

# ИЗУЧЕНИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ КОРОНАВИРУСНОЙ УГРОЗЫ У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РАЗНЫХ ПОКОЛЕНИЙ

## STUDYING THE EXPERIENCE OF THE CORONAVIRUS THREAT AMONG REPRESENTATIVES OF DIFFERENT GENERATIONS

*Yu. Buzykina  
T. Semigodova*

*Summary:* The article presents the results of a study of the experience of the coronavirus threat among representatives of different age groups. Differences were found in the severity of tolerance for uncertainty, basic beliefs and affective manifestations of personality, as indicators of the experience of the coronavirus threat among representatives of the older and younger generations.

*Keywords:* experience, coronavirus threat, COVID-19, pandemic, older and younger generation.

**Бузыкина Юлия Сергеевна**

к. псих. н., доцент кафедры «Прикладная психология»,  
ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет»  
ylamart@yandex.ru

**Семигодова Татьяна Александровна**

педагог-психолог волонтерского центра «Абилимпикс»,  
ФГБОУ ВО «Пензенский государственный университет»  
semigodowa@yandex.ru

*Аннотация:* В статье представлены результаты исследования переживания коронавирусной угрозы у представителей разных возрастных групп. Обнаружены различия в выраженности толерантности к неопределенности, базовых убеждениях и аффективных проявлениях личности, как показателей переживания коронавирусной угрозы у представителей старшего и младшего поколения.

*Ключевые слова:* переживание, коронавирусная угроза, COVID-19, пандемия, старшее и младшее поколение.

Обращение к феномену переживания, страха, тревоги занимает значимое место в современных психологических исследованиях.

Понятие переживания рассматривается как процесс, направляемый осознанной целью в зависимости от «внутренних потребностей» жизнедеятельности, результатом чего является преобразование психической реальности. По мнению Ф.Е. Василюка, понятие переживания включает в себя четыре ключевых категории: стресс, фрустрация, конфликт и кризис [1].

В настоящее время очевиден тот факт, что современном обществе, как на микро-, так и на макросоциальном уровнях, происходит возрастание различных стрессогенных ситуаций и угроз, которые детерминируют личностные страхи и опасения.

За последнее время одной из таких угроз на макроуровне является пандемия COVID-19, которая охватывает все мировое сообщество. По словам главы ВОЗ Т.А. Гебреисуса, ситуация с пандемией осложняется распространением ложных слухов и новостей, которые крайне отрицательно сказываются на психологическом благополучии населения [3].

Таким образом, пандемия угрожает не только соматическому здоровью, но и влияет на психологическое состояние [2], представляет угрозу субъективному благополучию личности. В свою очередь, критическая ситу-

ация предшествует возникновению переживания.

Во время пандемии стало невозможным или затруднительным удовлетворение значимых потребностей, мотивов, стремлений и ценностей, т.е. люди оказались в ситуации переживания кризиса.

По данным зарубежных исследователей из Великобритании и Китая в период пандемии отмечается резкий рост уровня стресса и тревожно-депрессивной симптоматики [3, 4]. Данная тенденция может включать обширный спектр проблем психического и психологического здоровья, как на эмоциональном (гнев, страх перед болезнью, тревожные расстройства, депрессии), так и на поведенческом уровнях (социальная изоляция, повышенное употребление психоактивных веществ, соматизация, дестабилизация психического здоровья в виде посттравматического стрессового расстройства и др.) [1]

Проблема изучения влияния коронавирусной угрозы на психологическое состояние представителей разных поколений обусловлена недостатком эмпирических исследований данной предметной области. В связи с этим, с помощью онлайн-опроса было проведено эмпирическое исследование показателей переживания коронавирусной угрозы у представителей разных поколений.

Выборку исследования составили 63 человека (33 человека в возрасте 18-25 лет и 30 человек в возрасте

45-54 лет).

В качестве основного метода был использован констатирующий эксперимент с применением следующих методик: «Шкала базовых убеждений» (Р. Янов-Бульман в адаптации О. Кравцовой); опросник «Толерантность к неопределенности» (Т.В. Корнилова); «Интегративный тест тревожности» (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман); методика «Шкала депрессии Бека» и анкета социальной активности в период пандемии.

По результатам анкеты можно сказать, что, независимо от возраста, около 42% испытуемых не чувствуют изменений в связи с пандемией COVID-19, 36% испытывают беспокойство за свое здоровье и здоровье своих близких.

По характеру занятости 72% испытуемых младшего поколения и 76% старшего поколения ответили, что пандемия COVID-19 никак не повлияла на их занятость, при этом 33% испытуемых младшего поколения перешли на самозанятость, т.к. занимались продвижением аккаунтов компаний в социальных сетях, оформляли сайты, вели частные консультации.

Относительно расходов 63% представителей младшего поколения считают, что они хорошо обеспечены и могут делать дорогие приобретения. 70% испытуемых старшего поколения считают, что средств хватает только на самое необходимое и совершать дорогие покупки в период пандемии они не могут. Разница в ответах может быть обусловлена отношением старшего и младшего поколения к материальным ценностям, т.к. представители старшего поколения имеют опыт переживания кризисов в стране, связанных с нехваткой материальных ресурсов, продуктов питания и т.п. В то время, как представители младшего поколения распоряжаются своими средствами иначе.

Относительно передвижения, 27% испытуемых младшего поколения и 13% испытуемых старшего поколения ответили, что отказались от отдыха за пределами страны. Большинство опрошенных ответили, что пандемия никак не повлияла на их мобильность.

Относительно взаимодействия с членами семьи, 75% представителей младшего поколения и 70% представителей старшего поколения отметили, что отношения с членами семьи не изменились. 25% представителей младшего поколения и 30% представителей старшего поколения считают, что стали больше ссориться с членами семьи.

В результате проведения методик было выявлено, что у испытуемых, независимо от возраста, выражены показатели толерантности к неопределенности и меж-

личностной интолерантности к неопределенности. Это говорит о высокой способности испытуемых работать со сложными задачами и выходить за рамки принятых ограничивающих убеждений, а также стремиться к ясности в межличностных отношениях.

Проанализировав показатели по шкале «Тревожная оценка перспектив», можно сказать, что у 54% представителей старшего поколения и 66% представителей младшего поколения данный показатель находится на среднем уровне. Так, для испытуемых свойственны страхи относительно будущего, общая озабоченность будущим на фоне повышенной эмоциональной чувствительности.

По шкале «Социальная защита» 36% представителей младшего поколения и 70% представителей старшего поколения имеют средние показатели, что может говорить о том, что испытуемым свойственно проявление тревожности в сфере социальных контактов, ощущение социальной среды, как основного источника тревожных напряжений.

Также 36% испытуемых младшего поколения имеют низкие показатели по шкале «Социальная защита», а 20% испытуемых старшего поколения – высокие результаты по данной шкале. Полученные данные могут говорить о том, что представителям старшего поколения свойственно высокое проявление тревожности в сфере социальных контактов, они могут считать социальную среду основным источником тревожных ощущений, в то время как 36% представителей младшего поколения таких переживаний не испытывают.

Данные, полученные по шкале «Общее отношение к благосклонности окружающего мира», свидетельствуют о том, что у 60% представителей младшего и 83% представителей старшего поколения преобладает убеждение, что мир полон смысла, и происходящие события вокруг не случайны, а контролируются и подчиняются законам справедливости, в мире происходит больше хороших событий, чем плохих.

Так же у испытуемых, независимо от возраста, были выявлены такие симптомы, как: подавленное настроение, проблемы со сном, тревожные мысли, апатия, меланхоличное настроение, утомляемость, стремление к социальной изолированности.

В результате математико-статистической обработки данных с помощью U-критерия Манна-Уитни были выявлены следующие значимые различия в показателях переживания коронавирусной угрозы:

— по шкале «Интолерантность» ( $U_{эмп.} = 205$  при  $p \leq 0,05$ ) представителям старшего поколения по сравнению с представителями младшего поколе-

- ния свойственно избегание неопределенности, тенденция стремления к ясности и упорядоченности во всём. Так же им свойственно стремление жить по правилам и принципам, а так же дихотомическое разделение правильных и неправильных способов действий, мнений и ценностей;
- по шкале «Справедливость мира» ( $U_{\text{эмпл.}} = 331.5$  при  $p \leq 0,05$ ) представителям старшего поколения по сравнению с представителями младшего поколения свойственно убеждение в том, что хорошие и плохие события распределяются между людьми по принципу справедливости, т.е. каждый получает то, что заслуживает;
  - различия по шкале «Общее отношение к осмысленности мира» ( $U_{\text{эмпл.}} = 0$  при  $p \leq 0,01$ ) говорят о том, что представители младшего поколения считают, что человек сам в большей мере контролирует события, чем отдает контроль внешним событиям и стечению обстоятельств;
  - представители младшего поколения более удовлетворены собой, своими убеждениями и качествами, чем представители старшего поколения ( $U_{\text{эмпл.}} = 30$  при  $p \leq 0,01$ );
  - различия по шкале «Эмоциональный дискомфорт» ( $U_{\text{эмпл.}} = 260$  при  $p \leq 0,01$ ) говорят о том, что у представителей старшего поколения по сравнению с представителями младшего поколения преобладают такие черты, как сниженный эмоциональный фон, неудовлетворенность жизненной ситуацией, которые могут проявляться в виде эмоциональной напряженности и чувствительности к происходящим событиям;
  - по шкале «Астенический компонент тревожности» ( $U_{\text{эмпл.}} = 369$  при  $p \leq 0,01$ ) у представителей младшего поколения более выражены такие реакции, как усталость, расстройство сна, вялость, пассивность и быстрая утомляемость;
  - различия по шкале «Фобический компонент» ( $U_{\text{эмпл.}} = 365$  при  $p \leq 0,01$ ) говорят о том, что у представителей младшего поколения преобладают

необъяснимые страхи, которые могут возрастать в зависимости от обострения внешней ситуации;

- различия по шкале «Общая тревожность» ( $U_{\text{эмпл.}} = 189$  при  $p \leq 0,01$ ) свидетельствуют о том, что у представителей младшего поколения по сравнению с представителями старшего поколения более выражено ощущение опасности, тревоги по поводу будущего, неуверенность в собственных силах.

Таким образом, можно сказать, что у представителей разных поколений существуют различия в следующих показателях переживания коронавирусной угрозы: толерантность к неопределенности, базовые убеждения и аффективные проявления личности.

Так, представителям старшего поколения по сравнению с представителями младшего поколения более свойственно избегание неопределенности и стремление к упорядоченности, убеждение в том, что происходящие события распределяются между людьми по принципу справедливости. Также они в большей степени ощущают эмоциональный дискомфорт и неудовлетворенность жизненной ситуацией, вызванной пандемией.

Представители младшего поколения в большей степени удовлетворены собой, считают, что человек сам в большей мере контролирует происходящие события, чем отдает контроль внешним событиям и стечению обстоятельств. Однако, в условиях пандемии у представителей младшего поколения более выражено ощущение опасности и тревоги по поводу своего будущего, неуверенность в собственных силах, расстройство сна, вялость, пассивность, необъяснимые страхи, возрастающие в зависимости от обострения внешней ситуации.

Полученные данные могут быть использованы в работе психологов по разработке направлений психологической профилактики и консультирования различных групп людей, оказавшихся наиболее уязвимыми к переживанию кризисной ситуации.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Василюк Ф.Е. Личность и переживание в контексте экспериментальной психотерапии / Ф.Е. Василюк, Т.Д. Карягина // Консультативная психология и психотерапия. – 2017. – Т. 25. – № 3. – С. 11-32.
2. Шабанова Т.Л. Специфика изменений эмоциональной сферы у лиц пожилого возраста / Т.Л. Шабанова, И.В. Наумова // Перспективы науки и образования. – 2018. – №3. – С. 287-291.
3. Холодова Ю.Б. особенности переживания тревоги в период пандемии COVID-19 представителями разных возрастных групп / Ю.Б. Холодова // International journal of medicine and psychology. – 2020. – Т. 3. – № 2. – С. 114-117.
4. COVID-19 psychological research consortium. Initial research findings of COVID-19 and mental health in UK [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/covid-19> (дата обращения: 14.05.2022).

© Бузыкина Юлия Сергеевна (ylamart@yandex.ru), Семигодова Татьяна Александровна (semigodowa@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»