

ВОСПРИЯТИЕ БУДУЩЕГО ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19 — ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ

**Бойко О.М.¹, Медведева Т.И.², Ениколопов С.Н.³, Воронцова О.Ю.⁴,
Казьмина О.Ю.⁵**

¹ Бойко Ольга Михайловна

клинический психолог, научный сотрудник отдела медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: olga.m.boyko@gmail.com

² Медведева Татьяна Игоревна

клинический психолог, научный сотрудник отдела медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: medvedeva.ti@gmail.com

³ Ениколопов Сергей Николаевич

кандидат психологических наук, заведующий отделом медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: enikolopov@mail.ru

⁴ Воронцова Оксана Юрьевна

клинический психолог, научный сотрудник отдела медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: okvorontsova@inbox.ru

⁵ Казьмина Ольга Юрьевна

кандидат психологических наук, клинический психолог, ведущий научный сотрудник отдела медицинской психологии; федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Научный центр психического здоровья», Каширское шоссе, 34, Москва, 115522, Россия. Тел.: 8 (495) 109-03-93.

E-mail: kazminaolga@mail.ru

Аннотация. Высокий стрессовый потенциал пандемии COVID-19 способен приводить к отсроченным негативным последствиям. Восприятие будущего — один из показателей психического состояния человека и его реакции на стрессовое воздействие. Гендер является одним из значимых факторов реакции на стресс. Материалы: с использованием интернет-опроса было набрано 908 ответов респондентов, из них 138 мужчин и 770 женщин. Методы. Восприятие будущего оценивалось по ответу на вопрос «Есть ли у вас ощущение, что будущее безнадежно» с оценкой по шкале Лайкерта от 0 до 4. Уровень стресса оценивался по шкале GSI методики SCL-90-R, особенности мышления, обуславливающие реакцию человека на стресс, методикой «Опросник конструктивного мышления (СТИ S. Epshtein)». Для оценки динамики данные были разделены на 3 периода, в соответствии с характером противозидемических мер. В полученных результатах отмечаются значимые корреляции между уровнем ощущения безнадежности будущего и уровнем стресса. Динамика отношения к будущему различается у мужчин и женщин: у мужчин снятие ограничений сопровождается снижением ощущения безнадежности будущего, а у женщин — усугублением переживания будущего как безнадежного. Различия в уровне и динамике ощущения безнадежности могут объясняться гендерными различиями в мышлении, которое связано с реакцией на стресс и с гендерной спецификой социальной ситуации.

Ключевые слова: COVID-19; SARS-COV-19; восприятие будущего; гендер; стресс; SCL-90-R.

УДК 159.937.53:614.451:316.472

Библиографическая ссылка

Восприятие будущего во время пандемии COVID-19 — гендерный аспект / О.М. Бойко, Т.И. Медведева, С.Н. Ениколопов [и др.]// Медицинская психология в России. – 2021. – Т. 13, № 4. – С. 1. doi: 10.24412/2219-8245-2021-4-1

Поступила в редакцию: 20.04.2021 Прошла рецензирование: 15.05.2021 Опубликовано: 01.07.2021

Характер реакции на долгосрочную стрессовую ситуацию различается в том числе в зависимости от гендера человека. Это связано с физиологическими особенностями, особенностями воспитания и с культурными традициями конкретного общества. Высокий стрессовый потенциал пандемии COVID-19 складывается из угрозы заражения потенциально смертельно опасным заболеванием, неопределенных и потенциально инвалидизирующих последствий заболевания, возможности самому стать источником опасности для других людей [10], переживания за себя и близких, боязни траура в случае потерь [9], а также обусловлен спецификой самой опасности: ее невидимостью, неопределенной контагиозностью, неизвестной длительностью. Вклад в создаваемый пандемией стресс вносят и противоэпидемические меры, направленные на прерывание цепочек распространения вируса: карантины, ограничения в социальной активности, затрудняющие привычные способы обмена социальной поддержкой, проведения досуга, отреагирования переживаний, снятия стресса [6], что способствует созданию и накоплению психического напряжения [1]. Одновременно с этим эпидемия и противоэпидемические меры пагубно отразились на ряде сфер деятельности (таких как сфера обслуживания, досуга, искусства), ухудшив материальное положение людей, которые в них заняты, что также является сильным стрессогенным фактором.

Всё это может мешать человеку «вообразить хорошее будущее», что является одной из важных стратегий совладания со стрессом [11]. Дворянчиков и Ениколопов показали, что стрессогенность воздействия усиливается при негативной субъективной оценке перспективы [3].

Одним из важных последствий долгосрочного пребывания в стрессовой ситуации, сопряженной с ощущением бессилия, является выученная беспомощность — ощущение невозможности что-то изменить, неверие в свои силы, трудности с планированием и поэтапным решением встающих перед человеком сложностей. Одновременное переживание травматического воздействия пандемии большим количеством человек способно приводить к трудностям с оплакиванием потерь и блокировать обращения за эмоциональной поддержкой и профессиональной помощью [9].

Все это может иметь серьезные отсроченные негативные последствия как для каждого конкретного человека, так и для общества в целом, что и определяет важность исследования субъективного восприятия будущего и индивидуально психологических переменных, влияющих на него, в период пандемии COVID-19.

Целью исследования стало изучение гендерных различий в восприятии будущего во время пандемии COVID-19.

Материалы и методы

Материалом для исследования явились данные анонимного интернет-опроса, проведенного с 22 марта по 22 июня 2020 года с использованием google-forms. Опрос включал в себя блок социодемографических вопросов и вопрос «Есть ли у вас ощущение, что будущее безнадежно». Выбор ответа оценивался по шкале Лайкерта от 0 до 4. Использовались опросники:

Симптоматический опросник SCL-90-R (Symptom Check List-90-Revised) [5; 7];

Опросник конструктивного мышления CTI (Constructive Thinking Inventory), предложенный S.Epstein [8]. Русскоязычная адаптация — Опросник конструктивного мышления «ОКМ97» [4].

Для статистического анализа использовалась программа SPSS.

В исследовании приняли участие 908 человек, из них 138 мужчин и 770 женщин.

Результаты

Для оценки динамики психопатологической симптоматики и восприятия будущего были выделены 3 периода времени, связанные с изменением мер противодействия пандемии в России:

- ✓ 22 марта — 30 марта (220 человек) — до введения официальных ограничительных мер;
- ✓ 31 марта — 12 мая (495 человек) — режим самоизоляции;
- ✓ 12 мая — 22 июня (193 человека) — ослабление и постепенная отмена ограничений.

Социодемографические характеристики выборки приведены в таблице 1. В выборке преобладали женщины, что может быть объяснено гендерными различиями: женщины охотнее соглашались принять участие в опросе. По остальным параметрам группы были уравнены.

Таблица 1

Социодемографические характеристики групп

	Всего	22.03.20 — 30.03.20	31.03. 20 — 12.05.20	12.05. 20 — 22.06.20	Различия между группами
	N = 908	220	495	193	
Пол					p = 0,182
мужчины	138 (15,2%)	27 (12,3%)	85 (17,2%)	26 (13,5%)	
женщины	770 (84,8%)	193 (87,7%)	410 (82,8%)	167 (86,5%)	
Возраст	40,848 ± 11,8	40,4 ± 11,3	41,3 ± 12,2	40,8 ± 11,6	p = 0,393
Уровень образования					p = 0,022
среднее	85 (9,4%)	13 (5,9%)	45 (9,1%)	27 (14,0%)	
высшее	707 (77,9%)	177 (80,5%)	380 (76,8%)	150 (77,7%)	
уч. степень	116 (12,8%)	30 (13,6%)	70 (14,1%)	16 (8,3%)	

Примечания: для сравнения групп по возрасту использовался метод ANOVA с коррекцией Борферони, для параметров, выраженных в дихотомической шкале, критерий Хи-квадрат.

Анализ показал, что в разгар пандемии восприятие будущего мужчинами и женщинами было одинаково (апрель и первая половина мая 2020 года), а при снятии ограничений у женщин сохраняется восприятие будущего как безнадежного (рис. 1).

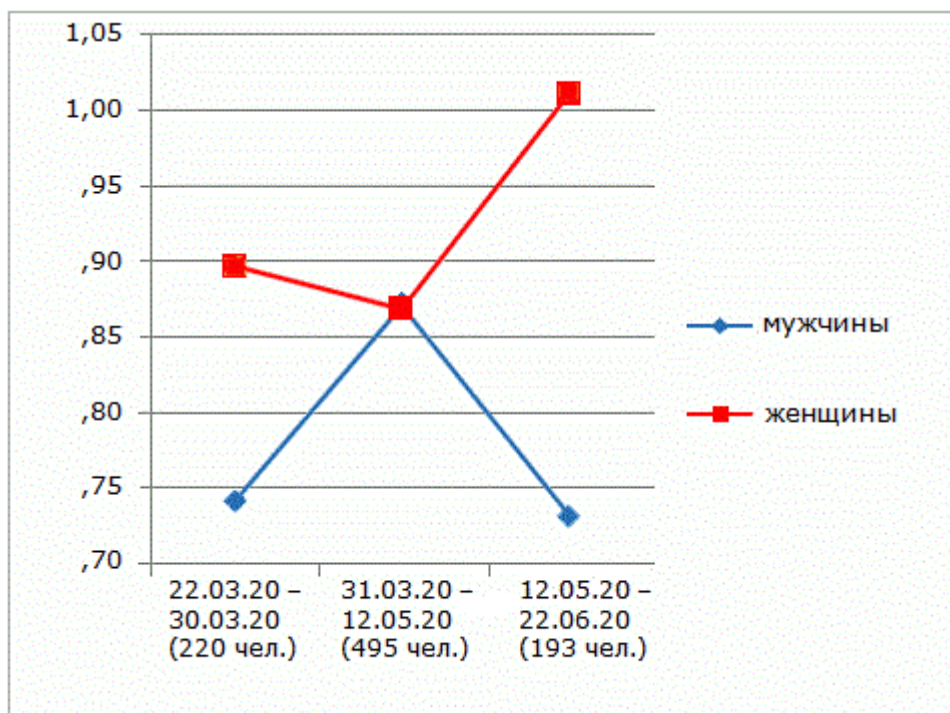


Рис. 1. Восприятие будущего как безнадежного мужчинами и женщинами во время пандемии COVID-19 в разные периоды времени

Анализ показал высокий уровень корреляции между восприятием будущего как безнадежного и выраженностью переживаемого стресса (интегральный параметр GSI опросника SCL-90, коэффициент корреляции Спирмена 634** $p < 0,001$, рис. 2).

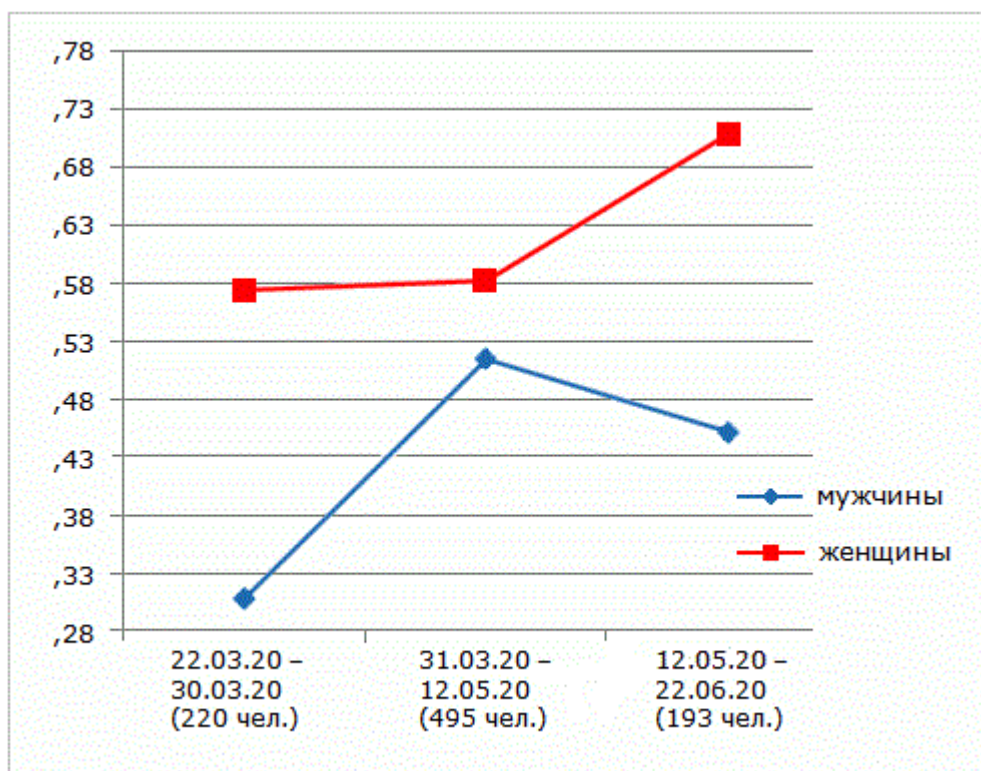


Рис. 2. Общий индекс тяжести (параметр GSI опросника SCL-90) у мужчин и женщин во время пандемии COVID-19

Во всей выборке выявлена связь между восприятием безнадежности будущего и особенностями мышления, определяемыми при помощи опросника ОКМ97 (табл. 2).

Таблица 2

Связь восприятия будущего как безнадежного с параметрами опросника критического мышления ОКМ97 (корреляция Спирмена)

Общая шкала конструктивного мышления	Эмоциональное совладание	Поведенческое совладание	Категорическое мышление	Личностно-суеверное мышление
-,488**	-,531**	-,171**	,342**	,354**

Выявлены гендерные различия в индивидуально-психологических особенностях переработки информации: мужчины при оценке ситуации чаще использовали конструктивное мышление и эмоциональное совладание, тогда как женщины применяли личностно-суеверное, эзотерическое мышление и поведенческое совладание (табл. 3).

Таблица 3

Результаты опросника критического мышления ОКМ97 для мужчин и женщин

	Мужчины	Женщины	Значимость различий (t-критерий Стьюдента)
мышление			
Общая шкала конструктивного мышления	100,67 ± 11,87	95,23 ± 12,67	,000
Эмоциональное совладание	93,59 ± 18,00	86,23 ± 20,12	,001
Эзотерическое мышление	25,60 ± 9,80	27,97 ± 9,26	,027
Поведенческое совладание	39,78 ± 6,23	41,53 ± 6,01	,012
Личностно-суеверное мышление	10,07 ± 3,21	10,96 ± 3,41	,021

Обсуждение результатов

Для обеих групп характерен высокий уровень корреляции между восприятием будущего как безнадежного и выраженностью переживаемого стресса. Динамика изменения общего уровня тяжести по SCL-90 конгруэнтна динамике восприятия будущего.

На протяжении всего периода исследования для женщин характерен более высокий уровень стресса (общий уровень тяжести по SCL-90), чем для мужчин. Вместе со снятием ограничений у мужчин уровень стресса начинает снижаться, а у женщин продолжает расти. Последнее может быть связано с сохранявшейся на момент третьего замера неопределенностью в отношении эпидемической ситуации и будущих противоэпидемических мер, а также с выявленными особенностями автоматического мышления, отвечающего, согласно теории Сеймура Эпштейна [8], за устойчивость к стрессу (более низкие показатели конструктивного мышления у женщин за счет сниженного эмоционального совладания, более высокие показатели эзотерического и личностно-суеверного мышления).

Выявленные нами отрицательные корреляции между степенью восприятия будущего как безнадежного и общим уровнем конструктивного мышления (работающего по принципу достижения максимума результата с минимумом затрат), эмоционального совладания (способностью справляться с неприятной ситуацией без развития стресса из-за стабильности самооценки, а также склонностью к избеганию мышления, порождающего отрицательные эмоции, в том числе раздумий о прошлых и настоящих неудачах, страхов относительно будущего), поведенческого совладания (склонностью мыслить так, чтобы затем эффективно действовать) показывают адаптивную роль конструктивного мышления в пролонгированной стрессовой ситуации. Это же подтверждают положительные корреляции между степенью субъективной безнадежности будущего с категорическим мышлением (мышление по типу «всё или ничего», стремление к поиску абсолютной истины, трудности с различениями полутонов) и личностно-суеверным мышлением (направленным на избегание неудач). Такой профиль подтверждает предположение Сеймура Эпштейна о важности когнитивных процессов обработки информации и принятия решений в реакции человека на стрессогенное событие.

При анализе гендерного аспекта динамики ощущения безнадежности будущего мы можем также обратиться к выявленным различиям мыслительных процессов в стрессовой ситуации. Так, женщины, участвующие в нашем исследовании, демонстрируют иную динамику в реакции на ситуацию. Их ощущение безнадежности будущего практически не меняется при введении жестких карантинных мер, в отличие от резкого нарастания такого ощущения у мужчин, и существенно растет на фоне смягчения противоэпидемических мероприятий. У мужчин отмена ограничений сопровождается выраженным падением ощущения безнадежности будущего. Наиболее существенные различия между группами мы видим по параметру «Эмоциональное совладание», что указывает на трудности, испытываемые женщинами в том, чтобы не фокусироваться на имеющихся переживаниях. Это может быть связано с такими особенностями гендерной социализации, как обучение повышенному вниманию к эмоциональной сфере, своей и близких людей. Одновременно с этим мы видим более высокий уровень поведенческого совладания — мышления, направленного на непосредственное решение проблем. То есть женщины продолжают успешно решать текущие задачи, однако в ситуации большей, чем обычно, неопределенности, им существенно сложнее успокоить себя. Свой вклад в усиление стрессовой реакции вносят также более высокий уровень личностно-суеверного мышления, проявляющийся в ориентации на избегание неудач, а также несколько более высокий уровень эзотерического мышления, которое представляет собой попытки найти хоть какие-то способы контролировать непредсказуемую ситуацию, однако по факту приводит к частичной утрате принципа реальности и усилению стресса за счет неожиданного обнаружения неподконтрольности происходящего.

Важно отметить, что параметр «Конструктивное мышление» включает в себя два фактора: эмоциональное и поведенческое совладание. Полученные результаты позволяют предположить разный вклад этих факторов в конструктивное мышление у мужчин и женщин. Мужчины более эмоционально стабильны. Поэтому в самом начале пандемии их уровень стресса был ниже, чем у женщин. Карантин лишил их возможности заниматься привычной деятельностью. Поскольку поведенческое совладание у мужчин ниже, чем у женщин, уровень стресса на фоне карантина у них значительно вырос. Отмена карантина, позволившая им выйти на работу и заняться привычным делом, быстро снизила у них уровень стресса. Женщины с самого начала пандемии испытывали более высокий уровень стресса. Во время карантина стратегии поведенческого совладания позволили им справиться с добавочной стрессовой нагрузкой — им было проще найти себе занятие. Женщинам отмена карантина позволила заняться недоступной во время него деятельностью, но так как поведенческое совладание и до этого было наиболее часто используемой стратегией, это не оказало положительного

влияния на динамику их эмоционального состояния. А сниженное эмоциональное совладание продолжало проявляться в высоком уровне стресса у женщин.

Возможно, выявленные гендерные различия частично объясняются традиционным для российского общества распределением ответственности. Так, женщины больше эмоционально вовлечены в ситуации, когда требуется уход (за детьми и старшими родственниками), они больше нуждаются в стабильности и имеют меньше возможностей для «маневра». В связи с этим стратегия избегания неудач, которая описывается личностно-суеверным мышлением, представляет собой обоснованный выбор. Однако в ситуации неопределенности она усиливает стресс за счет меньшего опыта принятия рискованных решений.

Одновременно с этим выявленная негативная динамика восприятия будущего у женщин может быть также связана с гендерными различиями в социальной ситуации. Уже известно, что экономические сферы, в которых преимущественно заняты женщины, больше пострадали от коронавируса и противоэпидемических ограничений [12]. Поэтому можно предположить, что их материальная ситуация и перспективы могли быть менее благополучными. Кроме того, в ходе весеннего карантина в России, сопровождавшегося закрытием школ и дошкольных образовательных учреждений, на многих женщин, чья работа могла выполняться дистанционно, легла двойная нагрузка: собственная работа и организация удаленной учебы ребенка или присмотра за ним. Сбор данных для текущего исследования закончился 26 июня 2020 года, когда карантинные ограничения были сняты, но не было определенности в отношении того, как будут работать образовательные учреждения в следующем учебном году. Поэтому усиление восприятия будущего как безнадежного могло быть также отражением экстраполяции в будущее уже имеющихся или только что пережитых сложностей.

Ограничения исследования: невозможность определить степень устойчивости обнаруженных различий из-за отсутствия замера до пандемии; меньшее количество респондентов-мужчин. Такое соотношение является характерным для добровольных анонимных интернет-опросов и, вероятно, обусловлено гендерными социальными ролями и принятой степенью откровенности. Так как участие в опросе было анонимным и добровольным, то экстраполяция полученных данных на генеральную выборку возможна с ограничениями.

Другим ограничением является форма набора данных, которая ограничивает выборку пользователями интернета. Однако предыдущие исследования показали адекватность использования данного инструментария в клинико-психологических исследованиях [2].

Выводы

1. Динамика уровня восприятия будущего имеет выраженную гендерную специфику: у мужчин пик ощущения безнадежности будущего совпадает с наиболее сильными противоэпидемическими ограничениями и ослабляется при их снятии, в то время как у женщин отмена противовирусных ограничений сопровождается лишь дальнейшим усилением ощущения безнадежности будущего.
2. Выявлен высокий уровень корреляции между восприятием будущего как безнадежного и выраженностью переживаемого стресса.
3. На протяжении всего периода исследования для женщин характерен более высокий уровень стресса, при снятии ограничений у мужчин уровень стресса начинает снижаться, а у женщин продолжает рост.
4. Полученные результаты показывают, что женщины более уязвимы к действию стресса и могут иметь более выраженные негативные психологические последствия по завершении пандемии.

5. Различия в уровне и динамике ощущения безнадежности будущего могут быть связаны с гендерными различиями в автоматическом мышлении: женщины больше настроены на практическое решение стоящих перед ними задач и избегание неудач, в то время как мужчины — на достижение успеха и избегание мышления, генерирующего негативные переживания.
6. Другое объяснение усиления восприятия будущего как безнадежного у женщин может заключаться в реакции на различия в экономической ситуации и требованиях, предъявляемых к женщинам ограничениями социальной ситуации.

Литература

1. Использование интернет-исследования (google-опроса) в изучении самоповреждающего поведения / О.М. Бойко, Т.И. Медведева, С.Н. Ениколопов [и др.] // Медицинская психология в России. – 2019. – Т. 11, № 6(59) [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru>
2. 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. 49–64.
3. Лебедев С.В., Ениколопов С.Н. Адаптация методик исследования посттравматических стрессовых расстройств // Психологическая диагностика. – 2004. – № 3. – С. 19–38.
4. Психологическое состояние людей в период пандемии COVID-19 и мишени психологической работы / О.М. Бойко, Т.И. Медведева, С.Н. Ениколопов [и др.] // Психологические исследования. – 2020. – Т. 13, № 70. – С. 1 [Электронный ресурс]. – URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2020v13n70/1731-boyko70.html>
5. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб: Питер, 2001. – 272 с.
6. Derogatis L.R., Savitz K.L. The SCL-90-R and the Brief Symptom Inventory (BSI) in Primary Care // Handbook of psychological assessment in primary care settings / edit. by M.E. Maruish. – Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2000. – P. 297–334.
7. Epstein S. CTI: Constructive Thinking Inventory: professional manual. – Lutz, FL: Psychological Assessment Resources, 2001. – 59 p.
8. Kokou-Kpolou C.K., Fernández-Alcántara M., Cénat J.M. Prolonged grief related to COVID-19 deaths: Do we have to fear a steep rise in traumatic and disenfranchised griefs? // Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. – 2020. – Vol. 12, № S1. – P. S94–S95. doi: 10.1037/tra0000798
9. Psychosocial consequences of infectious diseases / G. Pappas, I.J. Kiriaze, P. Giannakis [et al.] // Clinical Microbiology and Infection. – 2009. – Vol. 15, № 8. – P. 743–747. doi: 10.1111/j.1469-0691.2009.02947.x
10. Sapolsky R.M. Why zebras don't get ulcers: a guide to stress, stress related diseases, and coping. – New York: W.H. Freeman, 1994. – 368 p.
11. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence / S.K. Brooks, R.K. Webster, L.E. Smith [et al.] // The Lancet. – 2020. – Vol. 395, № 10227. – P. 912–920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
12. WHO. COVID-19 and violence against women. – Available at: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331699/WHO-SRH-20.04-eng.pdf>

Perception of the future during the COVID-19 pandemic – gender differences

Boyko O.M.¹

E-mail: olga.m.boyko@gmail.com

Medvedeva T.I.¹

E-mail: medvedeva.ti@gmail.com

Enikolopov S.N.¹

E-mail: enikolopov@mail.ru

Vorontsova O.Yu.¹

E-mail: okvorontsova@inbox.ru

Kazmina O.Yu.¹

E-mail: kazminaolga@mail.ru

¹ Mental Health Research Center

34, Kashirskoye shosse, Moscow, 115522, Russia

Phone: +7 (495) 109-03-93

Abstract. High stress potential of the COVID-19 pandemic can lead to deferred negative effects. Perception of the future — one of the indicators of an individual's psychological condition and an individual's reaction to stress. Gender is one of impotent factors of the individual's reaction to stress. Materials: 908 responses: 138 men, 770 women. Methods. The perception of the future was assessed by answer to question "Do you have feeling, that the future is hopeless?" with a rate on a Likert scale from 0 to 4. The level of stress was assessed by the GSI scale of the SCL-90-R method, the peculiarities of thinking that determine a person's response to stress, by the method of the Constructive Thinking Inventory (CTI S. Epshtein). To assess the dynamics, the data were divided into 3 periods, in accordance with the nature of anti-epidemic measures. The results obtained show significant correlations between the level of feelings of hopelessness in the future and the level of stress. The dynamics of attitudes towards the future differs in men and women: in men, the removal of restrictions is accompanied by a decrease in the feeling of the hopelessness of the future, and in women — by deepening of the experience of the future as hopeless. Differences in the level and dynamics of feelings of hopelessness can be explained by gender differences in thinking associated with the response to stress, as well as with the gender specificity of the social situation.

Key words: COVID-19; SARS-COV-19; perception of the future; gender differences; stress; SCL-90-R.

For citation

Boyko O.M., Medvedeva T.E., Enikolopov S.N., Vorontsova O.Yu., Kazmina O.Yu. Perception of the future during the COVID-19 pandemic — gender differences. *Med. psihol. Ross.*, 2021, vol. 13, no. 4, p. 1. doi: 10.24412/2219-8245-2021-4-1 [in Russian, abstract in English].