

КОГНІТИВНИЙ КОМПОНЕНТ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЇ ПАНДЕМІЇ COVID-19

Боснюк Валерій Федорович¹, Олефір Валерій Олександрович²

¹Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, м. Харків (Україна)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0141-1920>
Researcher ID: AAA-2460-2020

²Доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри загальної психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, м. Харків (Україна)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3552-3277>

UDC: 159.99

АНОТАЦІЯ

COVID-19 сприяв радикальним змінам в повсякденному житті людей, що поставило під загрозу їх благополуччя. За таких умов знання психологічних особливостей переживання ситуації пандемії та її вплив на задоволеність життям як складової суб'єктивного благополуччя особистості має першочергове значення для вирішення проблем психічного здоров'я в період надзвичайної ситуації.

Вибірка дослідження складалася з 465 осіб (160 чоловіків, 34,4 %; 305 жінок, 65,6 %) у віці від 18 до 85 років ($M = 35,53$; $SD = 11,64$). В результаті 2/3 респондентів вказали, що пандемія істотно вплинула на їхнє життя. Склалася ситуація з високим стресогенним кумулятивним потенціалом. Можливі економічні втрати хвилюють близько 65 % респондентів, 35 % осіб уже відчули зниження фінансових доходів. Третина зазначила, що у них погіршилися професійні перспективи. Більшість респондентів тривожить потенційна небезпека зараження вірусом. Змін в самопочутті за час запровадження обмежувальних заходів пандемії здебільшого особи не відчули.

Встановлено, що оцінка ступеня впливу на життя пандемії коронавірусу пов'язана з уявленнями респондентів про зміни, які відбулися в професійній, фінансовій сферах, самопочутті та тривогою можливих майбутніх негативних економічних та медичних наслідків. Суб'єктивний висновок міри впливу пандемії на людину в цілому не залежав від соціально-демографічних факторів.

Відповідно до моделі Е. Дінера, наші результати свідчать на користь стабільності когнітивного компоненту суб'єктивного благополуччя особистості після майже року розповсюдження коронавірусу в Україні. На даний момент відсутні підстави стверджувати про зміни в оцінках задоволеності життям. Можливо, ці результати демонструють тільки початкову динаміку змін в ситуації пандемії та/або вплив стрес-факторів коронавірусу на задоволеність життям опосередкований особистісними характеристиками, що є перспективними напрямками подальших досліджень. Встановлено, чим вищий рівень задоволеності життям, тим менш відчутні особистістю негативні наслідки COVID-19.

Ключові слова: суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям, пандемія, коронавірус, COVID-19.

Постановка проблеми дослідження.

Більшість психологічних досліджень з вивчення особливостей переживання пандемії ґрунтуються на припущенні, що нинішня ситуація є стресовою та знижує психологічне благополуччя та якість життя особистості.

Джерелами стресових переживань є: по-перше, сам факт існування потенційної небезпеки зараження коронавірусом (Нестик, 2020); по-друге, економічні наслідки пандемії, що торкнулися усіх верст населення (скорочення заробітної плати, втрата роботи тощо) (Mamun, Ullah, 2020) по-третє, зміна звичного укладу

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Valerii Bosniuk, Valerii Olefir

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

життя через карантинні заходи (перебування тривалий час у замкненому просторі, зниження соціальної активності, перехід на дистанційний режим навчання та роботи тощо) (Федосенко, 2020; Tang et al., 2020); по-четверте, суперечливе інформаційне висвітлення цих подій в засобах масової інформації (Yao, 2020; Roy et al., 2020).

Ситуація стрімкого поширення коронавірусної інфекції зумовила різкі і масштабні зміни в житті всього суспільства, що призвело до зростання тривоги як на індивідуальному, так і на рівні міжособистісних відносин. За першими даними психологічних досліджень в січні-лютому 2020 року 54 % респондентів оцінили психологічний вплив COVID-19 як помірний або значний, 29 % повідомили про ознаки тривоги і 17 % – депресії (Cullen, Gulati, Kelly, 2020). В якості відстрочених соціально-психологічних наслідків епідеміологічних загроз дослідники вказують на зростання суїцидальної поведінки (Любов, Зотов, Положий, 2020; Courtet et al., 2020), ознаки посттравматичного стресу, фобічні реакції (Casagrande et al., 2020), зловживання психоактивними речовинами (тютюном, алкоголем), проблеми зі сном (Tang et al., 2020; Rajkumar, 2020).

В той же час, результати досліджень на ранніх етапах карантину дозволяють припустити, що суб'єктивне благополуччя може залишатися достатньо стійким до впливу стрес-факторів в період пандемії COVID-19 (Sibley et al., 2020; Рассказова, Леонтьев, Лебедева, 2020). Більш детальний аналіз свідчить, що благополуччя залежить від спадковості (Røysamb et al., 2018), перебуває під впливом гомеостатичних процесів (Cummins, 2015), суттєво обумовлене широкими рисами особистості (складовими «Великої п'ятірки»), такими як невротизм, екстраверсія та сумлінність (Anglim et al., 2020; Steel et al., 2019).

Для пояснення даного припущення в якості теоретичної основи дослідження використано модель суб'єктивного благополуччя Е. Дінера (Diener, 1984), який виділяє три компоненти в його структурі: задоволеність життям (інтегральна когнітивна оцінка) позитивні та негативні емоції. Згідно досліджень всі компоненти є відносно незалежними один від одного. Доказана асиметричність негативних і позитивних індикаторів благополуччя – для досягнення благополуччя недостат-

ньо усунення проблем і психічних порушень (Селигман, 2006; Леонтьев, 2012). Тобто, позитивна динаміка людського життя має свої закономірності, що не зводяться до дзеркального відображення її негативної динаміки. А проведені дослідження психологічних особливостей особистості під час пандемії здебільшого здійснюють акцент на негативних індикаторах благополуччя, не приділяючи належної уваги іншим, що вимагає додаткового вивчення. Тому вплив сучасної глобальної пандемії коронавірусної інфекції на позитивне функціонування особистості на даному етапі після майже року як ВООЗ 30 січня 2020 року об'явила її надзвичайною ситуацією міжнародного масштабу у сфері охорони здоров'я населення ще недостатньо зрозумілий.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Коронавірусна хвороба 2019 (англ. Coronavirus disease 2019, **аббревіатура** COVID-19 затверджена як офіційна скорочена назва) – інфекційна респіраторна хвороба, яка вперше виявлена у людини в грудні 2019 року в місті **Ухань** (Китай). Причиною хвороби став коронавірус **SARS-CoV-2** (стара назва 2019-nCoV) (Kakodkar, Kaka, Baig, 2020). З урахуванням швидкого поширення захворювання Всесвітня організація охорони здоров'я змушена була визнати епідеміологічну обстановку пандемією.

Незважаючи на досвід боротьби з іншими епідеміями, накопичений за останні 20 років, соціальні інститути більшості країн світу були недостатньо підготовленими до даної загрози. Для запобігання поширенню коронавірусу вони за рік пандемії уже запровадили не один локдаун. На даний момент основна увага урядів зосереджена на компромісі між збереженням здоров'я у населення шляхом введення додаткових обмежень та економікою, яка погіршується від цих карантинних заходів. Набагато менше уваги приділяється психологічним наслідкам політики ізоляції. Проте, вже сьогодні очевидно, що пандемія матиме не тільки короткострокові, але і довгострокові психологічні наслідки для людини і суспільства.

Період пандемії COVID-19 пов'язаний з пролонгованою ситуацією загрози і тиску зі сторони мінливих зовнішніх умов. Люди у всьому світі не мають точного уявлення, що буде відбуватися в їхньому житті найближчим часом.

Одним з найбільш серйозних наслідків пандемії є переживання стресу під час вимушеної самоізоляції чи карантину, а пізніше – можливий розвиток посттравматичного стресового розладу. Дослідження, проведені серед осіб, які перебували на карантині у зв'язку з епідеміями MERS, SARS, H1N1 та Еболи показують, що у до 30 % людей проявлялися симптоми ПТСР, причому у 10 % вони спостерігалися навіть через 3 роки після травмуючих подій (огляд Brooks et al., 2020). Вивчення мешканців Китаю, також свідчить, що закриття міст для стримування COVID-19 викликало симптоми посттравматичного стресу, депресію і тривожні розлади (Li et al., 2020). Психологічні дослідження демонструють і значне зростання суїцидальних думок в період пандемії, цілеспрямоване намагання заразитися COVID-19 (Ammerman et al., 2020).

У людей з'являється страх потенційного зараження вірусом, негативних економічних наслідків пандемії, зміни звичного способу життя, загрози звільнення з роботи. А роль страху в підтримці благополуччя носить амбівалентний характер. З однієї сторони, тривале переживання тривоги і страху через COVID-19 в умовах невизначеності майбутнього призводять до виснаження психологічних ресурсів особистості, застосування деструктивних копінг-стратегій, що можуть спричинити складні форми тривожних і депресивних розладів (Ahorsu et al., 2020). Крім того, тривога в умовах самоізоляції сприяє зростанню категоричного і особистісно-забобонного мислення, що підвищує вразливість особистості до маніпуляцій та віри в конспірологічні теорії (Бойко та ін., 2020). З іншої сторони, ряд досліджень показують, що тривога через пандемію та тривожність як особистісна риса, прямо пов'язані з дотриманням правил обережності (Zettler et al., 2020). Попередні дані свідчать, що в умовах пандемії страх зараження сильніше впливає на дотримання профілактичних заходів, ніж політичні переконання (Harper et al., 2020).

Тобто, пандемія COVID-19 викликала у людей стрес, страх, невизначеність, а запроваджені обмеження – радикальні зміни у повсякденних звичках. Склалася травмуюча ситуація, що загрожує благополуччю особистості, яке згідно досліджень (Lau et al., 2008) виступає захисним фактором майбутніх захворювань психічного

здоров'я.

Під психологічним благополуччям в широкому значенні розуміється складний комплекс емоційних переживань: задоволеність життям, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги тощо. Згідно М. Селігмана (Seligman, 2011), благополуччя є центральним поняттям позитивної психології, що відображає інтегральну оцінку актуального стану особистості. Це конструкт, який не можна безпосередньо виміряти. Для пояснення він наводить аналогію з погодою: ми можемо визначити температуру, силу вітру, атмосферний тиск тощо, але не можемо «виміряти погоду», хоча цілком можемо її суб'єктивно оцінити. У сучасних традиціях діагностика благополуччя здебільшого опирається на дані самозвітів і характеризує суб'єктивне переживання людини свого функціонування та життєдіяльності. Відповідно, одержані емпіричним шляхом показники психологічного благополуччя – це суб'єктивна когнітивна і емоційна оцінка ступеня задоволеності найбільш важливих для людини потреб, цілей та бажань.

Слід зазначити, вивчаючи психологічне благополуччя, багато авторів здійснюють акцент лише на суб'єктивній оцінці людиною себе і свого життя, близькості переживання фактичного і бажаного. Відповідно до точки зору К. Шелдона (Sheldon, 2016), суб'єктивне благополуччя варто розглядати як неспецифічний суб'єктивний індикатор протікання життєвих процесів, конкретний зміст і рівень складності яких можуть відрізнятися у різних індивідів. Поняття суб'єктивного благополуччя виступає достатньо точним науковим еквівалентом поняття щастя, розглянутого в парадигмі суб'єктивного переживання (Осин, Леонтьев, 2020). Численні дослідження свідчать про валідності даного конструкту, який демонструє як кореляційні, так і каузальні зв'язки з показниками соматичного та психічного здоров'я, успішності в різних сферах життя (Diener, Tay, 2017; Diener, Oishi, Tay, 2018). Високий рівень суб'єктивного благополуччя асоціюється з цілою низкою переваг для людини і суспільства: високою активністю, більшою товариськістю та стабільними соціальними відносинами, успіхами на роботі, продуктивністю діяльності, отриманням задоволення від роботи і навіть більш високим доходом, кращим фізичним здоров'ям і більшою тривалістю життя. Благополучні люди частіше залучені

в громадську активність, благодійність, волонтерство.

На даний час, найбільш поширена трикомпонентна структура суб'єктивного благополуччя, запропонована Е. Дінером (Diener, 1984): задоволеність життям, рівень позитивних та негативних емоцій. При цьому задоволеність життям є когнітивним компонентом, а баланс позитивних і негативних емоцій, які людина переживає протягом певного відрізка часу, – емоційною (афективною) стороною конструкту. Суб'єктивне благополуччя особистості, згідно Е. Дінера, означає, що життя для людини є бажаним та приємним. Саме осмислено оцінюючи своє життя та досвід, пов'язані з умовами буття в соціумі, соціальними відношеннями, своєю можливістю «функціонувати у здоровий спосіб», людина відчуває певний рівень суб'єктивного благополуччя, яке має три характерні ознаки: суб'єктивність (бо об'єктивні фактори, що потенційно можуть впливати на нього, не є «необхідною частиною його»), позитивність (це не тільки відсутність негативних переживань, а саме наявність позитивних) і глобальність оцінки усіх аспектів життя людини (це комплексне судження). Причому суб'єктивне благополуччя можна розглядати як результат, до якого люди прагнуть, і як функціональний процес, який допомагає людям у досягненні інших цілей.

Враховуючи вищезазначене, у даній роботі ми вивчаємо задоволеність життям як інтегральну когнітивну оцінку суб'єктивного благополуччя. Основними перевагами даного конструкту є простота і універсальність: його визначення та процедура вимірювання не прив'язані до конкретних характеристик життєвих умов або змісту діяльності (Осин, Леонтьев, 2020). В цілому можна очікувати, що стрес-фактори ситуації пандемії негативно відобразяться на суб'єктивному благополуччі особистості. Люди піддаються впливові факторів, пов'язаних з більш низьким благополуччям: економічні труднощі, втрата роботи, підвищені ризики для здоров'я, скорочення соціальних контактів, збільшення часу перегляду телеекрану і менші можливості для фізичної активності. Хоча, з іншої сторони, можуть бути й позитивні аспекти – більше часу можна присвятити родині та дому, збільшується автономія при віддаленій роботі / навчанні, загальні загрози підвищують соціальну згуртованість. Існують результати досліджень, які показу-

ють достатню стійкість суб'єктивного благополуччя до зовнішніх обставин (Diener, Ryan, 2009; Рассказова, Леонтьев, Лебедева, 2020). Ця особливість була названа парадоксом суб'єктивного благополуччя (Staudinger, 2000).

Відповідно ми висуваємо наступні гіпотези:

Гіпотеза 1: Пандемія COVID-19 виступає багатofакторною травмуючою ситуацією для особистості.

Гіпотеза 2: Сприйняття особистістю стрес-факторів пандемії залежить від рівня задоволеності життям.

Гіпотеза 3: Задоволеність життям як когнітивна складова суб'єктивного благополуччя не знизиться за рік розповсюдження коронавірусу.

Мета роботи полягає у вивченні когнітивного аспекту суб'єктивного благополуччя особистості під час коронавірусної пандемії.

Вибірка дослідження.

Вибірка дослідження складалася з 465 осіб (160 чоловіків; 305 жінок) у віці від 18 до 85 років ($M = 35,53$; $SD = 11,64$). Респонденти заповнювали методику онлайн з 19 листопада по 18 грудня 2020 року (після майже року як ВООЗ об'явила надзвичайну ситу-

Таблиця 1.

Соціально-демографічна характеристика вибірки

Параметри	Абсолютна частота (N)	Відносна частота (%)
<i>Стать:</i>		
чоловік	160	34,4
жінка	305	65,6
<i>Вік (роки):</i>		
18-30	178	38,3
31-45	199	42,8
46-85	88	18,9
<i>Сімейне положення:</i>		
одружений / заміжня	252	54,2
розлучений / розлучена	54	11,6
неодружений / незаміжня	147	31,6
вдвєць / вдова	12	2,6
<i>Рівень освіти:</i>		
середня	52	11,2
професійно-технічна	109	23,4
вища	304	65,4
<i>Професійна категорія:</i>		
працівники недержавного сектору	186	40,0
працівники бюджетної сфери	99	21,3
державні службовці	87	18,7
здобувачі вищої освіти	42	9,0
безробітні	32	6,9
пенсіонери	19	4,1
<i>Соціально-економічний статус:</i>		
нижче середнього	68	14,6
середній	259	55,7
вище середнього	138	29,7

ацію у сфері охорони здоров'я населення через коронавірус) за допомогою сервісу Google Forms. До вибірки включалися особи, яким виповнилося 18 років та дали відповідь на всі поставлені питання. Характеристика респондентів дослідження представлена в табл. 1.

Методи збору даних.

Перший блок питань стосувався соціально-демографічних характеристик вибірки (стать, вік, сімейне положення, рівень освіти, професійна категорія, соціально-економічний статус).

2. Особливості переживання загроз пандемії COVID-19 визначалися за допомогою шести питань авторської анкети із закритим списком можливих відповідей. Перші два питання дозволили оцінити тривогу респондентів щодо можливих негативних загроз пандемії, а наступні чотири – уже відчутні наслідки впливу:

Тривога зараження вірусом оцінювалась питанням: «Як сильно Ви переживаєте з приводу того, що коронавірус загрожує Вашому здоров'ю або здоров'ю Ваших близьких?».

Тривога економічних наслідків пандемії: «Наскільки сильно Ви переживаєте, що через коронавірус Ви або Ваша сім'я втратить роботу/заробіток?».

Зміна професійних перспектив оцінювались за допомогою питання: «У період пандемії Ваші професійні перспективи...».

Для оцінки самопочуття в період пандемії: «Останні півроку Ви відчуваєте себе...».

Зміни в фінансових доходах оцінювались: «Чи змінився рівень Ваших особистих доходів в період пандемії?».

В цілому вплив пандемії COVID-19 на життя визначався питанням: «На Ваш погляд, на скільки пандемія коронавірусу вплинула на Ваше життя?».

3. Діагностику задоволеності життям як когнітивну складову суб'єктивного благополуччя здійснено скринінговою методикою «Шкала задоволеності життям» (Осин, Леонтьев, 2020). Вона складається з 5 пунктів, що оцінюються за 7-бальною шкалою відповідей Лайкерта від 1 (повністю не згідний) до 7 (повністю згідний). Показник α Кронбаха склав 0,81, що свідчить про високу надійність шкали.

Статистичний аналіз.

Аналіз даних здійснювався в SPSS Statistics

23.0. Залежності вважали статистично значущими при ймовірності помилки першого роду менше 0,05. Розраховувалась описова статистика (M – середнє арифметичне значення, SD – стандартне квадратичне відхилення, % – відсоток; α Кронбаха – показник внутрішньої узгодженості шкали).

З метою порівняння емпіричних розподілів двох груп респондентів з різною оцінкою впливу пандемії на життя застосовувався критерій χ^2 -Пірсона. Для деталізації результату, виявлення за якими саме ознаками відрізняються групи застосовано біноміальний критерій – m. Розмір стандартизованого ефекту (ES) оцінювався індексами ϕ (для таблиць крестобуліції розміром 2x2) та V-Крамера (в усіх інших випадках). Інтерпретація залежала від числа ступенів свободи (df).

Однобірковий критерій t-Стюдента був використаний для перевірки статистичної гіпотези, що середнє значення задоволеності життям вибірки досліджуваних не відрізняється від нормативного показника в генеральній сукупності. В якості інтерпретації індексу розміру ефекту d_{os} було використано наступні градації значень запропоновані Дж. Коеном (Cohen, 1988): до 0,20 – несуттєвий; 0,20 - 0,50 – малий; 0,50 - 0,80 – середній; більше 0,80 – великий.

Сила та направленість зв'язку задоволеності життям з стрес-факторами суб'єктивного благополуччя оцінювались непараметричним коефіцієнтом кореляції Спірмена. Розмір ефекту кореляції за модулем до 0,10 інтерпретувался як несуттєвий, 0,10 - 0,30 – малий, 0,30 - 0,50 – середній; 0,50 - 1,00 – великий (Cohen, 1988).

Результати.

За результатами опитування встановлено, що для 45 респондентів (9,7 %) пандемія COVID-19 зовсім не вплинула на їхнє життя, 88 осіб (18,9 %) – навряд чи вплинула, 270 осіб (58,1 %) – частково вплинула і 62 особи (13,3 %) – сильно вплинула на життя. У зв'язку з невеликою кількістю респондентів у виділених крайніх підгрупах, в подальшому аналізі використовувався поділ на дві основні групи: які вважають, що пандемія вплинула на їхнє життя (частково або сильно – 332 особи, 71,4 %) та заперечують її істотний вплив (133 особи, 28,6 %).

Суб'єктивна оцінка респондентами впливу пан-

демії на життя не залежала від таких соціально-демографічних факторів як вік, сімейне положення, рівень освіти та соціально-економічний статус. Виявлено слабкий зв'язок зі статтю ($\chi^2_{(1)} = 3,98$; $p = 0,046$; $\phi = 0,09$) та помірний з професійною категорією ($\chi^2_{(5)} = 21,92$; $p = 0,001$; $V = 0,22$). Існує тенденція, що жінки сильніше відчули вплив пандемії на благополуччя. Суттєво сприйняття рівня впливу пандемії на життя залежить від професійної категорії. Більш детальний аналіз показав, що відсутні статистично значущі відмінності між пенсіонерами, щодо оцінки впливу пандемії. Іншими словами представники цієї категорії розділились відносно порівню щодо питання чи вплинула пандемія на їхнє життя. Статистично значуще більше осіб серед здобувачів вищої освіти (85,7%), працівників недержавного сектору (76,9 %), безробітних (71,9 %), працівників бюджетної сфери (69,7 %) та державних службовців (62,1 %), які переконані, що пандемія в цілому вплинула на їхнє життя.

Що стосується стрес-факторів суб'єктивного благополуччя (табл. 2), в середньому респонденти не хвилюються або в міру тривожаться можливим зараженням коронавірусом, стурбовані цією небезпекою – кожний п'ятий. Встановлено, що третину осіб досліджування не лякають можливі економічні наслідки, сильно переживає – близько 40 %. Більшість респондентів уже помітили негативні наслідки впливу пандемії

на різні аспекти життя. Близько третини осіб за останній час спостерігають погіршення професійних перспектив та зниження фінансових доходів, у половини вибірки за цими параметрами не відбулося змін. Здебільшого особи не відчули змін в самопочутті за час запровадження обмежувальних заходів пандемії, при цьому повідомили про його погіршення 16,1 % респондентів.

За всіма досліджуваними стрес-факторами респонденти, що відчули вплив пандемії на життя (табл. 2), відзначали статистично значущі більш негативні зміни індикаторів суб'єктивного благополуччя ніж особи, які не помітили впливу ($\chi^2_{(2)} = 8,10$ -23,72; $p < 0,05$; $V = 0,13$ -0,23). Вони частіше звітували про підвищену тривогу щодо можливих негативних наслідків, таких як зараження вірусом та економічні негаразди. Особи, які заперечують вплив пандемії на життя, схильні говорити про відсутність у них такого типу тривоги. Професійні перспективи, фінансові доходи та самопочуття у груп досліджуваних також статистично значуще відрізняються. Респонденти, що визнають вплив обмежувальних заходів на суб'єктивне благополуччя частіше повідомляють про уже відчутні негативні наслідки пандемії. Розмір виявлених ефектів відповідає малому та середньому рівню.

Для перевірки припущення, що середнє значення задоволеності життям не відрізняється від нормативного показника в популяції застосовано одновибірковий

Таблиця 2.

Суб'єктивна оцінка стрес-факторів суб'єктивного благополуччя під впливом пандемії COVID-19

Параметри	Стрес-фактори суб'єктивного благополуччя	Градациї відповідей	Всього (N = 465)	Оцінка впливу пандемії на життя			
				вплинула (N = 332)	не вплинула (N = 133)	χ^2	V
Тривога можливих загроз пандемії	Тривога зараження вірусом	сильно переживаю	106 (22,8%)	84 (25,3%)	22 (16,5%)	8,10*	0,13
		помірно переживаю	186 (40,0%)	137 (41,3%)	49 (36,8%)		
		не переживаю	173 (37,2%)	111 (33,4%)	62 (46,6%)		
	Тривога економічних наслідків	сильно переживаю	182 (39,1%)	145 (43,7%)	37 (27,8%)	16,70***	0,19
		помірно переживаю	120 (25,8%)	89 (26,8%)	31 (23,3%)		
		не переживаю	163 (35,1%)	98 (29,5%)	65 (48,9%)		
Відчутні наслідки впливу пандемії	Професійні перспективи	покращилися	70 (15,1%)	50 (15,1%)	20 (15,0%)	17,89***	0,20
		не змінилися	243 (52,3%)	155 (46,7%)	88 (66,2%)		
		погіршилися	152 (32,7%)	127 (38,3%)	25 (18,8%)		
	Фінансові доходи	зросли	73 (15,7%)	53 (16,0%)	20 (15,0%)	23,72***	0,23
		не змінилися	231 (49,7%)	143 (43,1%)	88 (66,2%)		
		знизились	161 (34,6%)	136 (41,0%)	25 (18,8%)		
	Самопочуття	покращилось	81 (17,4%)	47 (14,2%)	34 (25,6%)	15,66***	0,18
		не змінилось	309 (66,5%)	220 (66,3%)	89 (66,9%)		
		погіршилось	75 (16,1%)	65 (19,6%)	10 (7,5%)		

Примітки: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$.

вий критерій t-Стюдента (табл. 3). За орієнтир взято результати описової статистики отримані Осиним Є.М. та Леонтьєвим Д.О. при апробації «Шкали задоволеності життям» (Осин, Леонтьєв, 2020).

ний режим дистанційного навчання, що сприяло сплеску тривоги, гніву, захисних реакцій як у батьків учнів, так і у частини самих учнів та викладачів (Федосенко, 2020).

Таблиця 3.

Порівняння задоволеності життям респондентів (N = 465) з стандартизованими нормами тесту (N = 5054)

Змінна	Респонденти вибірки дослідження			Нормативний показник тесту			t	p	d
	α	M	SD	α	M	SD			
Задоволеність життям	0,81	22,48	5,27	0,82	20,81	6,24	6,849	0,000	0,32

Обговорення результатів дослідження.

Згідно з отриманими результатами 2/3 респондентів вказали, що пандемія істотно вплинула на їхнє життя. Склалася ситуація з високим стресогенним кумулятивним потенціалом. Можливі економічні втрати хвилюють близько 65 % респондентів, 35 % осіб уже відчули зниження фінансових доходів. Карантин та протиепідемічні заходи для багатьох є проблемою, оскільки не всі люди можуть працювати віддалено і змушені спонтанно призупиняти діяльність. Третина респондентів зазначили, що у них погіршилися професійні перспективи. Сьогодні ми також можемо спостерігати вимушену екстрену зміну професійної діяльності, яка для більшості була і гарантом відносного фінансового благополуччя. Матеріальні втрати в результаті карантину створюють серйозні соціальні проблеми (Pellicchia et al., 2015), вони є фактором ризику виникнення симптомів психологічних розладів (Mihashi et al., 2009), гніву і зростаючого занепокоєння через кілька місяців після карантину (Jeong et al., 2016). Можна припустити, що піддаються психічній травматизації і особи, які змушені реорганізувати свою діяльність. Наприклад, фахівці в галузі освіти: працівники закладів вищої освіти, шкіл та інших установ перейшли на пов-

Майже 63 % респондентів в різній мірі тривожить потенційна небезпека зараження вірусом. Занепокоєність власним здоров'ям, боязнь стати збудником інфекції для інших (особливо членів сім'ї) та майбутні наслідки можливого захворювання є важливим аспектом, який безпосередньо впливає на благополуччя людей і може спричинити або посилити психологічний дистрес під час пандемії. Отримані нами результати добре узгоджуються з даними, отриманими в інших країнах. Здійснений С. Брукс та іншими узагальнений теоретичний огляд 24 робіт, які вивчали психологічний вплив карантинних обмежень на особистість встановили, що боязнь інфекції відноситься до основних стрес-факторів (згідно огляду Brooks et al., 2020).

Люди в ситуації пандемії знаходяться в стані різного ступеня занепокоєння і хвилювання. Хоча, більшість респондентів (66,5 %) зазначили, що їх самопочуття не змінилось, 16,1 % відчувають погіршення свого психічного стану. Ці результати підтверджують дані інших досліджень. Так, в метааналізі з вивчення психічного здоров'я в умовах пандемії COVID-19 (12 досліджень, 27475 осіб), встановлено, що в цей період частота проявів тривожності становила 25 %, а депресії – 28 %. Водночас, автори наголошують на зна-

Таблиця 4.

Взаємозв'язок задоволеності життям з стрес-факторами суб'єктивного благополуччя під час пандемії COVID-19

Змінні	Тривога можливих загроз пандемії		Відчутні наслідки впливу пандемії			
	Тривога зараження вірусом	Тривога економічних наслідків	Професійні перспективи	Самопочуття	Фінансові доходи	Вплив на життя пандемії
Задоволеність життям	0,074	-0,107*	0,225***	0,322***	0,225***	-0,205***

Примітки: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$.

чний гетерогенність оцінок тривожності, діапазон скарг в роботах від 6,33 % до 28,8 % (Ren et al., 2020).

Встановлено, що оцінка ступеня впливу на життя пандемії коронавірусу пов'язана з уявленнями респондентів про зміни, які відбулися в професійній, фінансовій сферах, самопочутті та тривогою можливих майбутніх негативних економічних та медичних наслідків, проте жоден з цих показників не визначає оцінку в достатній мірі. Виявлені розміри ефектів відповідають здебільшого малому рівню. Ці результати породжують питання вибору критеріїв оцінювання, яке є зараз однією із самих недооцінених проблем у вивченні суб'єктивного благополуччя (Леонтьев, 2020). Цікавим завданням подальших досліджень є також визначення, в якій мірі оцінки залежать від особистісних ресурсів.

Суб'єктивний висновок про ступінь впливу коронавірусної пандемії на життя людини в цілому не залежить від соціально-демографічних факторів і лише в мінімальній мірі визначається статтю та частково професійною категорією. Жінки, що здобувають вищу освіту, працюють в недержавному секторі або безробітні найбільше відчули негативний вплив пандемії. Пояснення цього можна знайти в більшій емоційності жінок, стрес-фактори ситуації тиску та невизначеності знаходять своє відображення в психічному перевантаженні і більш високому сприйнятті стресу.

Як і очікувалось, встановлено, що наслідки впливу стрес-факторів пандемії статистично значуще відображаються на суб'єктивному благополуччі особистості. Чим вищий рівень задоволеності життям, тим менш відчутні особистістю негативні наслідки стрес-факторів COVID-19. В інших роботах також показано, що показники задоволеності життя тісно зв'язані з життєвими умовами, такими як рівень доходу та наявність роботи (Тов, 2018). Проте, отримані величини кореляційних розмірів ефектів відносно невеликі, це означає, що стрес-фактори пандемії пояснюють малий відсоток варіативності суб'єктивного благополуччя особистості. Про це говорить і відома модель «пирога щастя» (Любомирски, 2014), згідно якої зовнішні умови (від клімату до фінансового достатку) вносять близько 10 % в дисперсію щастя.

Відповідно до моделі Е. Дінера (Diener, 1984), наші результати свідчать на користь стабільності когні-

тивного компоненту суб'єктивного благополуччя особистості після майже року розповсюдження коронавірусу в Україні. На даний момент відсутні підстави стверджувати про його зміни. Задоволеність життям людьми вище стандартизованих норм використаного діагностичного тесту. Виявляється задоволеність життям відносно незалежне від об'єктивних умов життя. Напевно, переживання суб'єктивного благополуччя в більшій мірі залежить від стійких характеристик особистості, міжособистісних відносин, цінностей. Можливо, ці результати демонструють тільки початкову динаміку змін під впливом пандемії COVID-19, тому що згідно результатів лонгitudних даних метааналізу (313 вибірок, N = 65911) різноманітні життєві події впливають на благополуччя (Luhmann et al., 2012). Тому в майбутньому результати повинні бути підтвержені в перспективному дослідженні.

Висновки та перспективи подальших досліджень.

Результати дослідження показали, ситуація пандемії характеризується високим стресовим кумулятивним потенціалом через переживання загрози інфікування, негативні економічні наслідки та суворі обмежувальні заходи карантину. Переважна більшість осіб вказали, що пандемія істотно вплинула на їхнє життя і оцінка в загальному не залежала від соціально-демографічних факторів респондентів. Зростання суб'єктивного впливу пандемії на особистість супроводжується негативними змінами в професійній, фінансовій сферах, самопочутті, тривогою за здоров'я та можливі негативні економічні наслідки.

Проте наслідки впливу безпрецедентної ситуації пандемії, згідно результатів дослідження не є настільки негативним і деструктивним, ніж передбачалось. Встановлено, що відчуття задоволеності життям особистістю відносно незалежне від об'єктивних умов зовнішнього середовища, його показники не знизилась за рік розповсюдження коронавірусу. Чим вищий рівень задоволеності життям, тим менш відчутні особистістю негативні наслідки COVID-19. Стрес-фактори пандемії пояснюють невеликий відсоток дисперсії когнітивного компоненту суб'єктивного благополуччя, напевно, вплив опосередкований особистісними характеристиками, що є перспективним напрямком майбутніх дослід-

ДЖЕНЬ.

References:

- Ahorsu, D. K., Lin, Ch.-Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., Pakpour, A. H. (2020). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>
- Ammerman, B. A., Burke, T. A., Jacobucci, R., McClure, K. (2020). Preliminary Investigation of the Association Between COVID-19 and Suicidal Thoughts and Behaviors in the U.S. <https://doi.org/10.31234/osf.io/68djp>.
- Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J., & Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective wellbeing from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(4), 279-323. <https://doi.org/10.1037/bul0000226>
- Boyko, O. M., Medvedeva, T. I., Enikolopov, S. N., Vorontsova, O. Yu., Kazmina, O. Yu. (2020). Psihologicheskoe sostoyanie lyudey v period pandemii COVID-19 i misheni psihologicheskoy raboty [The psychological state of people during the COVID-19 pandemic and the target of psychological work]. *Psihologicheskie issledovaniya*, 13(70), 1. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2020v13n70/1731-boyko70.html> [in Russian]
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Casagrande, M., Favieri, F., Tambelli, R., Forte, G. (2020). The enemy who sealed the world: Effects quarantine due to the COVID-19 on sleep quality, anxiety, and psychological distress in the Italian population. *Sleep Medicine*, 75, 12-20. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.05.011>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavior sciences*. (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Courtet, P., Olié, E., Debien, C., Vaiva, G. (2020). Keep socially (but not physically) connected and carry on: Preventing suicide in the age of COVID-19. *Journal of clinical psychiatry*, 81(3), e20com13370. doi: 10.4088/JCP.20com13370
- Cullen, W., Gulati, G., Kelly, B. D. (2020). Mental health in the COVID-19 pandemic. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(5), 311-312. <https://doi.org/10.1093/qjmed/haa110>
- Cummins, R. A. (2015). The theory of subjective wellbeing homeostasis: A contribution to understanding life quality. *A Life Devoted to Quality of Life*. Dordrecht, Netherlands: Springer, 61-79. doi: 10.1007/978-3-319-20568-7_4
- Diener, E., Tay, L. (2017). A Scientific Review of the Remarkable Benefits of Happiness for Successful and Healthy Living. In: *Happiness: Transforming the Development Landscape*. Thimphu: The Centre for Bhutan Studies and GNH, 90-117. <https://www.bhutanstudies.org.bt/publicationFiles/OccasionalPublications/Transforming%20Happiness/Chapter%206%20A%20Scientific%20Review.pdf>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Oishi, S., Tay, L. (2018). Introduction by the editors. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.) *Handbook of Well-Being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers. doi:nobascholar.com
- Diener, E., Ryan, K. (2009) Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406. doi:10.1177/008124630903900402
- Fedosenko, E. V. (2020). Zhizn posle karantina: psihologiya smyslov i koronavirus COVID-19 [Life after the quarantine: psychology of sense and coronavirus COVID-19]. *Psihologicheskie problemyi smysla zhizni i akme*, (XXV), 34-47. doi: 10.24411/9999-042A-2020-00040 [in Russian]
- Harper, C.A., Satchell, L., Fido, D., Latzman, R. (2020). Functional fear predicts public health compliance in the COVID-19 pandemic. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/jkfu3>
- Jeong, H., Yim, H. W., Song, Y. J., Ki, M., Min, J. A., Cho, J., & Chae, J. H. (2016). Mental health status of people isolated due to Middle East Respiratory Syndrome. *Epidemiology and health*, 38, e2016048. <https://doi.org/10.4178/epih.e2016048>
- Kakodkar, P, Kaka, N, Baig, M. N. (2020). A comprehensive literature review on the clinical presentation, and management of the pandemic coronavirus disease 2019 (COVID-19). *Cureus*, 12(4):e7560. doi:10.7759/cureus.7560
- Lau, A. L., Chi, I., Cummins, R. A., Lee, T. M., Chou, K. L., Chung, L. W. (2008) The SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) pandemic in Hong Kong: Effects on the subjective wellbeing of elderly and younger people. *Aging Ment Health*, 12(6), 746-760. doi:10.1080/13607860802380607
- Leontev, D. A. (2012). Pozitivnaya psihologiya – povestka dnya novogo stoletiya [Positive Psychology: An Agenda for the New Century]. *Psihologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki*, 9(4), 36-58. https://psy-journal.hse.ru/data/2013/10/31/1283206512/Leontiev_9-04pp36-58.pdf [in Russian]
- Leontev, D. A. (2020). Schaste i sub'ektivnoe blagopoluchie: k konstruirovaniyu ponyatiynogo polya [Happiness and Well-Being: Toward the Construction of the Conceptual Field]. *Monitoring obschestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i sotsialnyie peremenyi*, 1, 14-37. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>. [in Russian]
- Li, J., Yang, A., Dou, K., Wang, L., Zhang, M., Lin, X. (2020). Chinese public's knowledge, perceived severity, and perceived controllability of the COVID-19 and their associations with

- emotional and behavioural reactions, social participation, and precautionary behaviour: A national survey. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/5tmsh>
- Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M., Lucas, R. E. (2012). Subjective well-being and adaptation to life events: a meta-analysis. *Journal of personality and social psychology*, 102(3), 592-615. <https://doi.org/10.1037/a0025948>
- Lyubomirski, S. (2014). *Psihologiya schastyia. Novyyi podhod* [The psychology of happiness. New approach]. SPb.: Piter [in Russian]
- Lyubov, E. B., Zotov, P. B., Polozhiy, B. S. (2020). Pandemii i suitsid: idealnyiy shtorm i moment istinyi [Pandemics and suicide: a perfect storm and a moment of truth]. *Suitsidologiya*, 1(38), 3-38. [https://doi.org/10.32878/suiciderus.20-11-01\(38\)-3-38](https://doi.org/10.32878/suiciderus.20-11-01(38)-3-38) [in Russian]
- Mamun, M. M., Ullah, I. (2020). COVID-19 suicides in Pakistan, dying off not COVID-19 fear but poverty? – The forthcoming economic challenges for a developing country. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 163-166. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.028>
- Mihashi, M., Otsubo, Y., Yinjuan, X., Nagatomi, K., Hoshiko, M., Ishitake, T. (2009). Predictive factors of psychological disorder development during recovery following SARS outbreak. *Health Psychol*, 28(1), 91-100. doi: 10.1037/a0013674. PMID: 19210022
- Nestik, T.A. (2020). Vliyanie pandemii COVID-19 na obschestvo: sotsialno-psihologicheskii analiz [The impact of the COVID-19 pandemic on society: socio-psychological analysis]. *Institut psihologii Rossiyskoy akademii nauk. Sotsialnaya i ekonomicheskaya psihologiya*, 2(18), 43-83. doi: 10.38098/ipran.sep.2020.18.2.002 [in Russian]
- Osin, E. N., Leontev, D. A. (2020). Kratkie russkoyazyichnyie shkalyi diagnostiki sub'ektivnogo blagopoluchiya: psihometricheskie harakteristiki i sravnitelnyiy analiz [Brief Russian-Language Instruments to Measure Subjective Well-Being: Psychometric Properties and Comparative Analysis]. *Monitoring obschestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i sotsialnyie peremenyi*, 1, 117-142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>. [in Russian]
- Pellecchia, U., Crestani, R., Decroo, T., Van den Bergh, R., Al-Kourdi, Y. (2015). Social Consequences of Ebola Containment Measures in Liberia. *PLoS ONE*, 10(12), e0143036. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0143036>
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian journal of psychiatry*, 52, 102066. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>
- Rasskazova, E. I., Leontev, D. A., Lebedeva, A. A. (2020). Pandemiya kak vyzov sub'ektivnomu blagopoluchiyu: trevoga i sovladanie [Pandemic as a Challenge to Subjective Well-Being: Anxiety and Coping]. *Konsultativnaya psihologiya i psihoterapiya*, 28(2), 90-108. <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280205> [in Russian]
- Ren, X., Huang, W., Pan, H., Huang, T., Wang, X., Ma, Y. (2020). Mental Health During the Covid-19 Outbreak in China: a Meta-Analysis. *Psychiatric Quarterly*, 91, 1033-1045. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09796-5>
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102083. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102083>
- Røysamb, E., Nes, R. B., Czajkowski, N. O., Vassend, O. (2018). Genetics, personality and wellbeing. A twin study of traits, facets and life satisfaction. *Sci Rep*, 8, 12298. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-29881-x>
- Seligman, M. (2006). *Novaya pozitivnaya psihologiya* [New positive psychology]. M.: Sofiya [in Russian]
- Seligman, M. (2011). *Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and WellBeing*. New York: Simon and Schuster.
- Sheldon K. (2016). Putting Eudaimonia in its Place: On the Predictor, Not the Outcome, Side of the Equation. In: Vittersø J. (ed.) *Handbook of Eudaimonic Well-Being*. Cham: Springer, 531-541.
- Sibley, C. G., Greaves, L. M., Satherley, N., Wilson, M. S., Overall, N. C., Lee, C. H. J., . . . Barlow, F. K. (2020). Effects of the COVID-19 pandemic and nationwide lockdown on trust, attitudes toward government, and well-being. *American Psychologist*, 75(5), 618-630. <http://dx.doi.org/10.1037/amp0000662>
- Staudinger, U. M. (2000). Viele Gründe sprechen dagegen, und trotzdem geht es vielen Menschen gut: Das Paradox des subjektiven Wohlbefindens. *Psychologische Rundschau*, 51(4), 185-197. <https://doi.org/10.1026/0033-3042.51.4.185>
- Steel, P., Schmidt, J., Bosco, F., Uggerslev, K. (2019). The effects of personality on job satisfaction and life satisfaction: A meta-analytic investigation accounting for bandwidth-fidelity and commensurability. *Human Relations*, 72, 217-247. <https://doi.org/10.1177/0018726718771465>
- Tang, W., Hu, T., Hu, B., Jin, C., Wang, G., Xie, C., Chen, S., Xu, J. (2020). Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. *Journal of affective disorders*, 274, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.009>
- Tov, W. (2018). Well-Being Concepts and Components. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.) *Handbook of Well-Being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers. doi:nobascholar.com
- Yao, H. (2020). The more exposure to media information about COVID-19, the more distressed you will feel. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 167-169. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.031>

Zettler, I., Schild, C., Lilleholt, L., Kroencke, L., Utesch, T., Moshagen, M., ... Geukes, K. (2020). The role of personality in COVID-19 related perceptions, evaluations, and behaviors: Findings across five samples, nine traits, and 17 criteria. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/pkm2a>

Valerii Bosniuk

PhD in Psychological Sciences, Associate Professor, associate professor of the Department of Psychology of Activities in Special Conditions, National University of Civil Defence of Ukraine, Kharkiv (Ukraine)

Valerii Olefir

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of General Psychology, V.N. Karazin Kharkiv National University, Kharkiv (Ukraine)

THE COGNITIVE COMPONENT OF SUBJECTIVE WELL-BEING DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

COVID-19 changes radically people's daily lives, endangering their well-being. Under such conditions, knowledge on psychological characteristics of pandemic situation experiencing and its impact on life satisfaction as a component of an individual's subjective well-being is of paramount importance for solving the mental health problems during the pandemic situation.

The sample consisted of 465 people (160 men, 34.4%; 305 women, 65.6%) aged 18 to 85 years ($M = 35.53$; $SD = 11.64$). As a result, two-thirds of the respondents indicated that the pandemic significantly affected their lives. This was a situation with a high stress-cumulating potential. About 65% of the respondents were worried about possible economic losses, 35% had already experienced worsened financial income. The third of the respondents noted that their professional prospects had deteriorated. Most respondents were concerned about the potential risk of virus contracting. Health changes during introduced restrictive measures because of the pandemic were not felt by most respondents.

The assessed impact of the coronavirus pandemic on people's life was related to the respondents' perceptions of changes in their professional, financial spheres, health and to the anxiety about possible future negative economic and medical consequences. An individual's subjective con-

clusion on the pandemic's impact did not depend, in general, on socio-demographic factors.

According to E. Diner's model, our results show in favour of the stability of the cognitive component of an individual's subjective well-being after almost a year of coronavirus in Ukraine. At the moment, there is no reason to claim changes in assessed life satisfaction. It is possible that these results demonstrate only initial changes in the pandemic situation and/or coronavirus stress factors on life satisfaction are mediated by personal characteristics, which are promising areas for further research. The higher life satisfaction was, the less noticeable the negative consequences of COVID-19 were.

Key words: subjective well-being, life satisfaction, pandemic, coronavirus, COVID-19.

Боснюк Валерий Федорович

Кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии деятельности в особых условиях Национального университета гражданской защиты Украины, г. Харьков (Украина)

Олефир Валерий Александрович

Доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой общей психологии Харьковского национального университета имени В.Н. Каразина, г. Харьков (Украина)

КОГНИТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ В СИТУАЦИИ ПАНДЕМИИ COVID-19

АННОТАЦИЯ

COVID-19 поспособствовал радикальным изменениям в повседневной жизни людей, что поставило под угрозу их благополучие. При таких условиях знание психологических особенностей переживания ситуации пандемии и ее влияния на удовлетворенность жизнью как составляющей субъективного благополучия личности имеет первостепенное значение для решения проблем психического здоровья в период чрезвычайной ситуации.

Выборка исследования состояла из 465 человек (160 мужчин, 34,4%; 305 женщин, 65,6%) в возрасте от 18 до 85 лет ($M = 35,53$; $SD = 11,64$). В результате 2/3 респондентов указали, что пандемия существенно повлияла на их жизнь. Сложилась ситуация с высоким

стрессогенным кумулятивным потенциалом. Возможные экономические потери волнуют около 65% респондентов, 35% уже ощутили снижение финансовых доходов. Треть отметила, что у них ухудшились профессиональные перспективы. Большинство респондентов тревожит потенциальная опасность заражения вирусом. Изменений в самочувствии за время введения ограничительных мер пандемии респонденты в основном не почувствовали.

Установлено, что оценка степени влияния на жизнь пандемии коронавируса связана с представлениями респондентов об изменениях, которые произошли в профессиональной, финансовой сферах, самочувствии и тревогой возможных будущих негативных экономических и медицинских последствий. Субъективный вывод меры воздействия пандемии на человека в целом не зависел от социально-демографических факторов.

Согласно модели Э. Динера, наши результаты свидетельствуют в пользу стабильности когнитивного компонента субъективного благополучия личности после почти года распространения коронавируса в Украине. На данный момент отсутствуют основания утверждать об изменениях в оценках удовлетворенности жизнью. Возможно, эти результаты демонстрируют только начальную динамику изменений в ситуации пандемии и/или влияние стресс-факторов коронавируса на удовлетворенность жизнью опосредованный личностными характеристиками, что являются перспективными направлениями дальнейших исследований. Установлено, чем выше уровень удовлетворенности жизнью, тем менее ощутимы личностью негативные последствия COVID-19.

Ключевые слова: субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью, пандемия, коронавирус, COVID-19.

How to cite (як цитувати):

Bosniuk, V., Olefir, V. (2021). *THE COGNITIVE COMPONENT OF SUBJECTIVE WELL-BEING. PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 7 (4), 57-68. <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.4.6> [in Ukrainian]

Дата отримання статті: 21.02.2021

Дата рекомендації до друку: 20.03.2021

Дата оприлюднення: 30.04.2021