на наименее цитируемую – 35. Это очень значительные показатели, учитывая, что все статьи увидели свет в 2020 г.

Содержательно статьи можно разбить на три блока. Большая часть публикаций, в том числе самая цитируемая, посвящены *разработке и адаптации на различных выборках методик диагностики психологического состояния в условиях пандемии*. Второй блок публикаций посвящен *осмыслению вызовов, которые ставит пандемия перед психологическим сообществом* (как научным, так и практикующим). И наконец, в третьем блоке представлены статьи с *результатами уже проведенных в период пандемии исследований*.

Наиболее цитируемые психологические методики

В первую очередь остановимся на *шкале страха перед COVID-19* (Ahorsu et al., 2020). Статья с описанием данной методики цитируется в WoS Core Collection за 2020 г. более 250 раз, в Springer Link – более 600. Это очень значительные показатели, учитывая, что методика была опубликована в апреле 2020 г.

Авторы подчеркивают, что текущее лечение COVID-19 во всем мире в основном сосредоточено на инфекционном контроле, эффективной вакцине. Между тем психосоциальный аспект переживания угрозы коронавируса еще предстоит тщательно изучить. Страны всего мира должны помогать людям работать над их индивидуальными страхами, чтобы победить COVID-19. Одна из причин, по которой в настоящее время при лечении этого вируса мало внимания уделяется страху, является отсутствие соответствующего психометрического инструмента, поэтому его своевременная разработка так важна. Обладая информацией о том, как человек боится коронавируса, можно будет разработать соответствующие программы, чтобы избавиться от страха. Опросник был сконструирован при тестировании 717 иранских участников и имеет хорошие психометрические показатели: показатель α Кронбаха равен 0,82; тест-ретестовая надежность составляет 0,72. Внешняя валидность была подтверждена шкалой тревожности и депрессии (корреляция с депрессией 0,425, с тревожностью – 0,511) и шкалой уязвимости к болезни (корреляция с отвращением к микробам 0,459).

Опросник состоит из семи вопросов, каждый из которых оценивается испытуемым по шкале Лайкерта от 1 до 5. Суммарный балл получается путем арифметического сложения и может колебаться в пределах от 7 до 35. Учитывая краткость методики и ее большую важность и распространенность, позволим себе привести перевод на русский язык пунктов опросника (Ahorsu et al., 2020):

1. Больше всего я боюсь COVID-19.
2. Мне неудобно думать о COVID-19.
3. Мои руки становятся липкими, когда я думаю о COVID-19.
4. Я боюсь потерять свою жизнь из-за COVID-19.
5. Когда я смотрю новости и рассказы о COVID-19 в социальных сетях, я начинаю нервничать.
6. Я не могу спать, потому что беспокоюсь о COVID-19.

7. Мое сердце колотится и трепещет, когда я думаю о том, что могу заразиться COVID-19.

На момент написания статьи опросник не был переведен на русский язык и не адаптирован для русскоязычной выборки. При этом были созданы его арабская версия (Alyami et al., 2020), версия для Восточной Европы (Reznik et al., 2021), для Бангладеш (Sakib et al., 2020), для Турции (Satici et al., 2021) и Италии (Soraci et al., 2020). Мы остановились только на тех адаптациях, которые вошли в Топ-25 по цитируемости психологических публикаций, посвященных психологическим последствиям пандемии; менее цитируемых адаптаций — еще больше. Все адаптации и оригинальная методика были опубликованы в одном журнале «International Journal of Mental Health and Addiction», и это указывает на то, что «ковидные» публикации представляют собой отдельный кластер, не пересекающийся с публикациями по психологии в целом. Отметим, что методика была разработана именно в условиях пандемии и является ответом на социальный запрос. Перспективы ее использования по окончании пандемии представляются неясными.

Еще одна методика посвящена *диагностике тревожности в условиях пандемии*: Coronavirus Anxiety Scale (CAS; Lee, 2020). Ее автор так же подчеркивает, что изменения в повседневной жизни были быстрыми и беспрецедентными, поскольку количество случаев распространения вируса, число погибших все возрастает, а строгость мер по сдерживанию распространения болезни увеличивает во всех регионах земного шара. Он отмечает, что мерам по выявлению людей с коронавирусной инфекцией уделялось значительное внимание, однако выявлению потребностей людей, пострадавших от этой пандемии, в психиатрической помощи этого внимания уделялось очень мало. И отдельно делает акцент на то, что массовые трагедии, особенно связанные с инфекционными заболеваниями, часто вызывают волны повышенного страха и беспокойства, которые, как известно, приводят к серьезным нарушениям в поведении и психологическом благополучии многих людей. Методика CAS разрабатывалась на 775 испытуемых в марте 2020 г. и включает в себя следующие шкалы: шкала социальной желательности, социальные установки (отношение к политике Трампа, к китайским продуктам, стабильность планов путешествий/покупок), психологические эффекты (безнадежность и суицидальное поведение), неадаптивное

совладание (религиозная и химическая зависимости), функциональные нарушения (страх/беспокойство), тревожность по поводу коронавируса, состоящая из следующих компонентов: когнитивный (навязчивые мысли, беспокойство, ошибки обработки информации, сновидения, планирование), поведенческий (дисфункциональная деятельность, избегание, компульсивное поведение), эмоциональный (страх, тревога, гнев) и физиологический (нарушения сна, соматический дистресс, тоническая неподвижность).

Было показано, что CAS одинаково измеряет симптомы тревожности во всех демографических группах за небольшим исключением: показатели по двум пунктам несколько выше у белых, чем у представителей других рас.

Результаты исследования также выявили значительные социально-демографические различия в оценках тревоги по шкале CAS. Например, представители азиатских стран были единственной группой, которая продемонстрировала более высокие баллы по шкале CAS, по сравнению с представителями других регионов. Повышенное беспокойство может быть связано с тем, что многие из азиатов, участвовавших в исследовании, тесно общались с людьми (например, членами семьи) в Китае и соседних странах, где вирус имел разрушительный эффект. Корреляции также показали, что более молодой возраст и более высокий уровень образования были связаны с более высокой тревожностью по поводу коронавируса. Хотя причины этих конкретных различий не известны, а систематические исследования по этой теме немногочисленны, дополнительные исследования в данной области явно необходимы.

Также было обнаружено, что тревога по поводу коронавируса значительно влияет на социальные отношения. Например, была выявлена положительная корреляция между этой тревогой и одобрением пренебрежительной реакции президента Трампа на вспышку коронавируса. Данные результаты подтверждают изучаемый социальными и политическими психологами феномен «сдвига к консервативным ценностям»: экзистенциальный страх имеет тенденцию подталкивать людей к поддержке политического консерватизма и авторитарного лидерства. Положительная корреляция между беспокойством по поводу коронавируса и отказом от китайской еды и продуктов также является следствием обострения межгрупповой напряженности во время пандемий. Например, во время вспышки атипичной пнев-

монии в 2003 г. многие люди избегали тесных контактов с людьми китайского происхождения из опасения, что они могут заразиться «китайской болезнью».

В целом данная методика позволяет более комплексно оценивать тревогу по поводу пандемий, и может быть использована в дальнейшем по отношению к другим эпидемиологическим угрозам. Разумеется, в нее необходимо внести изменения, — в частности, убрать вопрос про Д. Трампа, президентский срок которого закончился.

В том же журнале и тем же автором была опубликована еще одна методика — «Шкала пандемического горя» (Pandemic grief scale (PGS); Lee, Neimeyer, 2020). По примерным оценкам, число людей, которые скорбят о потере любимого человека в результате пандемии COVID-19, достигает нескольких миллионов. Однако не было разработано инструментов скрининга для выявления лиц, которые могли страдать от дисфункционального горя во время пандемии. Несмотря на то, что значительное внимание уделялось смягчению воздействия пандемии с помощью поведенческих мер (например, социального дистанцирования) и медицинских средств (например, разработки лекарств и вакцин), потребности людей, скорбящих о потере любимого человека из-за COVID-19, практически игнорируются.

Представляемая авторами методика вписана в более широкий контекст переживания горя. Например, указывается, что экономические потери в результате снижения продуктивности работы людей, переживших потерю близкого человека, составляют более 75 миллиардов долларов ежегодно. Подчеркивается, что психологические, медицинские и экономические последствия скорби людей по поводу утраты близких будут чувствоваться еще длительное время после завершения пандемии.

В то же время недавние исследования показывают, что горе, вызванное смертью от COVID-19, действительно более тяжелое, чем горе, вызванное другими формами утраты (например, смерть от естественных причин).

Методика построена на данных онлайн-опроса 831 взрослого, которые были собраны 3–5 ноября 2020 г. Опросник включает в себя следующие шкалы: желание смерти (суицидальные мысли), смешение личности (эрозия идентичности), апатия, невозможность получить доступ к положительным воспоминаниям об умершем, бессмысленность.

Несмотря на обещание краткого и действенного инструмента скрининга проблемного горя в контексте пандемии коронавируса, анализируемая методика имеет два ограничения, которые стоит отметить. Во-первых, это исследование ограничивалось онлайн-опросом, и в будущем, несомненно, полезно включение структурированных клинических интервью с участниками, с их друзьями и с родными, чтобы получить более глубокую и всестороннюю оценку процесса их горевания. Во-вторых, это исследование было также ограничено использованием для измерения суицидальных мыслей шкал, состоящих только из одного пункта.

Последняя методика, которая входит в Топ-25 самых цитируемых публикаций, посвящена изучению уровня стресса (the COVID Stress Scales; CSS; Taylor et al., 2020). Ее отличительной особенностью, по сравнению с рассмотренными выше, является отсутствие негативной коннотации с высокими баллами. Подчеркивается, что роль, которую стресс играет в формировании поведенческих реакций на вирусные вспышки, двояка: слишком высокий уровень может приводить к психологическим нарушениям, однако и низкий уровень может способствовать пренебрежению необходимыми гигиеническими мерами, социальной дистанцией и вести к отказу от вакцинирования, когда вакцина будет доступна. Учитывая вышесказанное, крайне важно, чтобы лица, принимающие решения в области общественного здравоохранения, работники здравоохранения и поставщики медицинских услуг понимали характер и степень негативных психологических реакций на текущий кризис COVID-19.

CSS был разработан и первоначально проверен на крупных репрезентативных выборках жителей Канады (N = 3479) и США (N = 3375). Опросник состоит из 36 пунктов. Было найдено пятифакторное решение, соответствующее пяти шкалам, оценивающим симптомы стресса и тревоги от COVID-19: 1) опасения COVID-19 и опасения заражения, 2) опасения относительно экономических последствий, 3) ксенофобия, 4) компульсивное поведение и поиск успокоения (reassurance seeking) и 5) симптомы травматического стресса. Шкалы показали хорошие результаты по различным показателям надежности и валидности. Шкалы взаимосвязаны, все они нагружают один фактор более высокого порядка, тем самым обеспечивая доказательство стрессового синдрома COVID-19. Данный опросник также можно использовать в исследованиях,

чтобы предсказать, какие люди наиболее склонны к безопасному поведению.

Что касается ограничений, опросник не включает в себя структурированные диагностические оценки (например, диагнозы DSM-V), которые были бы полезны при оценке валидности CSS. Можно предположить, что баллы по CSS будут выше у людей с текущими тревожными расстройствами (например, генерализованным тревожным расстройством, ОКР), по сравнению с неклиническими контрольными группами. Для изучения этого вопроса необходимы дальнейшие исследования.

Разработка опросника может помочь в выявлении лиц, подверженных риску неблагоприятных эмоциональных реакций как во время пандемии, так и после нее.

По результатам разработки опросника были подготовлены рекомендации для работников здравоохранения (Asmundson, Taylor, 2020). Данная статья также вошла в список самых цитируемых публикаций.

Мы остановились только на методиках, которые в наибольшей степени цитируются. Подчеркнем, что данными публикациями далеко не исчерпывается вся палитра психологических методик, разрабатываемых в условиях пандемии. Следует также учитывать, что значительная часть исследований проводится с использованием существующих методик.

Осмысление вызовов пандемии в психологической литературе

Значительная часть опубликованных статей (исследовательских, обзорных, строящих модели) посвящена клиническим последствиям пандемии. В частности, обсуждаются вопросы более широкого применения телемедицины, т. е. удаленного предоставления медицинских услуг, при оказании психиатрической помощи (Wind et al., 2020; Wright, Caudill, 2020).

Наиболее полный обзор вызовов, на которые должна ответить психология, дан в статье Д. Хореш и А. Браун (Horeish, Brown, 2020). Авторы выделяют пять направлений работы психологов. Первое — *диагностика*. COVID-19 ясно показывает ограничения нашей текущей диагностики по двум направлениям. Во-первых, пришло время осознать статус этого кризиса как травмирующего события. Хотя

некоторые виды травм, такие как война, сексуальное насилие и стихийные бедствия, были тщательно изучены, COVID-19, возможно, представляет новый тип массовых травм. Текущий кризис имеет в высшей степени уникальные характеристики, которые требуют нового взгляда на то, что такое травма и каковы ее последствия. Дело не только в его глобальном масштабе, но и в его влиянии на все аспекты жизни общества. Во-вторых, психологи по-прежнему в значительной степени полагаются на данные самоотчетов для классификации и диагностики негативных последствий для психического здоровья в результате травматического стресса. Необходимо быстро разработать способы более эффективного обнаружения и классификации лиц, подвергающихся наибольшему риску. Например, методы машинного обучения могут дать довольно надежный профиль людей, более склонных к проблемам со здоровьем и к посттравматическому стрессовому расстройству.

Второе направление — *профилактика*. Перспективным может быть прогресс, достигнутый в области оказания первой психологической помощи и раннего вмешательства при травмах. Поскольку претравматическая фаза кризиса COVID-19, вероятно, будет довольно продолжительной, лечение людей с острым стрессовым расстройством и/или начальными посттравматическими симптомами, которые еще не кристаллизовались в полномасштабное посттравматическое стрессовое расстройство, может иметь особое значение. Еще один метод профилактики, предложенный в статье Т. Матиас, Ф Домински и Д. Маркса (Matias, Dominski, Marks, 2020), — физические упражнения. По мнению авторов негативное влияние изоляции на психическое здоровье можно смягчить за счет использования физических упражнений, которые следует так же активно продвигать, как и само социальное дистанцирование.

Третье направление — *работа с общественностью и СМИ*. В статьях и телевизионных репортажах, в которых экспертов спрашивали, что они рекомендуют, известные специалисты в области психического здоровья упоминали все — от отвлечения внимания, глубокого дыхания и растяжки до использования практик осознанности. Это не означает, что данные методы терапии/совладания сами по себе или в сочетании с другими методами неэффективны. Однако не хватает набора четких руководящих принципов и тем для обсуждения, которые СМИ и правительственные чиновники могли бы исполь-

зовать при обращении к очень встревоженной и потенциально травмированной публике.

Более подробно роль СМИ рассматривается в статье Д. Гарфина, Р. Сильвера и Е. Холмана. Авторы отмечают: «Отсутствие информации — будь то из-за того, что информация неизвестна должностным лицам или передана неэффективно — двусмысленность может привести к повышенным оценкам угрозы. Это произошло в контексте кризиса H1N1, когда возросшая неуверенность и чувство неконтролируемости усилили тревогу» (Garfin, Silver, Holman, 2020). Эти явления особенно актуальны для вспышки COVID-2019, поскольку люди склонны воспринимать новые вирусные угрозы как более высокие, по сравнению с более распространенными угрозами. В то же время агентства по чрезвычайным ситуациям, как правило, недостаточно используют социальные сети в качестве источника информации о рисках. Стратегическое использование социальных сетей, а также хэштегов может быть эффективным способом сообщать точную информацию общественности во время кризиса.

Однако повсеместное освещение событий в СМИ во время глобального цикла новостей 24/7 может заставить зрителей переоценить угрозу для своих сообществ. Например, заболеваемость лихорадкой Эбола в США была довольно низкой во время вспышки 2014 г., но исследования показали, что повышенное внимание СМИ к историям, связанным с Эболой, было связано с усилением стресса, беспокойства и т. п.

Помимо количества сообщений в СМИ, имеет значение и их содержание. Так, воздействие графических изображений, содержащих кровь, было связано с повышенным посттравматическим стрессом и страхом перед будущим через шесть месяцев после взрывов на Бостонском марафоне.

Помимо воздействия на физическое здоровье, стресс, вызванный СМИ, может перегрузить медицинские учреждения, поскольку они имеют дело с наплывом обеспокоенных пациентов. Это произошло во время предыдущих пандемий, когда высокий уровень воздействия СМИ привел к резкому увеличению количества посещений отделений неотложной помощи даже теми сообществами, в которых не наблюдалось роста заболеваемости.

Несмотря на то, что для СМИ критически важно донести информацию до населения, чтобы способствовать соответствующему

поведению, защищающему здоровье, совершенно необходимо, чтобы информация передавалась без сенсаций или тревожных образов.

Отметим, что рекомендации в данном направлении были также разработаны и отечественными учеными (Кубрак, Латынов, 2020). Изучению восприятия новостных заголовков посвящена одна из исследовательских работ, на которой мы остановимся ниже.

Вернемся к статье Д. Хореш и А. Браун. Четвертое направление работы психологов в период пандемии — *работа с медицинским персоналом и интеграция психологической поддержки в медицинские услуги, не связанные с психическим здоровьем* (Horesh, Brown, 2020). В условиях кризиса таких масштабов оказание психиатрической помощи при травмах невозможно отделить от других форм помощи. Таким образом, существует острая необходимость в создании очень гибких моделей обучения и совместного использования ресурсов, которые позволили бы специалистам по травмам быстро сотрудничать с другими специалистами в области здравоохранения, возможно, новым, ранее не опробованным способом. Предполагается, что первую психиатрическую помощь будет оказывать широкий круг людей, не имеющих специализированного образования.

И наконец, последнее направление — *исследование травм*. Академический мир, как и любая другая область повседневной жизни, в настоящее время борется с большими трудностями и неопределенностью. Тем не менее, нельзя переоценить важность проведения исследований в реальном времени в настоящий момент, несмотря на очевидные трудности в работе исследовательских групп, наборе участников и сборе данных. Во времена неопределенности наука — один из верных способов достичь ясности.

Интересный аспект психологических последствий коронавируса поднимают в своей статье Е. Байноер, С. Дюпе и М. Гиттон (Beaunoyer, Dupere, Guïtton, 2020). Авторы рассмотрели феномен *цифрового неравенства* и его усугубление в условиях локдауна. Цифровое неравенство может быть концептуализировано как различия в фактическом доступе к технологиям, а также как различия в цифровой грамотности — степени, в которой люди обладают способностями, знаниями, мотивацией и компетенцией для доступа, обработки, взаимодействия и понимания информации, необходимой для получения преимуществ от использования цифровых технологий, таких как компьютеры, Интернет, мобильные устройства и приложения.

Цифровое неравенство — это форма социального неравенства, глубоко укоренившаяся в социально-экономическом контексте. Действительно, цифровое неравенство не просто имитирует дихотомическое разделение, которое часто описывается между «цифровыми иммигрантами» и «цифровыми аборигенами». Оно касается не только пожилых людей, но и социально и экономически неблагополучных слоев населения. Цифровая изоляция как новая форма социальной изоляции усугубляет материальные и социальные лишения.

С технологической точки зрения пандемия COVID-19 вызвала массовые, немедленные и беспрецедентные изменения в использовании населением цифровых технологий и средств массовой информации. Доступ к Интернету до COVID-19 и его использование не обязательно были приоритетом (или даже возможностью) для всех, поскольку некоторые люди могли нормально функционировать в большинстве аспектов социальной жизни без этого либо благодаря чьей-то помощи, либо просто потому, что их социальный контекст не подразумевал цифровых технологий. Тем не менее, в условиях глобальной изоляции, которая разрывает межличностные связи, столь важные для поддержания наших фундаментальных социальных структур, пользование виртуальным цифровым пространством превратилось из удобства в необходимость. В контексте карантина, связанного с COVID-19, существует мало альтернатив использованию цифровых технологий для решения даже самых повседневных задач. С учетом нагрузки на сами структуры, с одной стороны, и растущей зависимости от технологий, с другой, COVID-19 неизбежно усугубит существующее цифровое неравенство.

Более того цифровое неравенство становится фактором риска уязвимости к вирусу, так как онлайн-технологии стали приоритетным каналом для правительств и наднациональных организаций, таких как Всемирная организация здравоохранения, для передачи своих сообщений и рекомендаций.

Только в одной работе, входящей в 25 самых цитируемых публикаций, поднимается вопрос о роли семьи в преодолении негативных психологических последствий пандемии (Wright, Caudill, 2020). Ее авторы связывают психологические риски в условиях распространения COVID-19 с приспособлением ребенка к пандемии через две группы факторов: благополучие человека, осуществляющего уход, и семейные процессы (семейную структуру, общение и убеждения).

Дается иллюстрация центральной роли семейных процессов в защите от рисков в контексте пандемии, а также в обеспечении психологической устойчивости через общие семейные убеждения и близкие отношения.

Исследования психологических последствий пандемии

Перед тем как описать конкретные исследования, остановимся на некоторых их общих чертах. Во-первых, подавляющее большинство работ было проведено при помощи *онлайн-технологий*. Данный способ сбора данных становится все более распространенным в психологических исследованиях, как за рубежом, так и у нас в стране. Представляется, что пандемия, в условиях которой данный тип исследования был скорее вынужденным, будет в том числе способствовать рефлексии исследовательского сообщества в отношении настоящего и будущего научных коммуникаций, а также будет подталкивать к пересмотру порой весьма сдержанного отношения к данным, собранным в сети Интернет. Так же можно предсказать широкую дискуссию, направленную на увеличение валидности и надежности таких данных, и разработку специальных шкал, позволяющих оценить реальную включенность испытуемых в онлайн-исследование.

Во-вторых, основным предметом исследования, как и в случае обзорных статей, стали *клинические проявления стресса, депрессии и тревоги*, возникшие вследствие пандемии. Объекты исследования разнились: от конкретных социальных групп (куда, например, вполне ожидаемо попали медицинские работники) до национальных исследований в США и Новой Зеландии. Рассмотрим некоторые исследования более подробно.

Китайскими учеными было проведено исследование клинических проявлений у медицинских работников (Zhang et al., 2020). Целью исследования было сравнить медицинских и немедицинских работников здравоохранения. Онлайн-опрос проводился с 19 февраля по 6 марта 2020 г. В нем в общей сложности приняли участие 2182 испытуемых: 927 медицинских работника и 1255 немедицинских работников здравоохранения. Переменные психического здоровья оценивались с помощью Индекса тяжести бессонницы (ISI), Симптоматического опросника (SCL-90-R) и Опросника здоровья

пациента-4 (PHQ-4), который включал шкалу тревожности из двух пунктов и шкалу депрессии из двух пунктов (PHQ-2).

Медицинские работники здравоохранения показали более высокую распространенность бессонницы, тревожности, депрессии, соматизации и обсессивно-компульсивных симптомов, чем немедицинские работники здравоохранения. Таким образом, наличие этих симптомов в дополнение к ежедневной борьбе с COVID-19 предполагает, что они должны справляться с психологическим стрессом и подвержены риску аллоstaticкой перегрузки.

Анализ также показал, что проживание в сельской местности, риск контакта с пациентами, инфицированными коронавирусом, и наличие органических заболеваний являются факторами риска бессонницы среди медицинских работников.

Причины психологического стресса, которому подвергались медицинские работники, могут быть связаны со многими трудностями обеспечения безопасности на работе, такими как изначально недостаточное понимание вируса, отсутствие знаний о профилактике и контроле, длительная рабочая нагрузка, высокий риск контакта с пациентами с COVID-19, нехватка медицинских средств защиты, отсутствие отдыха и подверженность критическим жизненным событиям, таким как смерть.

Отечественные исследователи также уделяли внимание проблеме стресса среди медицинских работников (Падун, 2020).

Проблемам исследования *страха перед коронавирусом* посвящено две работы. В первой рассматривается такое явление, как *функциональный страх* (Harper, Satchell, Fido, Latzman, 2020), при помощи которого можно стимулировать просоциальные и антивирусные реакции.

Возможность широко распространенного, вызванного пандемическими вирусными инфекциями общественного страха как таковая может привести к значительным уровням психических расстройств. Однако страх может быть нормальной и, что особенно важно, функциональной реакцией в условиях пандемии. Баллы по недавно разработанному опроснику FCV-19S (Ahorsu et al., 2020) последовательно предсказывали принятие рекомендованных поведенческих установок в области общественного здравоохранения (например, гигиена рук и социальное дистанцирование). В свете этого авторы утверждают, что исследователям и специалистам в об-

ласти психического здоровья следует учитывать контекст, в котором переживаются негативные эмоциональные состояния, прежде чем рассматривать и оценивать их как патологические. Исследование проводилось 27 и 28 марта 2020 г. В нем приняло участие 324 респондента из Великобритании.

Во втором исследовании приняло участие 439 респондентов из 28 стран (преимущественно из Нидерландов). Опрос проводился 14 и 17 марта 2020 г. Было показано, что повышенный страх связан с предполагаемым риском для близких, с беспокойством о собственном здоровье, а также с интенсивностью использования социальных сетей (Mertens et al., 2020).

В этой связи представляется важным исследование, направленное на изучение степени критичности по отношению к заголовкам в СМИ (Pennyscook et al., 2020). В марте 2020 г. было проведено два исследования, в которых суммарно приняло участие 1700 американцев. В каждом из них участникам предлагались 15 фальшивых и 15 правдивых заголовков новостей, которые были представлены в формате постов в Facebook: картинка, сопровождаемая заголовком и предложением. Далее задавались вопросы: «Верно ли утверждение в заголовке выше?» и «Могли бы вы поделиться этой историей в Интернете (например, через Facebook или Twitter?)». Так же задавались сопутствующие вопросы, призванные оценить внимательность участников и их осведомленность о COVID-19. Во втором исследовании перед аналогичной задачей испытуемых просили оценить точность одного заголовка, не связанного с коронавирусом и политически нейтрального. Простое напоминание о точности в начале исследования почти в три раза увеличило способность участников различать ложные и истинные сообщения при принятии решения о перепосте.

Еще одним предметом исследования стали *самоубийства в связи с экономической ситуацией* в Бангладеш (Bhuiyan et al., 2020). Авторы анализируют восемь случаев, описанных в СМИ, и призывают уделять больше внимания экономическим проблемам, возникающим в результате пандемии, так как они приводят к трагическим последствиям.

Также анализу подверглись связанные с пандемией *проблемы людей, имеющих расстройства пищевого поведения* (Fernandez-Aganda et al., 2020). Исследование примечательно своей методологией и состоит из двух частей. В первой части был проведен телефонный опрос

32 пациентов, проходящих лечение в клинике. Большинство из них выразили обеспокоенность по поводу возросшей неопределенности в их жизни, такой как риск заражения COVID-19 самих себя или своих близких, негативное влияние пандемии на их работу и лечение. Почти 38% (12 из 32) сообщили об усилении выраженности симптоматики расстройства пищевого поведения, а 56,2% (18 из 32) — о дополнительных тревожных симптомах. Вторая часть исследования была посвящена анализу чата, направленного на помощь лицам, страдающим от пищевых расстройств. Таким образом, в данном исследовании, с одной стороны, были использованы интернет-технологии, а с другой — изучалось поведение людей в реальной жизни. Было подчеркнуто, что помощь, оказываемая пациентами и врачами уязвимым другим людям, дает ощущение осмысленности происходящего и уверенности в своих силах. Обращение к друзьям и семье, а также к людям, нуждающимся в поддержке (например, к пожилым соседям), помогало преодолеть одиночество. Однако некоторые пациенты признались, что склонность ставить потребности других выше своих собственных отрицательно сказывается на их способности управлять своим здоровьем. Группа выражала сильные опасения по поводу внезапного сокращения контактов с клиническими бригадами. Отсутствие у профессионалов времени для подготовки пациентов и их семей к смене лечения было связано с усилением паники и ощущением потери контроля, которое уже чувствовалось в связи с обострением COVID-19. Хотя некоторые пациенты имели доступ к онлайн-терапии, было решено, что отсутствие личного контакта потребует от пациентов более строгого самоконтроля.

В заключение остановимся на двух исследованиях, которые были проведены на национальных выборах. В первом на испанской выборке изучалось влияние пандемии на уровень тревожности, стресса и депрессии (Rodríguez-Rey, Garrido-Hernansaiz, Collado, 2020). Около 36% участников сообщили о психологическом воздействии от умеренного до тяжелого, 25% говорили о возникшем беспокойстве (от легкой до тяжелой степени), 41% — о симптомах депрессии и 41% — о состоянии стресса. У женщин, у молодежи и у тех, кто потерял работу во время кризиса, наблюдались более сильные негативные психологические симптомы. Больше всего испанцев беспокоила вероятность экономического кризиса, вызванного пандемией. Также были обнаружены факторы, связанные с ухудшением психического

здоровья: удовлетворенность полученной информацией о кризисе, наличие стабильного досуга и ощущение хорошего здоровья. Всего в исследовании приняли участие 3055 человек.

Вторая работа была проведена в Новой Зеландии и заключалась в сравнении скрининговых исследований до и после начала карантина (Sibley et al., 2020). Испытуемые, находящиеся на карантине, проявили более высокий уровень доверия к науке, политикам и полиции, более высокий уровень патриотизма и в то же время более высокий уровень психических расстройств, по сравнению с людьми предпандемической группы (до локдауна). Таким образом, было показано, что переживание трудноконтролируемой угрозы и нахождение в условиях изоляции вызывают как позитивные, так и негативные эффекты, влияя на жизнеспособность личности.

Для полноты обзора соотнесем самые цитируемые публикации с направлениями исследований психологических последствий пандемии и с психологическими исследованиями в целом.

Как видно из таблицы 2, в той или иной степени представленными в Топ-25 самых цитируемых публикаций оказались психиатрические (клинические) исследования, биомедицинские, семейные, связанные с питанием и с социальной проблематикой. Не вошли в самые цитируемые исследования химических зависимостей, ге-

Таблица 2
Основные направления исследований психологических последствий пандемии

Направления	Число записей	% of 1450
Психиатрия	527	36,345
Злоупотребление психоактивными веществами	80	5,517
Биомедицинские социальные науки	55	3,793
Геронтология	45	3,103
Исследования семьи	37	2,552
Нейронауки	33	2,276
Диета, питание	25	1,724
Онкология	24	1,655
Социальные исследования	22	1,517

ронтологические, исследования в области нейронаук и онкологии. Таким образом, можно заключить, что список самых цитируемых публикаций не полностью отражает всю тематику психологических исследований последствий пандемии. Наблюдения за цитируемостью работ необходимо продолжать для выявления наиболее востребованных тем.

Обратимся анализу направлений исследований в психологии в целом в изучаемый период. Подобное сравнение дает возможность понять, какие области нашей науки наиболее чувствительны к изучению психологических последствий пандемии, а также выделить перспективные направления психологии.

Всего по запросу «psychology» за 2020 г. находится порядка 10000 работ. Этот показатель является достаточно стабильным во времени. Можно констатировать, что роста числа публикаций в связи с пандемией не наблюдалось.

Как видно из таблиц 2–3, направления исследований практически не совпадают. Идентично только медицинское направление – психиатрия, остальные же традиционно сильно представленные направления не задействованы в изучении психологических последствий пандемии. Из этого можно сделать вывод, что наиболее чувствительными к исследованиям COVID-19 оказались направле-

Таблица 3
Основные темы психологических публикаций,
индексируемых в WoS в 2020 г.

Направления	Число записей	% of 10631
Бизнес и экономика	784	7,375
Социальные науки, иные темы	737	6,933
Образовательные исследования	724	6,810
Технические науки, другие темы	496	4,666
Психиатрия	472	4,440
Философия	362	3,405
Экологическая гигиена труда	361	3,396
Науки об окружающей среде, экология	353	3,320
Компьютерные исследования	332	3,123

ния, не являющиеся мейнстримом в современной психологии. Также можно отметить, что психологические исследования COVID-19 представляют собой отдельный кластер работ. Подобное положение дел может свидетельствовать как о временном всплеске интереса к областям, представленным в таблице 3, так и о его долгосрочной перспективе.

Изменения в издательских практиках, использование альтернативных средств научной коммуникации

Скорость распространения коронавируса была очень стремительной. Соответственно, и научный отклик на происходящие события должен был быть оперативным. В этих условиях были пересмотрены некоторые издательские практики, принятые на Западе. В первую очередь это относится к *скорости* рецензирования и публикации статей. В целом, в зависимости от журнала, первый (технический) отклик на статью обычно поступает в интервале от нескольких недель до одного года (данные доступны в специализированных системах поиска подходящего журнала для публикаций, разработанных ведущими издательствами: Springer, Wiley и др.). В условиях пандемии с момента поступления статьи в редакцию до ее опубликования зачастую проходило меньше месяца: западная издательская система очень оперативно и гибко отреагировала на социальный запрос.

Второй отличительной особенностью стало более массовое размещение статей в системе *открытого доступа*. Все рассмотренные нами публикации доступны на бесплатной основе. Возможно, этим отчасти и объясняется их высокая цитируемость.

Также обращает на себя внимание, что значительная часть статей не были напечатаны в журналах, а распространяются по системе раннего доступа. Это характерно в целом для посвященных COVID-19 публикаций в западных журналах.

Представленные тенденции несут в себе и определенные риски. Самым главным из них является поспешность публикации результатов исследований, которая чревата последующим пересмотром их валидности и надежности. Можно предположить, что некоторые статьи будут впоследствии подвергнуты ретракции.

Последнее, на чем хотелось бы остановиться, — возрастающая роль альтернативных способов научной коммуникации. Поми-

мо статей, ученые активно размещали записи в социальных сетях, в первую очередь на Facebook и Twitter. И если в доковидные времена отношение к подобным способам коммуникации между учеными было скорее скептическим, то сейчас они включаются в актуальный научный дискурс. В этом смысле показательна ссылка на твит, размещенная в рассмотренной выше статье о функциональном страхе (Harper et al., 2020). Представляется, что данная тенденция будет только нарастать: традиционный обмен результатами исследования через рецензируемые публикации со временем уступит место более оперативному размещению научной информации в социальных сетях и, возможно, на специализированных платформах.

В заключение хотелось бы остановиться на ограничениях и перспективах исследования. Представляется очевидным, что не все значимые работы попали в обзор. Сам по себе метод анализа наиболее цитируемых публикаций накладывает определенные ограничения, связанные с особенностями цитирования, которое не всегда объективно отражает значимость работы. В современных условиях данные ограничения только усиливаются. Все рассмотренные нами работы были опубликованы в 2020 г., и, возможно, со временем приоритеты цитирования значительно сместятся.

В качестве перспектив выделим, во-первых, анализ отечественных исследований. В использованной нами библиометрической базе Web of Science Core Collection индексируется на данный момент девятнадцать русскоязычных статей по использованному нами запросу. И хотя на сегодняшний день на них суммарно приходится всего восемь цитат, они нуждаются в отдельном анализе и содержательном соотнесении с мировыми трендами. Кроме того, круг русскоязычных источников можно последовательно расширять, включая журналы, входящие в ядро РИНЦ (RSCI) и «список ВАК». Интересные перспективы открывает и дальнейшее исследование «внутри» WoS. К примеру, анализ более ранних публикаций авторов, которые обратились к теме психологических последствий пандемии, позволит понять, привел ли COVID-19 к изменениям в их интересах или же они продолжили разрабатывать «свои» темы, однако в связи с коронавирусом. Для наиболее цитируемых публикаций можно провести обзор цитирующих статей. Если повторить эту процедуру несколько

раз (изучить цитирование на цитирование), то можно выявить степень распространения той или иной проблематики.

Отдельным направлением исследования может стать изучение научной коммуникации в социальных сетях.

Литература

- Зувев К. Б., Нестик Т. А. Библиометрический анализ развития основных направлений психологических исследований (по данным WoS и статистике поисковых запросов Google) // Психологическое знание: Современное состояние и перспективы развития / Под ред. А. Л. Журавлева, А. В. Юревича. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 671–697.
- Кубрак Т. А., Латынов В. В. Возможности и ограничения информационно-психологического воздействия в ситуации пандемии коронавируса // ИП РАН. Социальная и экономическая психология 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 84–114. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.003
- Падун М. А. Риски психической травматизации медицинских работников во время пандемии COVID-19 // ИП РАН. Социальная и экономическая психология 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 309–329. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.011
- Ahorsu D. K., Lin C. Y., Imani V., Saffari M., Griffiths M. D., Pakpour A. H. The fear of COVID-19 scale: Development and initial validation // International Journal of Mental Health and Addiction. 2020. doi: 10.1007/s11469-020-00270-8
- Alyami M., Henning M., Krageloh C. U., Alyami H. Psychometric evaluation of the Arabic version of the fear of COVID-19 scale // International Journal of Mental Health and Addiction. 2020. V. 16. P. 1–14. doi: 10.1007/s11469-020-00316-x
- Asmundson G. J. G., Taylor S. How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know // Journal of Anxiety Disorders. 2020. Т. 71. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102211
- Beaunoyer E., Dupere S., Guitton M. J. COVID-19 and digital inequalities: Reciprocal impacts and mitigation strategies // Computers in Human Behavior. 2020. V. 111. doi: 10.1016/j.chb.2020.106424
- Bhuiyan A., Sakib N., Pakpour A. H., Griffiths M. D., Mamun M. A. COVID-19-related suicides in bangladesh due to lockdown and economic factors:

- Case study evidence from media reports // *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2020. May. doi: 10.1007/s11469-020-00307-y
- Fernandez-Aranda F. Casas M., Claes L. et al.* COVID-19 and implications for eating disorders // *European Eating Disorders Review*. 2020. V. 28 (3). C. 239–245. doi: 10.1002/erv. 2738
- Garfin D. R., Silver R. C., Holman E. A.* The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure // *Health Psychology*. 2020. V. 39 (5). C. 355–357. doi: 10.1037/hea0000875
- Harper C. A., Satchell L. P., Fido D., Latzman R. D.* functional fear predicts public health compliance in the COVID-19 pandemic // *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2021. May 19. doi: 10.1007/s11469-020-00281-5
- Horesh D., Brown A. D.* Traumatic stress in the age of COVID-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities // *Psychological Trauma—Theory Research Practice and Policy*. 2020. V. 12 (4). C. 331–335. doi: 10.1037/tra0000592
- Lee S. A.* Coronavirus anxiety scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety // *Death Studies*. 2020. V. 44 (7). P. 1–9. doi: 10.1080/07481187.2020.1748481
- Lee S. A., Neimeyer R. A.* Pandemic grief scale: A screening tool for dysfunctional grief due to a COVID-19 loss // *Death Studies*. 2020. December. doi: 10.1080/07481187.2020.1853885
- Matias T., Dominski F. H., Marks D. F.* Human needs in COVID-19 isolation // *Journal of Health Psychology*. 2020. V. 25 (7). P. 871–882. doi: 10.1177/1359105320925149
- Mertens G., Gerritsen L., Duijndam S., Saleminck E., Engelhard I. M.* Fear of the coronavirus (COVID-19): Predictors in an online study conducted in March 2020 // *Journal of Anxiety Disorders*. 2020. V. 74. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102258
- Pennycook G., McPhetres J., Zhang Y. H., Lu J. G., Rand D. G.* Fighting COVID-19 misinformation on social media: Experimental evidence for a scalable accuracy-nudge intervention // *Psychological Science*. 2020. V. 31 (7). P. 770–780. doi: 10.1177/0956797620939054
- Prime H., Wade M., Browne D. T.* Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic // *American Psychologist*. 2020. V. 75 (5). P. 631–643. doi: 10.1037/amp0000660
- Reznik A., Gritsenko V., Konstantinov V., Khamenka N., Isralowitz R.* COVID-19 fear in Eastern Europe: Validation of the fear of COVID-19 scale // In-

- ternational Journal of Mental Health and Addiction. 2021. V. 19 (1). doi: 10.1007/s11469-020-00283-3
- Rodriguez-Rey R., Garrido-Hernansaiz H., Collado S.* Psychological impact and associated factors during the initial stage of the coronavirus (COVID-19) pandemic among the general population in Spain // *Frontiers in Psychology*. 2020. V. 11. doi: 10.3389/fpsyg.2020.01540
- Sakib N., Bhuiyan A., Hossain S.* et al. Psychometric validation of the Bangla fear of COVID-19 scale: Confirmatory factor analysis and rasch analysis // *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2020. May. doi: 10.1007/s11469-020-00289-x
- Satici B., Gocet-Tekin E., Deniz M. E., Satici S. A.* Adaptation of the fear of COVID-19 scale: Its association with psychological distress and life satisfaction in Turkey // *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2021. V. 19. P. 1980–1988. doi: 10.1007/s11469-020-00294-0
- Sibley C. G., Greaves L. M., Satherley N., Wilson M.* et al. Effects of the COVID-19 pandemic and nationwide lockdown on trust, attitudes toward government and well-being // *American Psychologist*. 2020. V. 75 (5). P. 618–630. doi: 10.1037/amp0000662
- Soraci P., Ferrari A., Abbiati F. A., Del Fante E., De Pace R., Urso A., Grifiths M. D.* Validation and psychometric evaluation of the Italian version of the fear of COVID-19 scale // *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2020. May. doi: 10.1007/s11469-020-00277-1
- Taylor S., Landry C. A., Paluszek M. M., Fergus T. A., McKay D., Asmundson G. J. G.* Development and initial validation of the COVID Stress Scales // *Journal of Anxiety Disorders*. 2020. V. 72. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102232
- Wind T. R., Rijkeboer M., Andersson G., Riper H.* The COVID-19 pandemic: The “black swan” for mental health care and a turning point for e-health // *Internet Interventions*. 2020. V. 20 (20). doi: 10.1016/j.invent.2020.100317
- Wright J. H., Caudill R.* Remote treatment delivery in response to the COVID-19 pandemic // *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2020. V. 89 (3). P. 130–132. doi: 10.1159/000507376
- Zhang W. R., Wang K., Yin L.* et al. Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the COVID-19 epidemic in China // *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2020. V. 89 (4). P. 242–250. doi: 10.1159/000507639

Аннотации

Переживание эпидемиологической угрозы россиянами как социально-психологический феномен: результаты серии эмпирических исследований

Т. А. Нестик

В статье анализируется влияние переживания эпидемиологической угрозы на психологическое состояние российского общества, в том числе на доверие социальным институтам и на политические установки. Рассматриваются социально-психологические предпосылки субъективного благополучия личности в условиях пандемии, ее отношения к соблюдению санитарно-эпидемиологических мер и к вакцинации. Представлены результаты серии эмпирических исследований, проведенных в 2020–2021 гг., в которых приняли участие в общей сложности 13666 респондентов. Показано, что тревога по поводу последствий пандемии вызывает мобилизацию психологических ресурсов, поиск смысла происходящего, приверженность нормам и ценностям своей группы и сопереживание, усиливает потребность в планировании будущего. С другой стороны, актуализируются защитные механизмы, поддерживающие ощущение субъективного контроля за происходящим: возникает недооценка эпидемиологических рисков, усиливаются вера в справедливый мир и в конспирологические теории. Страхи по поводу пандемии, дистресс и переживание неспособности защитить себя и близких являются предикторами выраженности популизма, авторитарных установок и ожидания опеки со стороны государства.

Наряду со страхом, наиболее весомый вклад в соблюдение санитарно-эпидемиологических ограничений вносят показатели, связанные с оценкой уровня социальной интеграции общества, а также оценка личностью своей способности влиять на ситуацию. Выделены типы отношения россиян к вакцинации от COVID-19. Показано, что страх заражения усиливает поддержку необходимости вакцинации, однако нами не было обнаружено его связи с доверием к вакцинам от COVID-19 или связь оказывалась отрицательной. На основе проведенных исследований предложены меры поддержки готовности россиян к вакцинации. Намечены перспективные направления дальнейших исследований.

Ключевые слова: глобальные риски, COVID-19, отношение к пандемии, соблюдение санитарно-эпидемиологических норм, готовность к вакцинации, страх заражения, доверие, конспирологические убеждения, популизм, патернализм, авторитарные установки.

Психопатологические состояния во время пандемии COVID-19

С. Н. Ениколопов, О. М. Бойко, Т. И. Медведева, О. Ю. Воронцова, О. Ю. Казьмина

В статье представлены результаты цикла исследований, проведенных сотрудниками отдела медицинской психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья» в период с 22 марта 2020 г. по 13 января 2021 г. Целью исследований было изучение динамики психопатологических показателей по мере развития пандемии COVID-19 в России. Кроме того, анализировались особенности состояния людей, ранее обращавшихся за психиатрической помощью. Для набора данных использовался анонимный интернет-опрос с применением Google forms. Методический инструментарий состоял из общего блока вопросов и опросников SCL-90-R, COPE, CTI. Статистический анализ данных осуществлялся с помощью SPSS. Анализ полученных результатов показал устойчивый рост уровня психопатологической симптоматики во время первой волны пандемии в России, усиливающийся при появлении заболевших в ближайшем окружении, а также рост интенсивности суицидальных идей, связанных с ростом депрессивной симптоматики, но обусловленных другими факторами. Выявлена большая уязвимость к стрессу от пандемии COVID-19 людей, ранее обращавшихся за психиатрической помо-

щью. Предполагаемая близость угрозы для них по своему воздействию аналогична реальной угрозе. Рост психопатологической симптоматики, продолжившийся после смягчения или отмены ограничений, позволяет предполагать сохранение отдаленных последствий в течение длительного времени.

Ключевые слова: COVID-19, SARS-CoV-2, депрессия, тревога, суицидальные идеи, нарушения сна, психические болезни.

Когнитивные и эмоциональные особенности отношения пользователей социальных сетей к пандемии

А. Л. Журавлев, Д. А. Китова

Исследования, проводимые в условиях пандемии, позволяют получать новые знания в непреднамеренно (вынужденно) сложившихся уникальных условиях, которые при определенных допущениях можно назвать «естественным социальным экспериментом». Такого рода исследования позволяют изучить динамику кризисных социально-психологических процессов, получить первичную информацию, пригодную для использования как в условиях протекания пандемии, так и после ее завершения. В свою очередь, полисемичность (непредсказуемая многовариантность) выступает ведущим психологическим фоном пандемии коронавируса, что повышает значимость получаемых данных. Цель исследования – выявить психологические особенности отношения пользователей поисковых систем к коронавирусной инфекции в условиях пандемии. Как оказалось, интерес пользователей к информации о пандемии носит ярко выраженный, объективно-детерминированный характер, направленный на обеспечение безопасности (своей и своих близких). Исследуемый феномен отличается когнитивной осознанностью, ситуативной устойчивостью и силой проявления, соразмерной с интенсивностью распространения пандемии. С эмоциональной точки зрения можно отметить, что пользователей беспокоят пандемия и ее воздействие на здоровье и образ жизни, но эмоциональный фон этих оценок можно определить как спокойный (нейтральный) или встревоженный (умеренно-отрицательный). Результаты, полученные после первой и второй волн пандемии, демонстрируют и значимые сходства, и различия, что позволяет говорить о необходимости изучения отношения населения к коронавирусной инфекции в течение всего пе-

риода ее протекания. Дальнейшее исследование проблемы возможно и необходимо в направлении детализации когнитивных и эмоциональных компонентов социально-психологического самочувствия населения.

Ключевые слова: коронавирус, отношение к пандемии, пользователи социальных сетей, когнитивная структура интереса, автоматизированные системы, эмоциональный фон, динамика отношения.

Динамика отношения россиян к вызванной COVID-19 пандемии и режиму самоизоляции в период первой и второй волн

О. С. Дейнека, А. А. Максименко

В статье представлена динамика отношения россиян к эпидемической ситуации, вызванной COVID-19, и к режиму самоизоляции весной и осенью 2020 г. В исследовании первой волны приняли участие 986 человек (56,9% мужчин, 43,1% женщин) в возрасте от 18 до 76 лет, второй – 827 человек (53,9% мужчин, 46,1% женщин) в возрасте от 18 до 75 лет. Для выявления доминирующих установок россиян к пандемии, вызванной COVID-19, использовался опросник Т. А. Нестика «Отношение к эпидемиологической угрозе» в сокращенном варианте. Результаты исследования показали противоречивую картину в установках россиян осенью 2020 г.: с одной стороны, респонденты признали недооцененной угрозу пандемии, посчитав ее изначально преувеличенной. С другой стороны, во время второй волны пандемии они снизили свой уровень требований к коллективной ответственности, к степени жесткости наказания за нарушение правил поведения во время эпидемической угрозы и к необходимости обнародования частной информации и персональных данных заболевших COVID-19. При этом в ходе осенней волны коронавируса россияне испытывали уже меньше опасений по поводу использования общественного транспорта, полагались только на себя и своих близких, выражали определенный скепсис в отношении прививок. Установлено снижение доверия к СМИ и к системе здравоохранения наряду с повышением вовлеченности в социальные сети во время второй волны пандемии.

Ключевые слова: отношение к эпидемиологической угрозе, вовлеченность в социальные сети, режим самоизоляции, период пандемии, установки россиян, COVID-19.

Анализ практик проживания в самоизоляции у студентов во время пандемии (апрель и октябрь 2020 г.)

В. А. Баранова, О. О. Савина

В статье представлен сравнительный анализ описаний студентами своего образа жизни, переживаний, деятельности и отношений в весенний и осенний периоды самоизоляции и дистанционного обучения в связи с пандемией COVID-19 (апрель и октябрь 2020 г.). Получены представления об особенностях пространственно-временных характеристик трансформированного образа жизни, о негативных и позитивных изменениях. Отмечено изменение в переживании эмоциональных состояний (страхов, тревоги и депрессивных признаков, а также травматических тенденций) в осенний период по сравнению с весной 2020 г. В дискурсах студентов преобладают высказывания, свидетельствующие об осмыслении изменений в сферах семейных отношений, телесной, душевной жизни. Изменения образа жизни в большей мере зафиксированы в деятельностных (учебных) и социальных аспектах жизни респондентов. Выделены проблемы, с которыми столкнулись респонденты в информационно-технической, бытовой сферах и в проведении досуга. Проанализированы положительные, нейтральные/амбивалентные и отрицательные аспекты отношения к явлению пандемии в жизни студента. Выявлена направленность на решение жизненных задач, преодоление состояний, вызванных социальными и пространственными ограничениями, а также стремление перейти от семейной напряженности к взаимопомощи и поддержке. Усилия личности в целом направлены на решение жизненных задач адаптации, на преодоление негативных аспектов, вызванных ограничениями (социальным дистанцированием, самоизоляцией), на саморазвитие.

Ключевые слова: пандемия COVID-19, самоизоляция, экстремальная ситуация, стрессоры, преодоление негативных последствий экстремальности, забота, адаптация, развитие личности.

Динамика коммуникаций жителей мегаполиса в условиях локдауна (на материале социального сервиса «Яндекс.Район»)

М. М. Дробышева

Статья посвящена проблеме исследования социально-психологической динамики в условиях локдауна. На материале постов (вы-

сказываний) пользователей социального сервиса «Яндекс.Район» проанализированы качественные и количественные изменения в коммуникациях жителей 12 районов Москвы. Мы предположили, что в период начала локдауна коммуникации жителей мегаполиса изменятся в большей степени в направлении поиска эмоциональной поддержки, чем обмена информацией или поиска единомышленников. Частная гипотеза основывалась на предположении о различиях в динамике изучаемых коммуникаций в зависимости от условий проживания в конкретном районе мегаполиса. В работе применяли метод контент-анализа, частотный анализ и тематический анализ с помощью программы VAAL. Полученные результаты подтвердили наши гипотезы. Выявленные особенности коммуникативной динамики в разных районах города указывают на неоднородность группы жителей мегаполиса, выявляют специфику восприятия ими проблем и предпочитаемых способов совладания с ситуацией массового распространения коронавируса.

Ключевые слова: динамика коммуникаций, локдаун, мегаполис, жизнеспособность горожан, социальный сервис, COVID-19, социальная психология города.

Вызов пониманию конкретного человека в психологии пандемией COVID-19

М. Ш. Магомед-Эминов

Существование в ситуации пандемии COVID-19 радикально трансформирует отношения конкретного человека и общества, социального и индивидуального. В условиях отсутствия специфической терапии и осуществление социальных практик дистанцирования, самоизоляции, а также протективных мер, обеспечивающих защиту и профилактику от угрозы коронавируса, зависит от автономного сознательного поведения самого человека. Показано, что для принятия ситуации пандемии требуется трансформация личности через работу над собой, а протективное поведение и продолжение жизни в условиях ограничений требует от человека не только заботы о себе, но и заботы о другом. Для осуществления этой заботы человек должен реализовать определенную практику, работу над собой, в которой он утверждает в себе человеческое, субъектность, личность, самость. Понятие деятельности дифференцируется, основываясь

на новом прочтении принципа историзма К. Маркса и практического поворота на предметную деятельность субъекта и на событийную практику человека над собой. Показано, что в работе над собой создается субъектность личности, ее способность преобразовывать экстремальные условия пандемии, в которых она находится. В то же время человек, осуществляя жизнедеятельность, работает, обращается с собственной жизнедеятельностью, с самим собой и т. д., одновременно работая над собой как над другим.

Ключевые слова: пандемия COVID-19, экстремальная ситуация, психология конкретного человека, практика заботы о себе и о другом, работа личности, практика социального дистанцирования.

Тревога и мониторинг информации в ситуации пандемии: приверженность медицинским рекомендациям и их нарушения

А. Ш. Тхостов, Г. У. Солдатова, Е. И. Рассказова

Эффективность государственных действий по контролю за распространением COVID-19 во многом зависит от индивидуальных решений людей о соблюдении этих рекомендаций. Данная работа посвящена изучению различных видов защитных действий и их нарушениям в ситуации пандемии, а также их связи с тревогой и мониторингом информации о коронавирусе. Представлены данные двух исследований, проведенных в мае и в ноябре—декабре 2020 г. (N = 183, N = 525). Согласно результатам, в структуре защитных действий в ситуации пандемии можно выделить действия, рекомендованные медициной и государством (действия по самоизоляции и активные защитные действия, к которым примыкает чрезмерное «охранительное» поведение) и действия, не связанные с рекомендациями действия (выезды на природу и контроль образа жизни). Склонность к нарушениям рекомендаций также неоднородна: в ней выделяется склонность к нарушению рекомендаций по общению с друзьями и близкими и склонность к нарушению других требований — преимущественно в общественных местах и в отношении посторонних людей. Субъективное благополучие в ситуации пандемии слабо связано со следованием медицинским рекомендациям, но связано с лучшим контролем образа жизни и, в меньшей степени, с выездом на природу. Поиск и мониторинг информации о пандемии связан с готовностью ко всем видам защитного поведения. Тревоги по поводу возможного

заражения себя и близких, а также других негативных последствий пандемии связаны со следованием официальным рекомендациям, но только тревога по поводу халатности окружающих людей связана с меньшей готовностью нарушать режим.

Ключевые слова: приверженность медицинским рекомендациям в ситуации пандемии, тревога, мониторинг информации, защитные действия.

Изменчивость свойств индивидуальности и переживание неопределенности в условиях пандемии COVID-19

И. Г. Скотникова, П. И. Егорова

В статье представлены результаты онлайн-опроса, посвященного саморегуляции и ряду индивидуально-личностных и стилевых свойств при переживании людьми неопределенности в начале пандемии COVID-19 (N = 54). Были использованы восемь опросников, включавших 24 шкалы. У значительной части респондентов выявлены пониженные показатели гибкости саморегуляции и активности, а также высокий уровень тревожности. Выделены четыре независимых фактора индивидуально-личностных свойств при переживании неопределенности в условиях пандемии: эмоциональный интеллект, саморегуляция и бдительность, самочувствие и настроение, рефлексия и контроль. Рассматривается переход от парадигмы инвариантности черт личности к представлению о ее процессуально-динамической природе. Обосновывается необходимость изучения изменений индивидуально-личностных свойств в особых, нетипичных условиях, в частности, в период пандемии.

Ключевые слова: пандемия COVID-19, саморегуляция, тревожность, активность, изменчивость индивидуально-личностных свойств, процессуально-динамический подход к пониманию личности.

Психотерапия в период пандемии COVID-19

Ю. В. Быховец, Л. Б. Коган-Лернер

Целью данной работы является изучение психотерапевтической практики в период карантина во время пандемии. Оценка психотерапевтической системы проводилась по следующим параметрам:

частота и содержание клиентских запросов, сложности, с которыми столкнулись терапевты в период карантина, и отношения между терапевтом и клиентом в ситуации резкой смены формата работы. В онлайн-исследовании приняли участие 69 практикующих психологов от 24 до 73 лет (средний возраст 42 года). Опрос проводился с 12 по 26 июня 2020 г. Получены данные о том, что количество запросов в сфере частной психотерапевтической практики в период карантина коронавируса не изменилось. Содержание клиентских запросов было связано со спецификой многофакторного стрессового воздействия COVID-19 и касалось испытываемой тревоги, депрессии, обострения прежних психологических проблем, конфликтов в семье. Некоторые психотерапевты отмечали также определенную динамику проявления психопатологических признаков (в начале карантина снижение, к концу – рост). Среди трудностей, с которыми столкнулись психотерапевты в этот период работы, были указаны сложности поддержания и установления контакта, рост эмоционального напряжения, усталость психолога, особенности сеттинга при онлайн-формате, технические проблемы. Респондентами также отмечены те новые возможности, которые стали доступны благодаря резкому переходу в онлайн-режим работы: переосмысление границ ответственности психотерапевта, использование техник работы с кризисными состояниями в онлайн-формате, проверка собственной стрессоустойчивости в ситуации пандемии.

Ключевые слова: психотерапевтическая практика, пандемия, COVID-19, карантин, клиентские запросы.

Факторы и характеристики отношения клиентов психолога к онлайн-консультированию на фоне пандемии COVID-19

А. Е. Воробьева, С. И. Скипор

В статье рассматриваются факторы и характеристики отношения клиентов психолога к онлайн-консультированию в период коронавируса. При помощи авторской анкеты и методики исследования отношения личности к инновациям летом 2020 г. было опрошено 410 клиентов психологов из различных регионов России. Большинство опрошенных на момент исследования посещало психолога до трех месяцев и ранее не занималось с ним очно. Большая часть клиентов, перешедших на онлайн-консультирование с очного формата, счи-

тает, что качество консультирования не изменилось. Чаще переходить на онлайн-консультирование соглашались клиенты с ббольшим опытом занятий с психологом; инновационные качества не являлись решающим фактором. Чаще со специфическими проблемами онлайн-консультирования сталкивались клиенты с опытом консультирования более полугода. Клиентов беспокоили качество связи, сложности с организацией онлайн-сессии и снижение эмоционального контакта. Клиенты хотели бы видеть усовершенствование технологий и улучшение качества связи, картинки и звука для работы с психологом онлайн.

Ключевые слова: онлайн-консультирование, самоизоляция, COVID-19, инновативные качества, инновативность личности.

Информационно-психологическое воздействие в ситуации пандемии COVID-19: психологические основания, тактики, факторы эффективности

В. В. Латынов, Т. А. Кубрак

Рассмотрены возможности и ограничения информационно-психологических кампаний по изменению представлений и поведения людей в ситуации пандемии. Проведен анализ эффективности различных тактик психологического воздействия, используемых в современных условиях. Выделено несколько групп факторов (стабильные, относительно стабильные, динамические), влияющих на выполнение поведенческих рекомендаций по защите от инфекции и формирование адекватных представлений о пандемии. Учет и отслеживание динамики этих факторов важен при организации информационных кампаний в условиях пандемии. Рассмотрена проблема распространения недостоверной информации как неизбежного явления в кризисной ситуации, оказывающего негативное влияние на эмоциональное состояние и поведение людей. Предложены стратегии противодействия недостоверной информации: превентивная (реализуемая еще до появления недостоверной информации), реактивная (осуществляемая уже после появления такой информации в СМИ и социальных сетях).

Ключевые слова: психологическое воздействие, пандемия коронавируса, информационные кампании, эффективность психологического воздействия, тактики психологического воздействия, недостоверная информация.

Стратегии и тактики информирования населения в начале пандемии в России: психологический потенциал солидарности

О. И. Маховская

Ставится задача разработки психологически обоснованных рекомендаций для медиа по формированию солидарных установок у населения во время пандемии. Анализируются официальные новости, неформальные сообщения в соцсетях, сетки и программы телевидения в первый месяц пандемии в России. Выделяются психологические факторы солидарности, которая рассматривается как сложный социально-психологический конструкт, включающий представления о справедливом мироустройстве, эмпатию, позитивную идентичность и личный опыт взаимопомощи. Информирование о различных, иногда взаимоисключающих, факторах пандемии (медицинских, генетических, политических, демографических, миграционных, экономических, региональных и т. д.) может привести к когнитивному диссонансу в восприятии информации, деморализовать членов общества. Отмечается, что СМИ недооценивали культурные и психологические факторы пандемии, не ставили задачу формирования навыков солидарности у детей и взрослых. Анализ сетки федерального телеканала «Карусель» за апрель 2020 г. показал рост развлекательных и снижение просоциальных программ, преобладание тактик отвлечения внимания от пандемии. Предлагаются рекомендации по стратегиям и тактикам воздействия на аудиторию, субъектность которой наряду с паникой нарастает в условиях пандемии.

Ключевые слова: пандемия, солидарность, медиа, инфодемия, навык, идентичность, телевидение, установки, когнитивный компонент, действие, сообщение.

Взаимосвязь воспринимаемых угроз, связанных с пандемией COVID-19, и социального капитала на индивидуальном уровне

Е. А. Банникова, А. Н. Татарко

Настоящее исследование направлено на изучение взаимосвязи между воспринимаемыми угрозами пандемии COVID-19 и двумя типами социального капитала (соединяющего и связывающего) на индивидуальном уровне, а также связей между самооценкой здоровья, индивидуальным опытом переживания угрозы COVID-19 (болел ли

респондент или его/ее родственники/друзья) и индивидуальным социальным капиталом. Исследовательский вопрос звучал так: связана ли воспринимаемая угроза пандемии с изменением социального капитала на индивидуальном уровне? Участники (N = 233) ответили онлайн на демографические вопросы, оценили индикаторы воспринимаемых угроз пандемии COVID-19 (Шкала воспринимаемых угроз), соединяющего и связующего социального капитала (Шкала социального капитала Д. Уильямса), оценили свое здоровье и указали, были ли они или их родственники/друзья инфицированы коронавирусом. При обработке данных мы использовали иерархическую множественную линейную регрессию. Мы не обнаружили связи социального капитала с воспринимаемыми угрозами пандемии, а также индивидуальным опытом переживания угрозы COVID-19. Самооценка здоровья положительно связана с соединяющим и связующим социальным капиталом. Необходимы дальнейшие исследования, чтобы лучше изучить долгосрочное воздействие пандемии на социальный капитал.

Ключевые слова: COVID-19, пандемия, соединяющий социальный капитал, связывающий социальный капитал.

Динамика представлений о пандемии и образа будущего пользователей социальных сетей

Т. В. Фоломеева, А. Н. Ищук

Приводятся результаты исследования изменений образов будущего и настоящего в дискурсе 10 отобранных нами лидеров общественного мнения в социальных сетях (vk.com) в течение 2020 года. Наша гипотеза заключалась в том, что образы будущего и настоящего будут негативными в периоды строгих ограничений и более позитивными в периоды мягких ограничений. Показано, что все лидеры мнений возлагали большие надежды на будущее, транслировали позитивные образы будущего даже в периоды ужесточения ограничений и увеличения числа случаев COVID-19. Тем не менее, посты содержали меньше положительных эмоций в периоды строгих ограничений по сравнению с периодами снижения ограничений. Образы настоящего были более негативными в периоды строгих ограничений по сравнению с периодами сокращенных ограничений. Выдвинуто предположение о том, что позитивный характер обра-

зов будущего во время пандемии объясняется стремлением лидеров управлять впечатлением о себе, воздействовать на настроения своих читателей, поскольку от этого зависит их работа и социальная роль. Другое объяснение – лидеры мнений замечают и отражают надежды и желания общества. Также весьма вероятно, что размещение информации на страницах лидеров мнений в социальных сетях управляется другими людьми и осуществляется с учетом долгосрочных целей. Таким образом, конструирование образов настоящего и будущего в сообщениях лидеров мнений направлено на поддержание их позитивного социального имиджа.

Ключевые слова: образы будущего, образы настоящего, COVID-19, качественный и количественный контент-анализ, ожидания будущего.

Психологическое время и экономическое сознание в период пандемии COVID-19 (на материале исследования студентов)

Е. В. Забелина, О. С. Дейнека

Период борьбы с пандемией COVID-19 может трактоваться как кризисная ситуация с экономической и психологической точек зрения и потому требует научного анализа. Не все психологические феномены, задействованные в адаптации личности к данной ситуации, глубоко изучены на сегодняшний день. Психологическое время личности не является исключением в данном случае. Главные исследовательские вопросы в настоящей работе состояли в том, изменились ли восприятие и переживание времени в период пандемии и каким образом эти предполагаемые изменения связаны с экономическим сознанием населения. Результаты исследования, проведенного нами среди студентов регионального вуза (N = 583), позволяют утверждать, что выраженность компонентов и структура психологического времени изменяются в период кризиса, вызванного пандемией COVID-19. Усиливается негативная эмоциональная реакция на происходящие события, темп жизни в представлении студентов замедляется, появляется больше страхов в воспоминаниях о «первой волне». При этом временная перспектива становится более сбалансированной. Структура психологического времени усложняется, компоненты в ней перераспределяются, будущее отделяется в само-

стоятельный фактор и сопровождается повышенной тревожностью. Увеличение количества и силы взаимосвязей компонентов психологического времени и экономического сознания в этот период может свидетельствовать о ресурсной функции психологического времени. Экономическую активность в данном случае можно рассматривать как механизм взаимосвязи психологического времени и экономического сознания.

Ключевые слова: психологическое время, временная перспектива, отношение ко времени, экономическое сознание, кризис, пандемия.

Особенности финансового поведения москвичей в условиях пандемии

Т. В. Фоломеева, Е. А. Слободкина

В статье описаны изменения финансового поведения жителей Москвы в связи с пандемией и вызвавшие их психологические причины. Мы изучали отношение респондентов к событиям прошлого года, когда основные неожиданные, новые и неопределенные обстоятельства уже преодолели пиковые стадии и у людей есть возможность отразить полученный опыт. Исследование проводилось методом интервью. Мы предположили, что во время пандемии респонденты использовали новые финансовые стратегии по сравнению с «нормальной» жизнью; изменения в финансовых стратегиях связаны с неспособностью контролировать ситуацию, а также с тем, что респонденты испытывали трудности с планированием расходов из-за высокой степени неопределенности ситуации. Результаты исследования позволили сделать вывод о том, что неуверенность в стабильности будущих доходов влияет на рост уровня сбережений и падение покупательской активности москвичей. Изменения в поведении респондентов во время пандемии связаны со стремлением к экономии. Высокая степень неопределенности ситуации способствовала сокращению расходов и переносу запланированных покупок. Также среди результатов важно отметить выраженный страх потерять работу у всех респондентов, что усугублялось общим тревожным эмоциональным фоном.

Ключевые слова: психология пандемии, коронавирус, COVID-19, сберегательное поведение, поведенческие финансы.

Исследование профессиональных ориентаций и самоопределения субъекта труда в период пандемии COVID-19

А. А. Алдашева, А. С. Баканов, М. Е. Зеленова, О. В. Рунец

В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей профессионального самоопределения в период пандемии и экономической нестабильности у разных категорий субъектов трудовой деятельности. Исследование проводилось методом онлайн-анкетирования в апреле–мае 2020 г. во время действия режима ограничений в связи с пандемией COVID-19. Выборку исследования составили 250 человек. Было установлено, что в группе «самозанятых» и особенно в группе «безработных», по сравнению с группой «работающих по найму», выше уровень психологической напряженности из-за ограничений, введенных вследствие распространения коронавируса, а также выше критичность в отношении сообщений СМИ. Выявлены более активная позиция и нацеленность «самозанятых» респондентов на решение вопросов профессионального самоопределения в условиях кризиса и пандемии. Показана роль таких внутренних ресурсов в сохранении психологического равновесия субъекта труда, как уверенность в своих силах, умение оценивать новую ситуацию и принимать решение в условиях неопределенности, наличие высокой самооценки квалификационных возможностей, установка на успех и достижение целей. Показана роль оптимистических ориентаций как личностной диспозиции, свидетельствующей о готовности индивида к активным действиям и решению проблем личностного и профессионального самоопределения в период кризиса и пандемии COVID-19.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, профессиональные ориентации, менталитет, безработные, самозанятые, оптимизм, пандемия, экономический кризис.

Психологические исследования, посвященные пандемии COVID-19 (по материалам англоязычных статей, индексируемых в WoS)

К. Б. Зуев

В статье представлен обзор англоязычных публикаций 2020 г., размещенных в библиометрической базе Web of Science Core Collection

Аннотации

(WoS). Проанализированы общий объем статей, их типы, цитируемость. Выделены 25 самых цитируемых публикаций, которые разбиты на три блока: диагностические методики, обзорные и проблемно-ориентированные статьи, эмпирические исследования. Показано, что основной проблематикой статей являются клинические проявления COVID-19 и способы борьбы с ними, а также влияние экономических факторов на население, роль СМИ в условиях пандемии и др. Значительно меньше внимания уделяется таким направлениям, как исследования химических зависимостей, геронтологические исследования, исследования в области нейронаук и онкологии, которые представлены в потоке публикаций по психологическим последствиям пандемии. Проанализированы изменения в издательских практиках. Показано, что статьи преимущественно публикуются оперативно и размещаются в открытом доступе. Указываются возможные риски данных изменений.

Ключевые слова: COVID-19, психологические последствия пандемии, стресс, ПТСР, диагностические методики.

Abstracts

Experiencing the epidemiological threat by Russians as a socio-psychological phenomenon: results of a series of empirical studies

T. A. Nestik

The impact of experiencing an epidemiological threat on the psychological state of Russian society is examined, including institutional trust and political attitudes. The sociopsychological prerequisites for the subjective well-being of an individual in a pandemic are revealed. The socio-psychological predictors of compliance with sanitary and epidemiological measures and readiness for vaccination are identified. The paper presents the results of a series of empirical studies carried out in 2020–2021, which involved a total of 13,666 respondents. It is shown that anxiety about the consequences of a pandemic causes the mobilization of psychological resources, a search for meaning of what is happening, adherence to the norms and values of one's group and empathy, and increases the need for planning the future. On the other hand, defense mechanisms are actualized that support the feeling of subjective control over what is happening: an underestimation of epidemiological risks arises, belief in the justice of the world, and susceptibility to conspiracy theories increase. Fears about a pandemic, distress and the experience of inability to protect oneself and loved ones are predictors of populism, authoritarian attitudes and paternalistic expectations of state guardianship. Along with fear, the most significant contribution to the observance of epidemiological restrictions is made by an individual's assessment of his ability to influence the situation, as well as indicators related to

assessing the level of social integration of society. The types of attitudes of Russians towards vaccination against COVID-19 are highlighted. Fear of contamination has been shown to increase support for the need for vaccination, but its association with confidence in COVID-19 vaccines was negative if either. On the basis of the studies carried out, measures have been proposed to support the readiness for vaccination. Promising directions for further research have been outlined.

Keywords: COVID-19, experiencing uncontrolled threat, depression, anxiety, fear, trust, political attitudes, epidemiological requirements compliance, vaccination attitudes.

Psychopathological conditions during the COVID-19 pandemic

S. N. Enikolopov, T. I. Medvedeva, O. M. Boyko, O. Yu. Vorontsova, O. Yu. Kazmina

The article presents the results of a series of studies carried out by the researchers in the Department of Medical Psychology of the Department of Medical Psychology, Mental Health Research Centre in the period from March 22, 2020 to January 13, 2021. The aim of the research was to study the dynamics of psychopathological indicators as the COVID-19 pandemic develops in Russia. In addition, the condition of people who had previously sought psychiatric help were analyzed. An anonymous Internet survey using Google forms was used for the dataset. The methodological toolkit consisted of a block of a general questions, and SCL-90-R, COPE and CTI. Statistical analysis of the data was carried out using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The analysis of the obtained results showed a steady increase in the level of psychopathological symptoms during the first wave of the pandemic in Russia, which intensifies when sick people appear in the immediate environment. The results of the study showed an increase in the intensity of suicidal ideas, which are associated with an increase in depressive symptoms but are due to other factors. Research results demonstrate a greater vulnerability to stress from the COVID-19 pandemic in people who have previously sought psychiatric care. The alleged proximity of the threat to them is similar in its impact to the real threat. The growth of psychopathological symptoms, which continued after the easing or lifting of restrictions, suggests the persistence of long-term consequences.

Keywords: COVID-19, SARS-CoV-2, depression, anxiety, suicidal ideation, sleep disorders, mental illness.

Cognitive and emotional characteristics attitudes of social media users to the pandemic

A. L. Zhuravlev, D. A. Kitova

Research carried out in a pandemic makes it possible to obtain new knowledge in an unintentionally (forced) unique environment that can be conventionally called a “natural experiment”. This kind of research makes it possible to study the dynamics of crisis socio-psychological processes, to obtain primary information suitable for use both under the conditions of its course and after the end of a pandemic. In turn, polysemy (unpredictable multivariance) is the leading psychological background for the course of the coronavirus pandemic, which increases the fundamental significance of the data obtained. The aim of the study is to identify the psychological characteristics of the attitude of users of search engines to coronavirus infection in the context of the spread of a pandemic. As it turned out, the interest of users of search engines in information about the pandemic is of a pronounced, objectively deterministic nature, aimed at ensuring personal safety, for themselves and their loved ones. The studied phenomenon is distinguished by cognitive awareness, situational stability and the strength of manifestation, commensurate with the intensity of the spread of the pandemic. From an emotional point of view, it can be noted that users are worried about the spread of the pandemic and its impact on health and lifestyle, but the emotional background of these assessments can be defined as calm (neutral) or alarmed (moderately negative). The results inherent in the first and second waves of the pandemic demonstrate significant similarities and differences between themselves, which suggests the need to study the attitude of the population towards coronavirus infection throughout the entire period of its course. Further study of the problem is possible in the direction of detailing the emotional components of the socio-psychological well-being of the population.

Keywords: coronavirus, attitude to the pandemic, social media users, cognitive structure of interest, automated systems, emotional background, attitude dynamics.

Dynamics of Russians’ attitudes towards the pandemic caused by COVID-19 and the self-isolation regime during the 1st and 2nd waves

O. S. Deyneka, A. A. Maximenko

The paper defines the dynamics of Russians’ attitudes towards the epidemic situation caused by COVID-19 and the regime of self-isolation during the

period of 1 and 2 waves of the pandemic. Wave 1 study involved 986 people (56,9% men, 43,1% women) aged 18 to 76 years ($M = 36,63$; $SD = 10,2$), wave 2 study involved 827 people (53,9% men, 46,1% women) aged 18 to 75 years ($M = 37,31$; $SD = 10,3$). To identify the dominant attitudes of Russians towards the pandemic caused by COVID-19, the “Pandemic threat attitudes” questionnaire (T.A. Nestik) in an abbreviated version was used (35 statements). The results of the study showed a contradictory picture in the attitudes of the Russians: on the one hand, the Russians recognized the threat of a pandemic as underestimated, considering it initially exaggerated, while they lowered their level of requirements for collective responsibility and the severity of sanctions against violators of the regime and the need to disclose private information and personal data infected with COVID-19. At the same time, during the second wave of coronavirus, Russians experience less fear of using public transport, rely only on themselves and their loved ones, expressing some skepticism about vaccinations. A decrease in trust in the media and the health care system was found, along with an increase in involvement in social networks.

Keywords: attitude to the epidemiological threat, social media engagement, self-isolation mode, the period of the pandemic, attitudes of Russians, COVID-19.

Analysis of the practice of self-isolation among students during the spring and autumn periods of the pandemic

O. O. Savina, V. I. Baranova

The article presents a comparative analysis of students' self-descriptions about their lifestyle, experiences, activities and relationships in the spring and autumn periods of self-isolation and distance in connection with the COVID-19 pandemic ($N = 103$, April and October 2020). The ideas about the peculiarities of the spatio-temporal characteristics of the transformed way of life are obtained. The ideas about negative and positive changes in connection with self-isolation and the transition to distance learning with the COVID-19 pandemic are highlighted. There is a change in the experience of emotional states (fears, anxiety and depressive symptoms, as well as traumatic tendencies) in the autumn period compared to the spring of 2020. In the students' discourses, statements prevailing testifying to the understanding of changes in the spheres of family relations, bodily, mental life (in-

cluding emotional, cognitive and behavioral components). Changes in lifestyle were mostly recorded in the activity (educational) and social aspects of the respondents' lives. The problems faced by the respondents in the information and technical, household spheres and leisure activities are highlighted. Analyzed the positive, neutral/ambivalent, negative aspects of the attitude to the phenomenon of a pandemic in the life of a student. The focus on solving life problems, overcoming conditions caused by social, spatial limitations, as well as the desire to move from family tension to mutual help and support was revealed. The efforts of the individual as a whole are aimed at solving life problems of adaptation, overcoming the negative aspects caused by restrictions (social distancing, self-isolation), and self-development.

Keywords: COVID-19 pandemic, self-isolation, extreme situation, stressors, overcoming the negative consequences of extremeness, care, adaptation, personality development.

The dynamics of communications between urban residents during a COVID-19 lockdown (based on the material of the social service “Yandex.Local”)

M. M. Drobysheva

The article is devoted to the problem of studying social psychological dynamics at lockdown period. The results of qualitative and quantitative changes of the content of Internet posts of residents of 12 Moscow districts presented. The study showed that communications of the urban residents (users of the “Yandex.Local”) during the period of the beginning of the COVID-19 lockdown in Moscow changed largely in the direction of seeking emotional support among their neighbors. The method of content analysis, frequency analysis and thematic analysis using the VAAL program applied. The features of communicative dynamics in different areas of the city were identified. This is due to the large number of different groups of urban residents, the specifics of their perception of problems, and different ways of coping with the situation of the massive spread of COVID-19.

Keywords: dynamics of communications, lockdown, megalopolis, viability of urban residents, social service, COVID-19 pandemic, social psychology of the city.

The challenge to understanding a specific person in the psychology of the COVID-19 pandemic

M. Sh. Magomed-Eminov

The recent COVID-19 pandemic situation has had significant effects on personal existence and radically changes the interaction between particular person and society, between social and individual in a person as a whole. While there is no specific therapy, not enough helping resources the implementation of social distancing practice, self-isolation, as well as protective measures that provide prevention and protection against the threat of coronavirus, depends on the autonomous conscious behavior of particular person. To do this, a person needs to accept the critical situation of the COVID-19 pandemic as one's own proprietary reality, which requires an appropriate personal psychological transformation. However, personality transformation in one's being does not occur automatically by itself against one's will, even when one carries out subject activity, but its implementation takes place in the course of practice, the personality work, the work on oneself. Personality, subjectivity, is then not simply the "specialness" of a person, but a way of dealing with the human in a human being. Protective behavior and the continuation of life in conditions of restrictive measures requires a person not only to take care of oneself, but also to take care of the other. For the implementation of this care a person should do certain practice, work on oneself, in which, one asserts, creates something in oneself, and at the same time denies, eliminates something in oneself. Thus, the human core features in an individual, the subjectivity of a person, the Self, we consider on the basis of work, practice, dealing with the human in a human being, with oneself, one's own psyche, mentality, one's own activity, own life and being. According to the new reading of the Marx's principle of historicism and a "practical turn" – the conception of activity we suggest to differentiate into two: the subject activity and the event-based practice of a person over himself. Subjectivity, self-identity, personality is created in practice, working on oneself, and at the same time, activity is carried out being mediated by the mental work that works with this activity.

Keywords: pandemic COVID-19, Extreme situation, Psychology of particular living person, the principle of taking care of oneself and others, personality work, social distancing practice.

Anxiety and information monitoring as factors of adherence to medical recommendations and their violation in a pandemic situation

A. Tkhostov, G. Soldatova, E. Rasskazova

The effectiveness of governmental regulation and control over the spread of COVID-19 largely depends on the individual decisions of people to comply with these recommendations. This paper is aimed at the study of various types of protective actions and their violation in a pandemic situation, as well as their relationship with anxiety and monitoring information about the coronavirus. Data from two samples are presented. In May 2020, 183 adults filled Anxiety Regarding Pandemic Scale, Adherence and Violation of Recommendations in Pandemic Scales, Satisfaction with Life Scale, and Scale of Positive and Negative Experience. In November–December 2020, 525 respondents filled out the same scales (except for violation of the recommendations), as well as the Monitoring Information about Coronavirus Scale. According to the results, in the structure of protective actions in a pandemic situation, one can distinguish actions recommended by medicine and the government (separately actions for self-isolation and active protective actions, to which excessive “protective” behavior adjoins) and actions unrelated to recommendations (trips to nature and control of lifestyle). The tendency to violate recommendations was also heterogeneous: we could differentiate the tendency to violate the recommendation for communicating with friends and family, and the tendency to violate other requirements – mainly in public places and the attitudes to strangers. Subjective well-being in a pandemic situation is weakly associated with adherence to medical recommendations, but associated with better lifestyle control and, to a lesser extent, going out into the countryside. Searching for and monitoring information about a pandemic was associated with a readiness for all types of defensive behavior. The anxiety of being infected and infection of relatives, as well as the anxiety of the negative consequences of the pandemic were associated with adherence with official recommendations, but only the anxiety of negligence of other people was associated with fewer violations of the recommendations.

Keywords: adherence to medical recommendations in a pandemic situation, anxiety, information monitoring, protective actions.

Variability of personality traits and the experience of uncertainty in the context of the COVID-19 pandemic

I. G. Skotnikova, P. I. Egorova

The article presents the results of an online survey on self-regulation and a number of personal traits and style characteristics in the context of experiencing uncertainty at the beginning of the COVID-19 pandemic (N = 54). Eight questionnaires were used, including 24 scales. A significant part of the respondents showed decreased levels of the flexibility of self-regulation and activity, as well as a high level of anxiety. Four independent factors of individual and personal traits in experiencing uncertainty in a pandemic have been identified: emotional intelligence, self-regulation and vigilance, well-being and mood, reflection and control. The transition from the paradigm of invariance of personality traits to the idea of the dynamic nature of personality is considered. The necessity of studying changes in personal traits during a pandemic, is substantiated.

Keywords: COVID-19 pandemic, self-regulation, anxiety, activity, variability of personal traits, dynamic approach to understanding personality.

Psychotherapy during the COVID-19 pandemic

Yu. Bykhovets, L. B. Kogan-Lerner

The aim of article is studying of the psychotherapeutic practice during the quarantine period during the pandemic COVID-19. The evaluation of the psychotherapeutic system was carried out according to the following parameters: the frequency and content of client requests, the difficulties encountered by therapists during the quarantine period and the relationship between the therapist and the client in a situation of a sharp change in the format of work. The online study involved 69 practicing psychologists from 24 to 73 years old (mean 42 years). The survey was conducted from 12 to 26 June 2020. Respondents were asked to answer 12 questions aimed at assessing the specifics of psychotherapy practice during the quarantine period during the pandemic. The data obtained shows that the number of requests to the private psychotherapy practice has not changed in the period of coronavirus quarantine. The content of client requests is related to the specifics of the multifactorial stress impact of COVID-19 and related to the experienced anxiety, depression, exacerbation of previous psychological problems,

conflicts in the family, as well as some psychotherapists noted a certain dynamics of the manifestation of psychopathological signs (at the beginning of the quarantine, a decrease, by the end – an increase). Among the difficulties encountered by psychotherapists during this period of work, the difficulties of maintaining and establishing contact, the growth of emotional tension, the fatigue of the psychologist, the features of the setting in the online format, and technical problems were indicated. Psychotherapists also noted the new opportunities that have become available due to the abrupt transition to the online mode of work: rethinking the boundaries of the psychotherapist's responsibility, using techniques for working with crisis states in an online format, testing their own stress resistance in a pandemic situation.

Keywords: psychotherapy practice, pandemic, COVID-19, quarantine, client requests.

Factors and characteristics of the attitudes of psychologists' clients toward online counseling during the COVID-19 pandemic

A. E. Vorobieva, S. I. Skipor

The article examines the factors and characteristics of the attitude of the psychologists' clients toward online counseling. Using the author's form and the questionnaire on the attitude of the individual to innovation, in the summer of 2020, 410 clients of psychologists from various regions of Russia were interviewed. Most of the interviewed clients at the time of the study visited a psychologist for up to three months and had not previously worked with him in person. Most of the clients who switched to online consulting from face-to-face format believed that the quality of the consulting did not change. Clients with more experience with a psychologist agreed to switch to online counseling more often; innovative qualities were not the influencing factor. More often, clients with more than half a year consulting experience faced specific problems of online consulting. Clients were worried about the quality of connection, difficulties with organizing an online session and a decrease in the quality of an emotional connection. Clients would like to see new technologies and improved connection, picture and sound quality for working with a psychologist online.

Keywords: online counseling, self-isolation, COVID-19, innovative qualities, innovativeness of the personality.

Information-psychological influence in the situation of the COVID-19 pandemic: Psychological basis, tactics, factors of effectiveness

V. V. Latynov, T. A. Kubrak

The possibilities and limitations of information-psychological campaigns to change perceptions and behavior of people in the situation of pandemic are considered in the article. The analysis of effectiveness of various tactics of psychological influence used in current conditions is carried out. Several groups of factors (stable, relatively stable, dynamic) are identified that influence the implementation of behavioral recommendations to protect against infection and the formation of adequate ideas about the pandemic. Consideration and monitoring of the dynamics of these factors is important when organizing information campaigns in a pandemic situation. The problem of dissemination of false information as an inevitable phenomenon in a crisis situation, which has a negative influence on the emotional state and behavior of people, is discussed. The following strategies to counteract false information are proposed: preventive (implemented before the appearance of false information) and reactive (implemented after the appearance of such information in the media and social networks).

Keywords: psychological impact, coronavirus pandemic, information campaigns, effectiveness of psychological impact, tactics of psychological impact, false information.

Strategies and tactics of informing the population at the beginning of the pandemic in Russia: the psychological potential of solidarity

O. I. Makhovskaya

The work was aimed to develop psychologically grounded recommendations for the media on the formation of solidarity attitudes and skills under the conditions of a pandemic. The article analyzes official news, informal messages in social networks, program schedules, video episodes in the first month of the pandemic in Russia. The psychological factors of solidarity, visible and invisible to the media, are distinguished. Solidarity is considered as a complex socio-psychological construct that includes not only ideas about a fair world order, but also empathy, positive identity and personal experience of mutual assistance. Informing about various, sometimes controversial factors of the pandemic (medical, genetic, political, demographic, eco-

conomic, regional, etc.) could lead to cognitive dissonance in the perception of information, and demoralize recipients. The cultural and psychological factors of the pandemic were underestimated by medias. The task of developing solidarity skills in people was not set. The analysis of the grid of the federal TV channel “Karusel” for April 2020 had showed a strong increase in entertainment and a decrease in prosocial programs, the predominance of tactics to distract attention from the pandemic. Recommendations are proposed on strategies and tactics for influencing the audience, whose subjectivity, along with panic, increases in the context of a pandemic.

Keywords: pandemic, solidarity, media, skill, infogame, identity, television, attitudes, cognitive component, action, message.

The relationship of the perceived threats from COVID-19 pandemic and social capital at the individual level

E. A. Bannikova, A. N. Tatarko

The present study aims to investigate the relationship between the perceived threats from COVID-19 pandemic and two types of social capital (bridging and bonding) at the individual level. In addition, we aim to explore the association between the self-reported health, one’s experience with COVID-19 (whether the respondent or his/her relatives/friends have been ill) and individual social capital. The research question of the study is: does the perceived threat of the pandemic is associated with the social capital change on the individual level? Participants (N = 233) responded online to demographic questions, rated their indicators of the perceived threats from the COVID-19 pandemic (The Perceived Threat Scale), bonding and bridging social capital (Social Capital Scale by Williams, 2006), rated their health and indicated whether they or their relatives/friends had a coronavirus infection. To answer the research question of the study we conducted hierarchical multiple linear regression. We did not find association between threats from the pandemic, as well as one’s experience with COVID-19 with neither bonding nor bridging social capital. Self-rated health was a positive predictor of both bonding and bridging social capital. The results of the present study allow us to hope that, despite the serious consequences of the pandemic for all of humanity, it will not have an impact on social capital at the individual level. However, future research is required to gain deeper understanding of the pandemic effect on social capital in the long-term.

Keywords: COVID-19, pandemic, bonding social capital, bridging social capital.

Dynamics of perceptions about the pandemic and the image of the future among users of social networks

T. V. Folomeeva, A. N. Ishchuk

Our objective was to investigate changes in images of future and present in discourse of influencers in social media (vk.com) throughout the year of 2020. Our hypothesis was that images of future and present would be negative during periods of strict restrictions and more positive during periods of reduced restrictions. In order to conduct a research, we chose 10 influencers (5 men, 5 women) out of the group of the most followed in vk.com. We analyzed their posts, which they created throughout 2020 year. Only those influencers were chosen, who had not only commercial posts, but also posts, containing personal attitude to life, society, nature, personal and social problems, COVID-19. Posts were divided into periods, which corresponded with periods of strengthening and reduction of restrictions. In order to analyze texts we used both quantitative and qualitative content analysis. All of the influencers had high expectations of future, positive images of future even during periods of strengthening restrictions and increase in the number of COVID-19 cases. Nonetheless, posts contained less positive emotions during periods of strict restrictions, comparing to periods of reduced restrictions. Images of present differed, they were more negative during periods of strict restrictions, comparing to reduced restrictions periods. The difference in results from other studies, which supported the idea of negative images of future during COVID-19 pandemic, can be explained by the different statuses of people, whose images of future and present were investigated. Public opinion is important to influencers, as their job and social role depends on that opinion. Another explanation – influencers notice and reflect hopes and desires of society. It is also very likely that the information in their social media pages is managed by other people, and is presented with the thought of a long-term goal. So the status-quo position can be less stressful and more desirable to influencers' social image.

Keywords: images of future, images of present, COVID-19, qualitative and quantitative content analysis, expectations of future.

**Psychological time and economic mind during pandemic COVID-19
(based on student's research)**

E. V. Zabelina, O. S. Deyneka

The period of the fight against the pandemic COVID-19 can be interpreted as a crisis situation from both economic and psychological points of view, and therefore requires scientific analysis. Not all psychological phenomena involved in the adaptation of the personality to this situation are studied deeply today. Psychological time of an individual is no exception in this case. The main research question was whether the perception and experience of time during the pandemic period changed, as well as how these supposed changes are related to the economic mind of the population. The study involved 583 people (aged 18 to 22 years, 38% male) – the students of a regional university. The features of psychological time were studied using the methods: Inventory of Time Value as an Economic Resource by Usunier, Zimbardo's Time Perspective Inventory, Attitudes towards Time by Nuttin, Inventory of Polychronic Values by Bluedorn. In order to diagnose elements of economic mind, a multifactorial questionnaire for diagnosis of economic attitudes (Deyneka, Zabelina, 2018) was used, as well as Subjective Income Level Scale by A. Furhнем in the adaptation of O. S. Deyneka (1999). The results suggest that the severity of the components and the structure of psychological time has changed during the pandemic COVID-19 crisis. The negative emotional reaction to the events is increasing, the pace of life in the representation of students is slowing down, more fears appear in the memories of the „first wave.“ At the same time, the time perspective becomes more balanced. The structure of psychological time is complicated, it's components are redistributed, the future is separated into a certain factor and accompanied by increased anxiety. The increase in the number and strength of the correlations between the components of psychological time and economic mind during this period can indicate the resource function of psychological time. Economic activity in this case can be considered as a mechanism for the relationship between psychological time and economic mind.

Keywords: psychological time, time perspective, attitude to time, economic mind, crisis, pandemic.

Features of the financial behavior of Muscovites during the COVID-19 pandemic

T. V. Folomeeva, E. Slobodkina

The article describes the changes in the financial behavior of Moscow residents in connection with the pandemic, and the psychological reasons that cause them. We studied the attitude of respondents to the events of the last year, when the main unexpected, new and uncertain circumstances are no longer in the peak stages and people have the opportunity to reflect the experience. The study was conducted using the interview method. We assumed that during the pandemic, respondents used new financial strategies compared to “normal” life; changes in financial strategies are associated with the inability to control the situation, as well as that respondents experienced difficulties with spending planning due to the high degree of uncertainty of the situation. The results of the study allowed us to conclude that uncertainty about the stability of future income affects the increase in the level of savings and the fall in consumer activity of residents of megacities in Russia. Changes in the behavior of respondents during the pandemic are associated with the process of saving. The high degree of uncertainty in the situation contributed to a reduction in spending and the postponement of planned purchases. Also among the results, it is important to note the expressed fear of losing a job in all respondents, which was aggravated by the general anxious emotional background.

Keywords: psychology of pandemic, coronavirus, covid-19, saving behavior, behavioral finance.

Research of professional orientations and self-determination of the subject of labor during COVID-19 pandemic

A. A. Aldasheva, A. S. Bakanov, M. E. Zelenova, O. V. Runets

The paper presents the results of a research carried out on professional self-determination in the context of a pandemic and crisis. The study was conducted using the online survey method in April – May 2020 during the restrictions regime in connection with the COVID-19 pandemic. A special questionnaire “Professional self-determination during a pandemic and crisis” was used, which included 42 statements aimed at identifying personal and professional attitudes, decision-making and planning features, as well as the

characteristics of respondents' experiences in connection with the spread of COVID-19. The study sample consisted of 250 people. In the course of data processing, all respondents were divided into 3 groups: 1) "self-employed", 2) "unemployed", 3) "employed". Statistical methods included frequency, comparative and correlation analysis. The results of the study made it possible to establish that in the group of "self-employed" and especially in the group of "unemployed" compared to the group of "employed", the level of psychological tension is higher. As well as a higher level of criticality regarding media information. A more active position and focus of the "self-employed" respondents on the solution of issues of professional self-determination in the context of a crisis and a pandemic was revealed. The role of such internal resources in psychological balance of the subject of labor is shown as self-confidence, the ability to assess a new situation and make a decision in conditions of uncertainty, the presence of high self-esteem of professional opportunities, an attitude towards success in achieving goals. The role of optimistic orientations as a personal disposition is shown, indicating the readiness of the individual to take action and solve the problems of personal and professional self-determination during the crisis and the COVID-19 pandemic.

Keywords: professional self-determination, professional orientations, mentality, unemployed, self-employed, optimism, pandemic, economic crisis.

Psychological research of the COVID-19 pandemic (based on the materials of English-language articles indexed in WoS)

K. B. Zuev

The article presents an overview of English-language publications from the bibliometric database Web of Science core collection. The total volume of articles, their type, and citation are analyzed. The 25 most cited publications are divided into three blocks: diagnostic methods, review and problem-oriented articles, and empirical studies. It is shown that the main problems of the articles are clinical manifestations and ways to combat them, as well as the influence of economic factors on the population, the role of the media in the context of a pandemic etc. Outside of the most cited articles are such areas as research on chemical addictions, gerontology, research in the field of neuroscience and oncology, which are presented in the stream of publications on the psychological consequences of the pandemic.

Аннотации

Changes in publishing practices are analyzed. It is shown that articles are mostly published promptly and placed in the open access. The possible risks of these changes are indicated.

Keywords: COVID-19, psychological consequences of the pandemic, stress, PTSD, diagnostic techniques.

Сведения об авторах

Алдашева Айгуль Абдулхаевна – доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии ФГБУН «Институт психологии РАН», aigulmama@mail.ru.

Баканов Арсений Сергеевич – кандидат технических наук, научный сотрудник лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии ФГБУН «Институт психологии РАН», arsb2000@pochta.ru.

Банникова Елена Александровна – магистр социально-психологических наук, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», bannikova.len@gmail.com.

Баранова Виктория Анатольевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, bva06@mail.ru.

Бойко Ольга Михайловна – научный сотрудник отдела медицинской психологии, ФГБНУ «Научный центр психического здоровья», olga.m.boyko@gmail.com.

Быховец Юлия Васильевна – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник ФГБУН «Институт психологии РАН», bykhovets@yandex.ru.

Воробьева Анастасия Евгеньевна – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории социальной и экономической психологии ФГБУН «Институт психологии РАН», aevorobieva@yandex.ru.

Сведения об авторах

Воронцова Оксана Юрьевна – научный сотрудник отдела медицинской психологии, ФГБНУ «Научный центр психического здоровья» (ФГБНУ НЦПЗ), okvorontsova@inbox.ru.

Дейнека Ольга Сергеевна – доктор психологических наук, исполняющая обязанности заведующего кафедрой политической психологии Санкт-Петербургского государственного университета, osdeyneka@yandex.ru.

Дробышева Мария Михайловна – ведущий психолог службы применения пожарно-спасательных сил Департамента по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности; соискатель лаборатории истории психологии и исторической психологии ФГБНУ «Институт психологии РАН», mmdrob@mail.ru.

Егорова Полина Ивановна – студентка факультета психологии Государственного академического университета гуманитарных наук, polina.egorova2102@gmail.com.

Ениколопов Сергей Николаевич – кандидат психологических наук, доцент, заведующий отделом медицинской психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья», enikolopov@mail.ru.

Журавлев Анатолий Лактионович – академик РАН, профессор, научный руководитель ФГБНУ «Институт психологии РАН», alzhuravlev2018@yandex.ru.

Забелина Екатерина Вячеславовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры специальной и клинической психологии Челябинского государственного университета, katya_k@mail.ru.

Зеленова Марина Евгеньевна – кандидат психологических наук, научный сотрудник лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии ФГБНУ «Институт психологии РАН», mzelenova@mail.ru.

Зуев Константин Борисович – научный сотрудник лаборатории истории психологии и исторической психологии, лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии ФГБНУ «Институт психологии РАН», konstantin.zyev@gmail.com.

Ищук Аурика Николаевна – аспирант кафедры социальной психологии факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, aurika46@inbox.ru.

Казьмина Ольга Юрьевна – кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник отдела медицинской психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья», kazminaolga@mail.ru.

Китова Джульетта Альбертовна – доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник лаборатории истории психологии и исторической психологии ФГБУН «Институт психологии РАН», j-kitova@yandex.ru.

Коган-Лернер Лина Борисовна – доцент Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики», kogan@list.ru.

Магомед-Эминов Мадрудин Шамсудинович – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологической помощи и ресоциализации факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, m_sh_m@mail.ru.

Маховская Ольга Ивановна – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории психологии и психофизиологии творчества ФГБУН «Институт психологии РАН», mahovskayaoi@ipran.ru.

Медведева Татьяна Игоревна – научный сотрудник отдела медицинской психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья», medvedeva.ti@gmail.com.

Нестик Тимофей Александрович – доктор психологических наук, профессор РАН, заведующий лабораторией социальной и экономической психологии, ФГБУН «Институт психологии РАН», nestik@gmail.com.

Рассказова Елена Игоревна – кандидат психологических наук, доцент кафедры нейро- и патопсихологии факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, e. i. rasskazova@gmail.com.

Рунец Оксана Владимировна – кандидат психологических наук, научный сотрудник лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии ФГБУН «Институт психологии РАН», orunecz@gmail.com.

Савина Ольга Олеговна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологической помощи и ресоциализации факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, savindm2006@gmail.com.

Скипор София Ильинична – выпускник факультета психологии, педагогики и социологии АНО ВО «Московский гуманитарный университет», skipor.sofia@gmail.com.

Скотникова Ирина Григорьевна – доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник лаборатории психологии познаватель-

Сведения об авторах

ных процессов и математической психологии ФГБУН «Институт психологии РАН», iris236@yandex.ru.

Слободкина Евгения Александровна – аспирант кафедры социальной психологии факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, eslobodkina@gmail.com.

Солдатова Галина Уртанбековна – академик РАО, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии личности факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, soldatova.galina@gmail.com.

Татарко Александр Николаевич – доктор психологических наук, профессор департамента психологии факультета социальных наук, главный научный сотрудник Центра социокультурных исследований Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики», tatarko@yandex.ru.

Тхостов Александр Шамилевич – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой нейро- и патопсихологии факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, tkhostov@gmail.com.

Фолomeева Татьяна Владимировна – кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии факультета психологии Московского государственного университета им. М. В. Ломоносова, tfolomeeva@gmail.com.

