

УДК 316.654

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПАНДЕМИИ COVID-19: РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА РОССИЙСКИХ ПСИХОЛОГОВ¹⁾

© 2020 г. Д. В. Ушаков^{1,*}, А. В. Юревич^{1,**}, Т. А. Нестик^{1,***}, М. А. Юревич^{2,****}

¹ФГБУН Институт психологии РАН;

129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13, Россия.

²ФГБОУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»;

125993, г. Москва, Ленинградский пр-т, д. 51/1, Россия.

* Академик РАН, доктор психологических наук, директор Института психологии РАН.

** Член-корреспондент РАН, доктор психологических наук, профессор, заместитель директора Института психологии РАН, заведующий лабораторией психологии личности.

E-mail: av.yurevich@mail.ru

*** Доктор психологических наук, профессор РАН, зав. лабораторией социальной и экономической психологии.

E-mail: nestik@gmail.com

**** Научный сотрудник Центра макроэкономических исследований.

Поступила 10.06.2020

Аннотация. Представлены результаты экспертного опроса психологов-исследователей ($N = 152$) и психологов-практиков ($N = 181$), посвященного социально-психологическим аспектам пандемии COVID-19. Рассмотрены психологические последствия пандемии коронавируса для личности, межличностных отношений и общества в целом. Участники опроса прогнозируют, с одной стороны, рост сознательности личности в различных областях жизнедеятельности, повышение значимости семьи и дружеских отношений. С другой стороны, они ожидают снижения доверия к людям и социальным институтам, роста воспринимаемого неравенства и межгрупповой напряженности, а также массовую психологическую травматизацию. Эксперты обращают внимание на необходимость перехода от нагнетания страха по поводу коронавируса к спасению экономики, диалогу власти с гражданами, к опоре на доверие, социальную ответственность и заботу о близких, к расширению мер экономической и психологической помощи населению. Намечены перспективные направления исследований социально-психологических последствий пандемии.

Ключевые слова: пандемия, коронавирус, риски, COVID-19, социально-психологические последствия, будущее, макропсихология.

DOI: 10.31857/S020595920011074-7

По меткому замечанию В.В. Путина, сейчас (статья написана в июне 2020 г. — *Примеч. ред.*) все население России превратилось в профессиональных вирусологов. К этому можно добавить, что и в профессиональных специалистов по психологическому контексту распространения коронавируса. Мало кто не судит об этом контексте, в чем нет ничего плохого, ведь это говорит о приверженности россиян традиции глубоко осмысливать происходящее без каких-либо профессиональных ограничений.

В сложившихся условиях представляет интерес экспликация представлений профессиональных психологов о социально-психологическом контексте ситуации, когда эффектная языковая конструкция COVID-19 стала одним из символов нового испытания для человечества, а роман Г. Уэллса «Война миров», где земные вирусы изображены как лояльные человечеству, оказался приукрашиванием их лояльности.

С этой целью Институтом психологии РАН был проведен экспертный онлайн-опрос российских психологов. Его первая волна в апреле 2020 г. охватила 152 респондента, которые ответили на 22 вопроса о социально-психологических условиях и последствиях распространения коронавирусной

¹⁾ Исследование выполнено при поддержке Российского научного фонда, проект № 17-78-30035 «Психологические факторы экономической и социальной конкурентоспособности России».

инфекции в нашей стране и в мире. К участию в опросе были приглашены авторы статей, опубликованных в “Психологическом журнале” и “Вопросах психологии” с 2014 по 2020 г. Вторая волна опроса была проведена в мае 2020 г. при поддержке редакции “Психологической газеты”, его участниками стали 181 дипломированный практический психолог (среди них 14% — кандидаты наук, 75% — с опытом психологического консультирования от 5 лет и более). Во второй волне респондентам предлагались только вопросы, связанные с последствиями пандемии и мерами, которые необходимы для их преодоления.

Среди психологов-исследователей на вопрос *“Как бы Вы оценили взаимодействие разных стран в борьбе с этой инфекцией?”* почти никто (0.7%) не дал ответ “как образцовое”, в то время как 47.4% оценили его как недостаточное, 27.0% — как удовлетворительное и 9.2% затруднились ответить. Таким образом, налицо неудовлетворенность почти половины опрошенных организацией международного взаимодействия в сдерживании эпидемии, очевидно, подогреваемое политизированным контекстом освещения этой проблемы в нашей стране (мы “хорошие”: дальновидные, предпринимающие предупредительные меры и т.д., они “плохие”: жертвующие жизнью человека в угоду политическим и экономическим интересам и т.п.).

Вопрос *“Уделяет ли современный мир коронавирусу больше внимания, чем нужно?”* показал: 44.4% опрошенных докторов и кандидатов психологических наук согласились с тем, что эта проблема привлекает адекватное внимание, но 27.2% высказалось за то, что она искусственно раздута, при 15.9% посчитавших ее недооцененной и 12.6% затруднившихся ответить. Видимо, непоследовательность власти — то ужесточение ею антивирусных мер, то их ослабление — находит выражение и в экспертной среде. Как и выделение двух аспектов кризиса: медицинского и социально-экономического, находящихся между собой в реципрокных отношениях. В частности, первостепенное внимание к его медицинской стороне² некоторыми экспертами воспринимается как неадекватное и препятствующее нахождению правильных экономических решений.

На вопрос *“Имеет ли эпидемия коронавируса естественное происхождение или она порождена действиями человека?”* наиболее существенная часть опрошенных (44.4%) склонилась к синтетической

версии, выбрав вариант ответа “В ней есть и то, и другое”. При этом количество считающих ее обусловленной естественными причинами (26.5%) оказалось большим, нежели количество сторонников ее порождения человеческими действиями (15.9%), 13.2% затруднились ответить. Этот результат отражает сложный характер восприятия эпидемии, в происхождении которой до сих пор много непонятого, и тот факт, что ответ на данный вопрос мы, возможно, никогда не узнаем, будет замещаться политическими инсинуациями.

На вопрос *“Удовлетворены ли Вы действиями российской власти по сдерживанию эпидемии коронавируса?”* большинство респондентов (52.3%) дали в целом лояльный власти ответ о том, что в основном удовлетворены. Активно лояльные составляют 4.6% опрошенных, в целом неудовлетворенные — 21.9%, затруднившиеся дать ответ — 6.0%. Вероятно, неясность того, что надо делать, как и в целом разумный характер поведения нашей власти, несмотря на ее отдельные промахи (вроде проверки пропусков при входе в метро), дают о себе знать. Говоря о мерах сдерживания эпидемии, эксперты-исследователи высказались в основном за обеспечение поддержки экономики (13.7% респондентов), а также за приведение режима чрезвычайной ситуации в соответствие с законодательством, что позволило бы гражданам и предприятиям рассчитывать на экономическую поддержку (12.6%). По мнению экспертов, государство в большей мере должно заниматься организацией материальной и психологической помощи населению, в первую очередь медицинским работникам, людям, потерявшим работу, а также обеспечивать продуктами и медикаментами тех людей, которые входят в группу риска и должны находиться в состоянии полной изоляции. Было предложено также ужесточить наказание за нарушение карантина (12.6%), но при этом обеспечить граждан средствами индивидуальной защиты, постоянно вести разъяснительную работу и открыто информировать о реальном положении дел, стимулировать взаимопомощь и волонтерские проекты, перейти от нагнетания тревоги к диалогу с гражданами, а также использовать позитивные стимулы соблюдения правил предосторожности, поощряя за нахождение дома, демонстрируя доверие к гражданам и уважение к человеческому достоинству. Обращали внимание на необходимость открыть парки для занятий спортом и прогулок, чтобы снизить вероятность и остроту психосоматических реакций, сердечно-сосудистых заболеваний. Подчеркивалась необходимость системных и скоординированных действий органов власти, пресечения попыток использовать ситуацию для борьбы за власть. Целый ряд

² Для сравнения: ежегодно умирает порядка 2 млн россиян, а эпидемия холеры, от которой Пушкин скрывался в Болдине, унесла жизнь около 200 тыс. наших сограждан.

мер был предложен для формирования долгосрочно ориентированной государственной политики, которая призвана повысить устойчивость российского общества к эпидемической угрозе: массовое и бесплатное тестирование населения на вирусное заболевание, прогнозирование развития ситуации с учетом зарубежного опыта, разукрупнение городов, широкое использование дистанционных форм работы, финансирование медицины и усиление научного потенциала страны.

Эксперты предложили *рекомендации средствам массовой информации и блогерам по освещению эпидемии и ее последствий*. В первую очередь необходимо прекратить нагнетание тревоги (44.8%) и сосредоточиться на четких рекомендациях и статистике (19%), хорошо проверенной информации (16.2%) и чаще предоставлять слово экспертам: вирусологам, экономистам, психологам (11.4%). По мнению опрошенных нами психологов-исследователей, средствам массовой информации (СМИ) следует больше обсуждать будущее и расширить контент, не связанный с коронавирусом и вызывающий позитивные эмоции. Для предотвращения стигматизации и повышения чувства контролируемости угрозы рекомендуется информировать аудиторию об успешном опыте излечения, индивидуальной профилактики, публиковать интервью с теми, кто болен или выздоровел, касающиеся причин и источников вирусной инфекции и т.п. Было предложено сконцентрировать внимание на психологической и юридической помощи населению, а также поддерживать сопереживание, в том числе посредством распространения информации о людях, нуждающихся в помощи.

Поведение наших сограждан по выполнению предписаний/рекомендаций власти в связи с коронавирусом подавляющее большинство экспертов-исследователей (68.0%) оценили как посредственное. Его крайние оценки — как образцовое (8% ответов) и очень плохое (16.7%) — занимают более скромные места, как и вариант “Затрудняюсь ответить” (7.3%). Очевидно, в сочетании с ответами на предыдущий вопрос это говорит о том, что традиционное представление о плохой власти и хорошем народе в России не получает подтверждения в восприятии экспертов-психологов.

Оценивая *чувства, которые испытывают наши сограждане по поводу эпидемии*, эксперты отметили прежде всего страх (69%), злость (58.9%) и тревогу (51.9%). В числе наиболее распространенных среди россиян переживаний представители психологического сообщества назвали чувство растерянности, отчаяние, панику и депрессию. Позитивные переживания, которые могли бы свидетельствовать

о конструктивных стратегиях совладания, — интерес, надежда, благодарность, юмор, радость, сопереживание другим составили в общей сложности только 6.8% от полученных нами ответов.

Учитывая картину переживаемых россиянами эмоциональных состояний, которую нарисовали эксперты, предложенные *меры психологического воздействия на население* вполне ожидаемо оказались сконцентрированными на преодолении тревоги и страха (см. приложение, табл. 1). Рекомендуется избегать запугивания и угроз, прекратить поток негативной информации в СМИ (27.2% респондентов), проводить разъяснительную работу (25%), информировать о мерах поддержки граждан (21.7%), а также организовать оказание психологической помощи населению: горячие линии, специальные отделения дистанционной работы для предотвращения неврозов и т.п. (14.1%). Эксперты советуют поддерживать сопереживание и сплочение, гражданские инициативы, говорить о героизме врачей и примерах эффективности социально ответственного поведения. Было предложено расширить число новостных сюжетов и программ, не связанных с коронавирусом, выходить на контакт с населением по интересующим его вопросам, предоставлять больше информации, позволяющей людям строить планы. Учитывая беспрецедентные масштабы психологической травматизации населения, рекомендуется развивать психологическую грамотность и навыки самопомощи (проведение бесплатных вебинаров, передач и занятий по обучению навыкам психологической самопомощи, создание поддерживающих психологических программ на телевидении и т.п.), а также предпринимать превентивные меры по снижению агрессии (создать специализированную психологическую службу для управления паникой, агрессией, направить энергию людей в конструктивное русло, запустить рекламу образа человека, погруженного в саморазвитие и помощь людям).

Эти рекомендации поддерживают и практические психологи, участвовавшие во второй волне опроса (см. приложение, табл. 6). Большинство из них считают, что необходимо организовать оказание дистанционной психологической помощи населению (68.5% опрошенных), прекратить нагнетать тревогу и страхи в СМИ (66.3%), развивать психологическую грамотность и навыки самопомощи (55.3%).

Оценивая *вероятную продолжительность этой эпидемии*, большинство экспертов разделяет умеренно оптимистическую позицию: 66.9% считают, что она в основном закончится через несколько месяцев. Меньшая доля опрошенных убеждена

в большей краткости (считают, что она в основном закончится через несколько недель — 13.9% респондентов) и большей длительности (4.6% ответили, что она в основном закончится через несколько лет). Однако обращает на себя внимание изрядная доля тех, кто считает, что она вообще не закончится (тоже 4.6%).

На вопрос о том, как *долго будут сказываться психологические последствия эпидемии коронавируса*, 51.7% экспертов-исследователей, участвовавших в первой волне опроса, ответили, что ее последствия будут давать о себе знать в течение нескольких лет, 30.2% — нескольких месяцев, 7.4% — нескольких десятков лет, а 6.0% высказались за то, что ее психологические последствия всегда будут сказываться (4.7% опрошенных затруднились с ответом). Среди практических психологов, участвовавших во второй волне опроса, 53.2% считают, что более 50% россиян будут нуждаться в психологической помощи в связи с последствиями пандемии в ближайшие месяцы, и 54.4% считают, что таких людей будет более 50% в 2021 г.

Очевидно, психологические последствия этой эпидемии, по мнению экспертов, намного превосходят ее “физическую” длительность, а в сочетании с их ответом на предыдущий вопрос ответы на этот свидетельствуют об их видении серьезного характера этих последствий.

Отвечая на следующий вопрос о том, *почему человечество оказалось не готово к эпидемии*³, 49% психологов-исследователей констатировали, что к этой эпидемии и нельзя было подготовиться, однако 39.6% отметили, что неготовность к ней человечества была обусловлена стратегическими просчетами (11.4% затруднились с ответом). Таким образом, преобладает отношение к эпидемии как к фатальному событию, которого нельзя было избежать, хотя достаточно выражена и другая точка зрения.

Довольно неожиданными оказались ответы респондентов первой волны онлайн-опроса на вопрос о том, *есть ли что-то положительное в эпидемии*. 64% ответили, что есть (!), и только 28.7% усматривают в ней сугубо отрицательный смысл (7.3% затруднились ответить). Видимо, как и всякий кризис, эпидемия коронавируса, по мнению опрошенных психологов, несет в себе не только разрушительное, но и созидательное начало.

³ В формулировке вопроса была заложена определенная позиция — констатация неготовности человечества к эпидемии коронавируса, как выяснилось в результате опроса, разделявшаяся всеми без исключения респондентами.

На вопрос “*Верите ли Вы, что эта эпидемия — лишь репетиция в преддверии распространения более страшной болезни?*” большинство опрошенных дали оптимистический ответ “Нет, не верю”. Количество пессимистов, верящих в такую возможность, значительно уступает (9.9%), зато весьма велико количество затруднившихся дать определенный ответ (27.2%).

Ответы на следующие вопросы анкеты свидетельствуют о том, что, по мнению опрошенных, пандемия будет иметь длительное последствие. На вопрос “*Окажет ли эпидемия коронавируса какое-либо влияние на современного человека?*” большинство опрошенных нами психологов-исследователей (58.3%) склонилось к тому, что окажет, 27.8% ответили, что нет и он останется прежним, и 13.9% затруднились ответить. Близкий характер имеют ответы на этот вопрос применительно к российскому человеку: 55.3% считают, что она повлияет на него, 30.7% не прогнозируют такого влияния и 14% затруднились дать ответ.

На вопрос “*Повлияет ли она как-либо на отношения между людьми в современном мире?*” распределение ответов почти такое же: 61.6% считают, что повлияет, 30.5% полагают это очень маловероятным и 7.9% затруднились дать ответ. По поводу влияния эпидемии на взаимоотношения людей в нашей стране ответы похожие, но доля уверенных в том, что влияние будет выраженным, меньше (50.3%), а затруднившихся с ответом больше (16.6%). Наблюдается вроде бы парадоксальная ситуация: в своих согражданах эксперты уверены меньше, чем в мировом сообществе. Впрочем, она хорошо вписывается в стереотип “В России прошлое непредсказуемо” (что уж говорить о будущем?).

Оценивая влияние пандемии на человека и общество (см. приложение, табл. 2, 3), психологи-исследователи указали прежде всего на переоценку ценностей (43.2%) и повышение осознанности личности (20.3%). Эксперты ожидают роста ценности семьи и друзей, уважения к пожилым людям, ценности живого общения, свободного перемещения и свободы в целом. Кризис, изменивший привычный образ жизни, а также вынужденная самоизоляция и почти два месяца нерабочих дней создали условия для рефлексии и обновления жизненных сценариев, корректировки Я-концепций, потребовали большей самоорганизации и дисциплинированности. В целом эксперты прогнозируют разнонаправленные психологические процессы, вызванные пандемией. С одной стороны, можно ожидать повышения грамотности населения в области медицины и большего уважения к врачам, развития цифровых компетенций и онлайн-коммуникаций,

повышения социальной ответственности, более осознанного трудового, потребительского и финансового поведения, роста потребности в инновациях и обновлении политических институтов, осознания хрупкости мира и значимости глобальных рисков (подробнее об их содержании см. [2; 4]). С другой стороны, эксперты предвидят рост тревожности и разобщенности общества, массовую психологическую травматизацию, рост агрессии, волну разводов и разрывов близких отношений, снижение доверия к социальным институтам, рост закрытости общества.

Оценки влияния эпидемии на российского человека в целом совпадают с прогнозами наших респондентов в отношении мира в целом. По мнению 42.4% опрошенных экспертов, российский человек существенно не отличается от граждан других стран и подвержен тем же психологическим механизмам. Часть экспертов выражает надежды на то, что пандемия приведет к росту осознанности в различных сферах жизни, сплоченности и политической активности населения, повышению интереса к международным отношениям и укреплению глобальной идентификации. Тем не менее большинство полученных ответов в отношении России носят пессимистический характер. Эксперты прогнозируют снижение доверия к государству, рост бедности и социального неравенства, снижение генерализованного доверия к другим людям.

Практическим психологам, участвовавшим во второй волне экспертного опроса, предлагалось оценить *направленность возможных изменений психологических характеристик российского общества в результате пандемии* по 5-балльной шкале от -2 (уровень существенно снизится) до +2 (уровень существенно возрастет). Перечень изменений был составлен с учетом ответов, полученных в первой волне опроса, а также модели макропсихологических показателей, разработанных А.В. Юревичем [5]. Как оказалось, подавляющее большинство респондентов ожидает, с одной стороны, роста ориентации на ценности здоровья, живого общения, семьи и друзей, а с другой — снижения социально-психологической устойчивости личности и психологического благополучия личности, в том числе роста тревожности и агрессии, психологической травматизации, чувства социальной несправедливости. При этом респонденты прогнозируют снижение социального оптимизма, доверия к миру, другим людям, государству и СМИ (см. приложение, табл. 5).

По мнению психологов-исследователей, эпидемия окажет *влияние и на задачи, стоящие перед российским психологическим сообществом*: 53.7%

опрошенных выбрали соответствующий вариант ответа, 32.9% ответили, что эти задачи останутся прежними, и 13.4% затруднились ответить. Поясняя свою позицию (см. приложение, табл. 4), эксперты указывали чаще всего на необходимость создания системы оказания экстренной дистантной психологической помощи (47% респондентов), разработки новых направлений исследований, связанных с поведением людей во время пандемий (40.9%), повышения практической направленности отечественных психологических исследований (24.2%), развития психологического консультирования онлайн и роста числа исследований влияния цифровизации на индивидуальные и групповые процессы, а также на развитие прикладной макропсихологии, которая позволит прогнозировать динамику психологического состояния российского общества и создавать методики воздействия на него.

Большинство психологов-практиков, участвовавших во второй волне опроса, ожидают, что: психологи станут более активно пользоваться цифровыми технологиями в своей работе (65.4% опрошенных); появятся новые подходы и методики, ориентированные на оказание психологической помощи онлайн (64.8%); станет очевидной необходимость создания общероссийской системы дистантного оказания экстренной психологической помощи (61%).

Таким образом, опрос показал, что эпидемия коронавируса существенно влияет не только на настоящее, но и на будущее психологической науки и практики, корректируя их основные задачи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Опрошенные психологи могут быть отнесены к группе экспертов во многом условно, поскольку ввиду характера новой угрозы человечеству собственно экспертов по этой теме пока нет. В то же время рассматриваемая выборка первой волны опроса, состоящая из авторов двух отечественных ведущих психологических журналов, наиболее близка к этому статусу, включая специалистов именно по психологическому аспекту эпидемии, находившемуся в центре внимания в нашем опросе. Как видно из ответов на закрытые и открытые вопросы в первой и второй волнах анкетирования, психологи-исследователи и практические психологи сходятся в оценке последствий пандемии и в представлениях о мерах, необходимых для их преодоления. В целом экспертная позиция российских психологов вполне согласуется с результатами отечественных и зарубежных эмпирических

исследований психологических последствий пандемии и других глобальных рисков [1; 3].

Обращает на себя внимание сравнительно большое количество психологов-исследователей, затруднившихся ответить на все без исключения вопросы анкеты. Это естественно с учетом сложного характера этих вопросов и отсутствия единственно правильных ответов на них. Разумеется, здесь скажется и принципиально новый характер обсуждаемой проблемы, исключающий уверенность и абсолютно правильные решения.

Государственная политика в отношении эпидемии в основном получает поддержку экспертного сообщества. Меньшую поддержку вызывает поведение наших соотечественников по выполнению предписаний и рекомендаций медиков и власти.

Большинство опрошенных нами экспертов в первой и второй волнах опроса ожидают длительных психологических последствий пандемии в виде изменений человека и отношений между людьми. Моральный императив основной части современного человечества, ставший основой заявлений политиков о том, что человеческая жизнь бесценна, наталкивается на сопротивление экономических соображений. Можно ожидать, что власть в разных странах по мере нарастания социально-экономических проблем будет переходить от спасения человека к спасению экономики, инфраструктуры и социума. В этом же направлении ее будут склонять психологические трудности самоизоляции, позиции несогласных с ней и т.д.

Интересы разных групп населения в сложившейся ситуации противоречат друг другу. Государственная политика (разных стран) выражает интересы наиболее возрастной части населения (группы риска), но не его большинства, которое переносит болезнь без симптомов. В интересах этих людей приоритетно спасение экономики. Противоречивость политики, запечатление в ней интересов меньшинства населения будут постоянно чувствоваться.

В отличие от кризиса 1990-х годов в нашей стране от нынешнего экономического кризиса пострадают преимущественно не работники государственных организаций, а представители малого и среднего бизнеса. Это вызовет намерение государства материально помогать преимущественно им, что неизбежно породит недовольство работников государственных организаций (“бизнесмены должны в любых условиях выживать сами, и им нечем помогать”).

При этом эпидемия воспринимается как содержащая в себе не только отрицательный, но и

положительный потенциал, содействие проявлению позитивных тенденций развития современного общества.

Опираясь на анализ представлений российского психологического сообщества о влиянии пандемии на человека и общество, можно наметить несколько перспективных направлений социально-психологических исследований в данной области.

Во-первых, опрошенные нами эксперты ожидают укрепления близких социальных связей и одновременно снижения генерализованного доверия к людям, роста ксенофобии и социальных фобий, веры в опасный мир. Для прояснения механизмов, которые отвечают за социальное доверие и доверие к миру в условиях глобального кризиса, требуют более пристального внимания динамика соотношения ин- и аутигруппового доверия, изменение стратегий накопления персонального социального капитала, характеристик социальной идентичности. Кроме того, необходимы исследования, проливающие свет на механизмы стигматизации заболевших, врачей, а также других социальных категорий в условиях пандемии.

Во-вторых, для планирования массовых коммуникаций в условиях пандемии чрезвычайно важным является исследование социально-психологических предпосылок соблюдения санитарно-эпидемиологических требований, в том числе соотношения таких факторов, как страх заражения, сопереживание другим, дескриптивные социальные нормы, доверие к науке, а также эффект от экономических и законодательных стимулов, поддерживающих внимание граждан к своему и чужому здоровью. С этой проблемой связана и другая: необходимость уточнения психологических механизмов, повышающих доверие к информации в условиях пандемии, факторов, влияющих на подверженность личности и группы дезинформации и вере в конспирологические теории. Учитывая скептическое отношение значительной части россиян к вакцинации, такие исследования становятся особенно важными.

В-третьих, все большее значение приобретает разработка макропсихологии кризисных ситуаций, направленной на прогнозирование динамики психологического состояния общества в условиях реализации глобальных рисков, таких как пандемии, последствия изменения климата, крупные техногенные катастрофы и экономические кризисы. Одним из перспективных направлений исследований является изучение механизмов коллективного совладания, конструирования коллективного образа будущего, динамики коллективных переживаний, жизнеспособности больших социальных групп

и др. Существенный вклад в развитие данного направления может внести анализ макропсихологических характеристик по цифровым следам интернет-пользователей, а также междисциплинарное математическое моделирование социальных и психологических последствий пандемий.

Наконец, отмеченная экспертами необходимость создания системы массовой дистантной психологической помощи населению, а также переход россиян к использованию удаленных форм работы и цифровых услуг требуют дальнейшего изучения социально-психологических механизмов формирования межличностного и внутригруппового доверия в онлайн-коммуникациях. Особенно остро эта проблема стоит в случае взаимодействия личности с представителями помогающих профессий, в том числе учителями, врачами, психотерапевтами. Кроме того, форсированный переход к использованию цифровых технологий, а также их применение государством в целях контроля над соблюдением карантина обостряют проблему технофобий и ставят задачу комплексного изучения отношения человека к новым технологиям в условиях социального пессимизма и глобальных рисков.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. 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.
2. Нестик Т.А., Журавлев А.Л. Психология глобальных рисков. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2018.
3. 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). URL: <http://soc-econom-psychology.ru/cntnt/blocks/dop-menu/archive/n2020.html> (дата обращения: 12.06.2020).
4. Психологические исследования глобальных процессов: предпосылки, тенденции, перспективы. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2018.
5. Юревич А.В. Опыт эмпирической оценки психологического состояния современного российского общества (анализ данных статистики) // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 5. С. 84–96.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE COVID-19 PANDEMIC: RESULTS OF AN EXPERT SURVEY OF RUSSIAN PSYCHOLOGISTS⁴⁾

© 2020 D. V. Ushakov^{1,*}, A. V. Yurevitch^{1,**}, T. A. Nestik^{1,***}, M. A. Yurevitch^{2,****}

¹*Institute of Psychology RAS; 129366, Moscow, Yaroslavskaya str., 13, Russia.*

²*Financial University under the Government of the Russian Federation; 125993, Moscow, Leningradskij Prospekt, 51/1, Russia.*

**Member of RAS, ScD (Psychology), Professor, Director of the Institute of Psychology RAS.*

***Corresponding Member of the RAS, ScD (Psychology), Professor, Deputy Director of the Institute of Psychology RAS.*

E-mail: a.v.yurevich@mail.ru

****ScD (Psychology), Professor of RAS, Head of the Laboratory of Social and Economic Psychology.*

E-mail: nestik@gmail.com

*****Researcher, Center for Macroeconomic Research.*

Received 10.06.2020

Abstract. The results of an expert survey of academic psychologists ($N = 152$) and practical psychologists ($N = 181$) on the socio-psychological aspects of the COVID-19 pandemic are presented. The psychological consequences of the coronavirus pandemic for the person, interpersonal relationships and society as a whole are considered. Survey participants predict, on the one hand, an increase in personal consciousness in various areas of life, an increase in the importance of family and friendship, on the other hand, they expect a decrease in confidence in people and social institutions, an increase in perceived inequality and intergroup tension, and the large-scale

⁴⁾ The study was carried out with the support of the Russian Science Foundation, project No. 17-78-30035 “Psychological factors of economic and social competitiveness in Russia”.

psychological traumatization. Experts draw attention to the need to move from the escalation of fear over coronavirus to saving the economy, dialogue between authorities and citizens, to relying on trust, social responsibility and concern for loved ones, to expanding measures of economic and psychological support to the population. Areas of further research into the socio-psychological consequences of the pandemic are outlined.

Keywords: pandemic, coronavirus, risks, COVID-19, socio-psychological consequences, future, macropsychology.

REFERENCES

1. Zhuravlev A.L., Kitova D.A. Analiz interesa naselenija k informacii o pandemii koronavirusa (na primere pol'zovatelej poiskovyh sistem interneta). *Psikhologicheskii zhurnal*. 2020. V. 41. № 4. P. 5–18. (In Russian)
2. Nestik T.A., Zhuravlev A.L. *Psihologija global'nyh riskov*. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2018. (In Russian)
3. Nestik T.A. Vlijanie pandemii COVID-19 na obshhestvo: social'no-psihologicheskij analiz. Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. *Social'naja i jekonomicheskaja psihologija*. 2020. V. 5. № 2 (18). URL: <http://socio-econom-psychology.ru/cntnt/bloks/dop-menu/archive/n2020.html> (data obrashhenija: 12.06.2020). (In Russian)
4. *Psihologicheskie issledovanija global'nyh processov: predposylki, tendencii, perspektivy*. Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2018. (In Russian)
5. Yurevich A.V. Opyt jempiricheskoy ocenki psihologicheskogo sostojanija sovremennogo rossijskogo obshhestva (analiz dannyh statistiki). *Psikhologicheskii zhurnal*. 2019. V. 40. № 5. P. 84–96. (In Russian)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Таблица 1. Распределение ответов на вопрос: “Какие меры психологического воздействия на население в связи с эпидемией коронавируса Вы могли бы порекомендовать нашей власти?” ($N = 152$, психологи-исследователи; эксперты могли указать несколько вариантов)

Ответы	N	% ответов	% респондентов
Прекратить запугивание (избегать запугивания и угроз, прекратить поток негативной информации в СМИ, проявить уважение и доверие; показывать возможные позитивные последствия преодоления кризиса и т.п.)	25	20.0	27.2
Проводить разъяснительную работу (больше конкретных рекомендаций, памятки для населения, разъяснения экспертов, повисить информированность о превентивных мерах и т.п.)	23	18.4	25.0
Информировать о мерах поддержки граждан (наделить карающие и контролирующие органы функциями оказания помощи населению; исполнение заявленных мероприятий и помощи; проявлять заботу о людях, вызывая таким образом доверие, желание сотрудничать, и т.п.)	20	16.0	21.7
Организовать оказание психологической помощи населению (горячая линия, консультативная работа с людьми для предотвращения неврозов, МСППН, специальные отделения дистанционной работы и т.п.)	13	10.4	14.1
Поддерживать сопереживание и сплочение (больше призывов к солидарности, ответственности друг за друга; поддержка гражданских инициатив; призывать к сплочению, больше говорить о героизме врачей; примеры эффективности социально ответственного поведения и т.п.)	9	7.2	9.8
Расширить число новостных сюжетов и программ, не связанных с коронавирусом (показывать кинофильмы времен Отечественной войны; ввести хроники, в которых был бы быт и жизнь наших соотечественников в разных регионах страны; никак не акцентировать внимание на эпидемии и т.п.)	7	5.6	7.6
Обеспечить двусторонние коммуникации с гражданами (диалог с населением, выходить на контакт с населением по интересующим их вопросам; чаще вступать в коммуникацию с разными слоями населения; выступления местных руководителей по городским округам о ситуации и т.п.)	6	4.8	6.5
Предоставлять больше информации, позволяющей людям строить планы (строить прогнозы будущего, где поддержка со стороны властей и взаимопомощь занимают первое место; информирование о планах на разные варианты развития событий; нужны предложения по организации новой жизни и т.п.)	5	4.0	5.4

Ответы	N	% ответов	% респондентов
Предоставить горожанам возможность совершать прогулки (необходимо разрешить людям гулять и двигаться на свежем воздухе, соблюдая дистанцию от других людей; организовать посещение центров физической активности с разумным расстоянием между людьми и т.п.)	4	3.2	4.3
Развивать психологическую грамотность и навыки самопомощи (проведение бесплатных вебинаров, передач и занятий по обучению навыкам психологической самопомощи; позаботиться о поддерживающих психологических программах на телевидении и т.п.)	4	3.2	4.3
Повысить привлекательность дистанционных способов работы (задуматься о поддержке дистанционного обучения, например бесплатный интернет, организация новых каналов взаимодействия между людьми и т.п.)	2	1.6	2.2
Признавать ошибки (признать некоторые свои ошибки, не делать вид, что все под контролем; освободить от должности чиновников, не справляющихся с борьбой с эпидемией, и информировать об этом население)	2	1.6	2.2
Предпринять превентивные меры по снижению агрессии (создать специализированную психологическую службу для управления паникой, агрессией; направить энергию людей в конструктивное русло, запустить рекламу образа человека, погруженного в саморазвитие и помощь людям; продумать способы канализации вспышек агрессии и т.п.)	2	1.6	2.2
Обеспечить гуманитарную экспертизу принимаемых решений (послушать психологов и социологов и с учетом их рекомендаций откорректировать воздействия)	1	0.8	1.1
Требовать исполнения предписаний и показывать пример самоизоляции	1	0.8	1.1
Рассказывать о конкретных случаях и истории людей, погибших от коронавируса	1	0.8	1.1
Всего	125	100.0	135.9

Таблица 2. Распределение ответов на вопрос “Какое влияние окажет эпидемия коронавируса на современного человека?” (N = 152, психологи-исследователи; эксперты могли указать несколько вариантов)

Ответы	N	% ответов	% респондентов
Переоценка ценностей и прежнего образа жизни (рост ценности семьи и друзей; уважение к пожилым людям; ценность живого общения, свободного перемещения и свободы вообще; научатся ценить те простые вещи, которые они имеют; снижение ценности статуса и денег)	32	23.5	43.2
Повышение осознанности (обновление жизненных сценариев и корректировка Я-концепций; рост уровня рефлексии; снижение гордыни; самоорганизация; дисциплинированность; изнеженность сменится более рациональной и стоической позицией и т.п.)	15	11.0	20.3
Рост тревожности (станут более тревожными и мнительными; рост тревожности и эмоционального напряжения и т.п.)	11	8.1	14.9
Развитие онлайн-коммуникаций (рост цифровых компетенций человечества; усиление информатизации и дистанционных взаимодействий и т.п.)	11	8.1	14.9
Рост грамотности населения в области медицины и уважения к врачам (внимание к своему здоровью и гигиене; узнают, как важно соблюдать меры предосторожности и делать прививки; восстановление системы здравоохранения в стране и т.п.)	9	6.6	12.2
Изменение трудового поведения и профессиональной идентичности (изменится сфера деятельности; больше свободы, исчезнет офисное просиживание за время; изменение профессий и т.п.)	6	4.4	8.1
Рост разобщенности (увеличится социальная дистанция в целом; люди будут более осторожны в контактах; разрыв социальных связей; нечестная конкуренция; будет больше агрессии и страхов в борьбе за выживание, больше конкуренции и т.п.)	6	4.4	8.1
Психологическая травматизация (трагедии потери близких и средств к существованию; больше людей с острой травмой, вовремя не получивших психологической помощи; больше ПТСР, психосоматики, обострения хронических заболеваний, алкоголизация и суициды)	6	4.4	8.1

Ответы	N	% ответов	% респондентов
Снижение доверия к социальным институтам (станут недоверчивыми; отношение к управленцам; осознание, что человек не защищен системой; еще раз убедятся в беспомощности властей и т.п.)	6	4.4	8.1
Повышение социальной ответственности (будут вести себя более ответственно, заметят, что они живут в обществе; будут более внимательны к другим; станут менее агрессивными и более ответственными; осознают свою ответственность перед природой и другими людьми и т.п.)	5	3.7	6.8
Волна разводов и разрывов близких отношений (разрушится большая часть семей, отношений)	5	3.7	6.8
Рост потребности в инновациях (шанс к изменениям как для отдельного человека или отдельных сообществ, так и для мира в целом; осознают, что нужны другие формы организации жизни, и это возможно; задумаются об изменении траектории развития общества и т.п.)	4	2.9	5.4
Изменение ценности и структуры социальных контактов	4	2.9	5.4
Рост агрессии и насилия (семейное насилие; перестанут скрывать агрессию и т.п.)	4	2.9	5.4
Рост осознанности финансового и потребительского поведения (“умное потребление”; многие будут более внимательно планировать свои финансы; финансовое планирование)	3	2.2	4.1
Рост закрытости общества (национальные особенности станут ярче, мир станет более закрытым; снизится количество передвижений по планете)	2	1.5	2.7
Изменения будут носить временный, ситуативный характер	2	1.5	2.7
Осознание значимости глобальных рисков (люди станут больше думать о глобальных проблемах, об уязвимости, хрупкости мира, займутся проблемами экологии и медицины; люди почувствуют, что они одинаковы во всем мире, что вражда между странами — наносное)	2	1.5	2.7
Усиление контроля над поведением граждан	1	0.7	1.4
Усиление эффектов групповой поляризации	1	0.7	1.4
Снижение количества отклонений в гендерной и сексуальной идентификации	1	0.7	1.4
Всего	136	100.0	183.8

Таблица 3. Распределение ответов на вопрос “Как эпидемия повлияет на отношения между людьми в современном мире?” (N = 152, психологи-исследователи; эксперты могли указать несколько вариантов)

Ответы	N	% ответов	% респондентов
Усиление процессов социальной дифференциации (ксенофобия, социальное дистанцирование; высокофункциональный аутизм станет нормой; люди боятся друг друга; рост индивидуализма; разобщение, закрытие границ; рост соперничества между странами; антиглобализация и т.п.)	38	40.4	49.4
Рост внутригруппового доверия и ценности близких отношений (взаимоотношения в семье, близком окружении станут теплее, начнут ценить близость; сблизятся близкие, отдалятся далекие и т.п.)	26	27.7	33.8
Рост межгруппового доверия и ориентации на сотрудничество в решении социальных проблем (станем друг другу ближе как в одной стране, так и в мире в целом; осознают свою тесную зависимость друг от друга; международное научное сотрудничество улучшится и т.п.)	19	20.2	24.7
Развитие социального взаимодействия онлайн	8	8.5	10.4
Изменение норм и ритуалов в сфере межличностного и внутригруппового взаимодействия	3	3.2	3.9
Всего	94	100.0	122.1

Таблица 4. Распределение ответов на вопрос “Как повлияет эпидемия коронавируса на задачи, стоящие перед российским психологическим сообществом?” ($N = 152$, психологи-исследователи; эксперты могли указать несколько вариантов)

Ответы	N	% ответов	% респондентов
Организация системы оказания экстренной дистантной психологической помощи (РПО должно заниматься бесплатным консультированием для граждан; потребность в поддержке людей в кризисных ситуациях, умение работать в короткие сроки; рост числа людей с ПТСР и т.п.)	31	32.6	47.0
Новые направления исследований, связанные с поведением людей во время пандемий	27	28.4	40.9
Повышение практической направленности отечественных психологических исследований (психологи оторвутся от своих абстракций; готовить специалистов не только по теории; поворот к задачам практики, сокращение псевдоактуальных исследований ради отчетности и т.п.)	16	16.8	24.2
Исследования влияния цифровизации на индивидуальные и групповые процессы (влияние цифровизации и уход в виртуальный мир, изменение норм психологического здоровья с учетом форсированной цифровизации общества; изучение опосредованной коммуникации и т.п.)	7	7.4	10.6
Развитие прикладной макропсихологии (психологическое прогнозирование; исследования стресса на уровне социальных процессов; социальная психология здоровья; проблемы, связанные с “психологической эпидемией”; методики массовой психологической помощи и т.п.)	7	7.4	10.6
Развитие психологического онлайн-консультирования (потребность в психотерапевтическом взаимодействии онлайн, в разработке новых онлайн-методов, в том числе для работы с детьми; необходимость сертификации ведущих психологические вебинары и т.п.)	7	7.4	10.6
Всего	74	100.0	101.4

Таблица 5. Распределение ответов на вопрос “Как изменятся перечисленные ниже психологические характеристики нашего общества в 2021 г. под влиянием пандемии и связанного с ней кризиса?” ($N = 181$, практические психологи; % респондентов)

Психологические характеристики общества	В той или иной мере снизится	Останется без изменений/трудно сказать	В той или иной мере вырастет
Ценность здоровья	1	7	92
Тревожность	5	8	87
Число депрессивных и тревожных расстройств	4	9	86
Ценность живого общения	8	7	85
Число посттравматических стрессовых расстройств	5	13	82
Ценность семьи и друзей	3	16	81
Число случаев неврологических заболеваний	3	19	77
Заболеваемость психическими расстройствами	4	20	75
Уровень агрессии	4	22	75
Доверие к волонтерским организациям	3	23	74
Число разводов	8	25	67
Чувство социальной несправедливости	7	27	66
Доверие к врачам	13	22	65
Число случаев семейного насилия	7	29	64
Доверие к психологам	4	31	64
Осознание принадлежности к человечеству, значимость глобальных проблем, интерес к жизни людей в других странах	8	29	63
Доверие к цифровым технологиям	10	29	61
Готовность к природоохранному поведению, стремление беречь природу	5	36	59
Поляризация мнений, сдвиг к крайним точкам зрения при обсуждении общественно важных проблем	6	36	59

Психологические характеристики общества	В той или иной мере снизится	Останется без изменений/трудно сказать	В той или иной мере вырастет
Организованность, самодисциплина	11	32	57
Социальная ответственность	9	34	57
Смертность от заболевания нервной системы и органов чувств	2	42	56
Число суицидов	4	40	55
Открытость к новому	13	32	54
Осознанность, уровень рефлексии	8	37	54
Доверие к ученым и науке	16	34	50
Ценность денег, материального благополучия	21	30	49
Религиозность	11	40	49
Фатализм, вера в предопределенность судьбы	7	47	46
Альтруизм	18	37	45
Критичность мышления (умение оценивать корректность, достоверность, основательность своих и чужих суждений)	13	45	42
Закрытость общества, поддержка протекционизма, антиглобализм	11	49	39
Политическая активность граждан	16	46	38
Недоверие к вакцинации, нежелание делать прививки себе и детям	28	33	38
Ксенофобия	11	52	37
Число убийств	11	53	36
Ценность демократических свобод	19	45	36
Доброжелательность	19	48	33
Межэтническая напряженность, число межнациональных конфликтов	18	51	31
Долгосрочная временная ориентация, планирование будущего	44	27	29
Число детей-сирот, оставшихся без попечения родителей (вследствие лишения тех родительских прав, признания родителей недееспособными и др.)	8	64	28
Толерантность	30	44	26
Ориентация на консервативные ценности, авторитаризм правого толка	19	58	23
Доверие к государству	57	29	14
Оптимизм в отношении будущего	50	36	13
Доверие к незнакомым людям	49	41	11
Доверие к миру	52	37	11
Доверие к СМИ	65	29	6

Таблица 6. Распределение ответов на вопрос “Какие из перечисленных рекомендаций, предложенных другими психологами, Вы в наибольшей степени поддерживаете?” ($N = 181$, практические психологи; эксперты могли выбрать 7 вариантов ответа)

Ответы	% ответивших	N ответивших
Организовать оказание психологической помощи населению (горячая линия, консультативная работа с людьми для предотвращения неврозов, специальные отделения дистанционной работы и т.п.)	68.51	124
Прекратить нагнетать тревогу и страхи в СМИ	66.30	120
Развивать психологическую грамотность и навыки самопомощи (проведение бесплатных вебинаров, передач и занятий по обучению навыкам психологической самопомощи и т.п.)	55.25	100
Предоставить горожанам возможность совершать прогулки на свежем воздухе при соблюдении физической дистанции, открыть парки	51.93	94

Ответы	% ответивших	N ответивших
Постоянно вести разъяснительную работу и открыто информировать о реальном положении дел (больше конкретных рекомендаций, памятки для населения, разъяснения экспертов и т.п.)	50.83	92
Демонстрировать уважение и доверие к гражданам	38.12	69
Поддерживать сопереживание и сплочение (поддержка солидарности, ответственности друг за друга, гражданских инициатив; больше говорить о примерах эффективности социально ответственного поведения и т.п.)	35.91	65
Бороться с дезинформацией в СМИ и социальных сетях	34.81	63
Расширить число новостных сюжетов и программ, не связанных с коронавирусом	34.25	62
Предоставлять больше информации, позволяющей людям строить планы	33.15	60
Сделать максимально доступным тестирование на коронавирус	32.04	58
Обеспечить двусторонние коммуникации властей с гражданами (регулярный диалог с людьми по интересующим их вопросам)	30.39	55
Представители власти должны признавать ошибки, не делать вид, что все под контролем	29.28	53
Более широко информировать о мерах поддержки граждан	27.62	50
Предпринять превентивные меры по снижению агрессии (создать специализированную психологическую службу для управления паникой, агрессией; направить энергию людей в конструктивное русло, запустить рекламу образа человека, погруженного в саморазвитие и помощь людям; продумать способы канализации вспышек агрессии и т.п.)	26.52	48
Повысить привлекательность дистанционных способов работы (бесплатный интернет, бесплатное обучение работе онлайн и т.п.)	24.86	45
Больше обсуждать будущее, которое наступит после пандемии	23.20	42
Использовать позитивные стимулы соблюдения правил предосторожности (увеличить количество “пряников” для тех, кто выполняет рекомендации)	22.65	41
Обеспечить гуманитарную экспертизу принимаемых решений (послушать психологов и социологов и с учетом их рекомендаций откорректировать воздействия)	18.78	34
Информировать об успешном опыте (опыт успешного излечения, индивидуальной профилактики и т.п.)	16.57	30
Ввести превентивные и долгосрочно ориентированные меры защиты от эпидемий (прогнозировать развитие ситуации, учитывая зарубежный опыт; разукрупнение городов, широкое использование дистанционных форм работы, финансирование медицины; усиление научного потенциала и т.п.)	15.47	28
Создать юридические и экономические стимулы для поддержки внимания людей к своему здоровью (ввести юридическую ответственность пациента за свое здоровье; связать сумму медицинского страхования с регулярностью обследований, связать размер выплат населению с тестированием на коронавирус и т.п.)	11.60	21
Интервью с теми, кто болен, кто выздоровел, касающиеся причин и источников вирусной инфекции	11.05	20
Ввести режим чрезвычайной ситуации в соответствии с законодательством	7.73	14
Ужесточить контроль и наказания за нарушение правил карантина	7.73	14
Передать больше полномочий регионам	7.73	14
Рассказывать конкретные случаи и истории людей, погибших от коронавируса	6.63	12
Другое (укажите)	1.66	3