УДК: 159.98:616-08-039.76

Оніщенко Н.В., доктор психологічних наук, професор, провідний науковий співробітник навчально-наукової лабораторії екстремальної та кризової психології

Новікова Є.С., ад`юнкт навчально-наукової лабораторії екстремальної та кризової психології Національний університет цивільного захисту України, м.Харків

ДИНАМІКА СПРИЙНЯТТЯ ЗАГРОЗИ ВІРУСУ COVID-19: ОСОБЛИВОСТІ ТА ЧИННИКИ

Актуальність. Поточний рік виявися надто складним не тільки для українського суспільства, а й для всієї світової спільноти. Новим, нікому не відомим випробовуванням стало стрімке розповсюдження світом небезпечного вірусу. Окрім безлічі надзвичайних ситуацій та катастроф, людство зіткнулось із пандемією COVID-19. У відповідь на швидке поширювання захворювання більшість країн світу запровадили обмежувальні заходи у вигляді карантину, наслідки якого вже зараз ми починаємо на собі відчувати.

Першою ознакою такої надзвичайної ситуації стало підвищення рівня тривоги та страху в людей стосовно зараження цим вірусом. Почали спостерігатись поодинокі панічні прояви в суспільстві, які провокувались поширенням чуток та неперевіреної інформації навколо пандемії. Обмежувальні заходи вплинули на соціальні взаємовідносини людей, змінивши їхню систему взаємодії. Усе це вкупі призвело до необхідності звикати до нових умов життя, роботи, навчання, проведення дозвілля і таке інше.

3 березня 2020 року в Україні було зафіксовано перший підтверджений випадок зараження коронавірусною інфекцією COVID-19. А вже 11 березня на всій території України було введено карантин, який стосувався закриття навчальних закладів, ТРЦ, заборону масових заходів та закриття авіасполучень із деякими країнами тощо. Перший летальний випадок від коронавірусу в Україні було зафіксовано 13 березня 2020 року. Станом на кінець вересня 2020 року загальна кількість зараження на COVID-19 перевищила 200 тисяч осіб.

 Отже, близько 6 місяців населення живе з певними соціальними обмеженнями, які не можуть не відображатись на психоемоційному стані людини [1].

Метою статті є визначення переживань особистості та зміни відношення до загрози коронавірусу в умовах пандемії COVID-19. Виклад основного матеріалу. Психологічні наслідки карантину можуть бути тривалими і вести до зміни психологічного статусу особистості подібно до тих, які виникають у людей, що зіткнулися з неаби яким випробуванням.

Опинившись у соціальній ізоляції, люди інакше сприймають своє існування, починають переживати страх можливої загибелі. Небезпека починає ховатися в безпосередньому оточенні, у публічному просторі, яке вже було освоєно як ресурс життєдіяльності. Видозмінюються й розриваються соціальні зв'язки, у яких склалася особистість, змінюються стереотипи як оцінки того, що відбувається, так і поведінки в ньому. Те, що було ресурсом життя, сприймається як потенційна загроза – ця ситуація стає екзистенційним викликом, який потрібно якось пережити особистості й суспільству. Усе це призводить до нетипових переживань, стресів та психологічно травмує особистість, впливає на суспільні процеси.

Новизна і невизначеність умов життя суспільства в режимі карантину вимагають усвідомлення і прийняття спеціальних заходів щодо пом'якшення пережитого соціального шоку, особливо щодо надання інформації та тривалості карантину [2].

Отже, для вивчення актуальних станів та переживань людини під час карантину, нами було здійснено опитування за допомогою авторської анкети з елементами ретроспективного 167 інтерв’ю стосовно відношення особистості до пандемії COVID-19 сьогодні та на початку карантину. В опитуванні взяли участь 59 респондентів – із них 30 чоловіків, 29 жінок віком від 29 до 38 років. Дослідження проводилось у вересні 2020 року.

За результатами анкетування було встановлено, що на момент початку ізоляції у квітні місяці цього року 42,1% опитуваних постійно відчували тривогу. У даному випадку такі результати є абсолютно виправданими, адже сучасне суспільство вперше стикається з пандемією у такому масштабі. При цьому 36,8% опитаних говорили про те, що в цей же час залишались нейтральними по відношенню до згаданої проблеми. Це може свідчити про те, що ці респонденти здебільшого приймали інформацію про загрозу вірусу COVID-19, але могли відноситись до неї, як до тимчасової «незручності». Інші 26,3% респондентів відчували розгубленість, яка могла бути викликана станом невідомості стосовно особливостей ситуації, специфіки її протікання, ступеня складності та строків завершення. Зауважимо, що приблизно кожний п’ятий з усіх опитаних відмічав у себе відчуття страху з самого початку карантину. Випробувані говорили про те, що не розуміють, чого чекати, говорили, що відчувають дійсно реальну загрозу власному здоров’ю та життю.

Далі нами було розглянуто дані опитування респондентів стосовно власних переживань на поточний період – у вересні цього року. Результати показали, що вже помітно більша кількість респондентів демонструє нейтралітет до проблеми вірусу у світі в загалі та в Україні зокрема - 47,3%. Приблизно кожний четвертий з опитаних відмітив значне роздратування через ситуацію, що склалась. Мається на увазі безперервне інформування стосовно показників зараження, постійна дія обмежень у громадських місцях тощо. Також скоротилась кількість тих респондентів, які продовжують тривожитись на предмет пандемії – таких на поточний період лише 10,5%.

Наведені дані дають нам змогу припустити, що населення за цей період могло втомитись від постійної гнітючої ситуації, від постійних поганих новин та від невизначеності стосовно того, коли вся ця пандемія піде на спад. Крім того, ми можемо констатувати, що згідно з результатами опитування, незважаючи на стрімке зростання показників зараження коронавірусом в Україні, пильність громадян до можливості зараження цим вірусом помітно знизилась.

При цьому, як свідчать результати опитування, показники відносної байдужості до пандемії підвищуються тільки тоді, коли вірогідність зараження вірусом реально загрожує людині. Коли ж мова йде про вірус взагалі, більшість респондентів виказують певний нейтралітет стосовно цього.

Висновки. Спираючись на результати нашого дослідження, можна зробити декілька висновків:

1. На нашу думку, зміни у виразності психічних станів у респондентів за пів року карантину обумовлені тим, що на початку карантину люди були не достатньо інформовані на рахунок вірусу, його загрози, як довго триватимуть соціальні обмеження, чого чекати від майбутнього. За пів року рівень тривоги трохи знизився, страх зовсім зник,з’явилась роздратованість. Це може бути пояснено тим, що населення втомилось жити в умовах обмежень.

2. Статистика поширення захворюваності демонструє постійне підвищення показників, а отже, загроза вірусу нікуди не зникає. Але пильність населення в певній мірі йде на спад, і, як показало опитування, поки загроза не стосується конкретної людини особисто, вона намагається жити, як і раніше. При цьому постійний рівень тривоги в суспільстві зберігається і, можливо, буде зберігатись до тих пір, поки не зникне загроза бути зараженим вірусом COVID-19.

Список використаних джерел: 1. Коронавірусна хвороба 2019 в Україні. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9 A%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D1%96%D1%80%D1%83%D 1%81%D0%BD%D0%B0\_%D1%85%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%B 168 0\_2019\_%D0%B2\_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%96 (дата звернення: 02.10.2020).

2.Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия Сост. А.Е. Тарас, КБ. Сельченок. М.: ACT. 2002. 416 с.