

УДК 159.9

DOI: 10.33910/2686-9527-2020-2-4-372-383

Особенности психологических реакций в ситуации эпидемической угрозы, транслируемой СМИ

А. Н. Алёхин¹, Ю. Ю. Данилова^{✉1}, О. Ю. Щелкова²

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена,
191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. реки Мойки, д. 48

² Санкт-Петербургский государственный университет,
199034, Россия, Санкт-Петербург, Университетская наб., д. 7/9

Сведения об авторах

Анатолий Николаевич Алёхин,
SPIN-код: 8042-3024,
Scopus AuthorID: 56661970100,
ORCID: 0000-0002-6487-0625,
e-mail: termez59@mail.ru

Юлия Юрьевна Данилова,
SPIN-код: 3764-0734,
ResearcherID: U-3434-2018,
ORCID: 0000-0001-7687-0393,
e-mail: jdaniлова@mail.ru

Ольга Юрьевна Щелкова,
SPIN-код: 6796-7520,
Researcher ID: C-7702-2016,
ORCID: 0000-0001-9444-4742,
e-mail: o.shhelkova@spbu.ru

Для цитирования:

Алёхин, А. Н., Данилова, Ю. Ю.,
Щелкова, О. Ю.
(2020) Особенности
психологических реакций
в ситуации эпидемической угрозы,
транслируемой СМИ. *Психология
человека в образовании*, т. 2, № 4,
с. 372–383.
DOI: 10.33910/2686-9527-2020-2-
4-372-383

Получена 1 октября 2020; прошла
рецензирование 14 октября 2020;
принята 20 октября 2020.

Права: © Авторы (2020).
Опубликовано Российским
государственным педагогическим
университетом им. А. И. Герцена.
Открытый доступ на условиях
лицензии CC BY-NC 4.0.

Аннотация. Современное общество находится на этапе социальных, экономических и политических преобразований. Любые преобразования сопровождаются ростом психологической и социальной напряженности в связи с изменением отношения как к ситуации в целом, так и к отдельным ее ключевым компонентам. В настоящий момент таким ключевым компонентом является пандемия коронавирусной инфекции COVID-19. Беспрецедентные меры, принимаемые на всех социальных уровнях (от микро- до макросоциальных), изменили привычный образ жизни каждого члена нашей страны и мирового сообщества. Одновременно с этим важно понимать, что это отношение, а соответственно, и реакции людей формируются у современного человека в условиях множественного воздействия стимулов информационного пространства. Целью предлагаемого проекта является изучение особенностей реакций человека, возникающих в условиях эпидемической угрозы, транслируемой информационной средой.

В исследовании приняли участие 108 респондентов в возрасте от 18 до 68 лет, из них 87 % — женщины и 13 % — мужчины. Для достижения целей исследования использовался клинико-психологический метод, реализованный с помощью специально разработанного авторского структурированного интервью, направленного на выявление представлений респондентов о возникновении и профилактике распространения коронавирусной инфекции COVID-19, а также экспериментально-психологический метод, реализованный с помощью двух тестовых методик: «Интегративный тест тревожности» (ИТТ) и «Анкета самооценки состояния» (АСС). Данное исследование позволит определить тактику психопрофилактической работы с населением на различных ее уровнях в период ухудшений эпидемиологической ситуации и возникновения ситуаций пандемии.

Планируемое исследование позволит расширить представления и углубить понимание патопсихологических механизмов реагирования в экстремальных условиях, создаваемых под воздействием и влиянием информационной среды. Кроме того, использование психологических подходов в изучении влияния информационной среды на психическое состояние и благополучие в обществе позволит наметить пути совершенствования системы охраны здоровья населения как базового ресурса национальной безопасности России.

Ключевые слова: психологические реакции, информационная среда, экстремальная ситуация, эпидемическая угроза, пандемия COVID-19.

Features of psychological reactions to epidemic threat communicated by the mass media

A. N. Alekhin¹, Yu. Yu. Danilova¹, O. Yu. Shchelkova²

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia, 48 Moika Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

² St Petersburg State University, 7/9 Universitetskaya Emb., Saint Petersburg 199034, Russia

Authors

Anatoly N. Alekhin,
SPIN: 8042-3024,
Scopus AuthorID: 56661970100,
ORCID: 0000-0002-6487-0625,
e-mail: termez59@mail.ru

Yulia Yu. Danilova,
SPIN: 3764-0734,
ResearcherID: U-3434-2018,
ORCID: 0000-0001-7687-0393,
e-mail: jdaniлова@mail.ru

Olga Yu. Shchelkova,
SPIN: 6796-7520,
Researcher ID: C-7702-2016,
ORCID: 0000-0001-9444-4742,
e-mail: o.shhelkova@spbu.ru

For citation:

Alekhin, A. N., Danilova, Yu. Yu., Shchelkova, O. Yu. (2020) Features of psychological reactions to epidemic threat communicated by the mass media. *Psychology in Education*, vol. 2, no. 4, pp. 372–383. DOI: 10.33910/2686-9527-2020-2-4-372-383

Received 1 October 2020;
reviewed 14 October 2020;
accepted 20 October 2020.

Copyright: © The Authors (2020).
Published by Herzen State
Pedagogical University of Russia.
Open access under CC BY-NC
License 4.0 .CC BY-NC License 4.0.

Abstract. Modern society is currently undergoing social, economic and political transformations. Any transformations are accompanied by an increase in psychological and social tension due to a change in attitude both towards the situation as a whole and to its individual key elements. At the moment, the attitude towards the COVID-19 pandemic is one such key element. Unprecedented measures taken at all social levels (from micro- to macro-social) have changed the lives of every Russian citizen and every member of the global community. At the same time, it is important to understand that the attitudes and, consequently, the reactions are influenced by the multiplier effect of virtual stimuli in the information space. The aim of our project is to study the characteristics of human reactions that occur in the context of an epidemic threat communicated by the information environment.

The study involved 108 respondents aged 18 to 68, of which 87% were women and 13% were men. To achieve the objectives of the study, the authors developed an original structured interview aimed at identifying the respondents' perceptions of the emergence of COVID-19 and the prevention measures introduced to stop its spread. The researchers also used two test methods: an integrative anxiety test and a self-assessment questionnaire. This study will help to determine the tactics of psycho-preventive work with various groups of the general public during the period of a rising epidemic and the emergence of a pandemic.

The planned research will expand the knowledge and enhance the understanding of the pathopsychological response mechanisms in extreme conditions created by the influence of the information environment. In addition, the use of psychological approaches in studying the effects of the informational environment on the mental state and wellbeing of society will enable us to outline the ways to improve the system of public health protection which is a basic resource for Russia's national security.

Keywords: psychological reactions, information environment, extreme situation, epidemic threat, COVID-19 pandemic.

Введение

Проблема состояния, поведения и деятельности людей в современном мире в экстремальных ситуациях привлекает внимание ученых различных дисциплин. Тем не менее фокус внимания специалистов направлен в основном на изучение последствий подобных ситуаций — медицинских, психологических, социально-экономических и т. д. Несмотря на то, что в литературе имеется достаточно большой объем информации о воздействии различных экстремальных факторов, некоторые стороны этой проблемы, в частности особенности психологического реагирования человека в ситуации эпидемической угрозы, транс-

лируемой информационной средой, являются менее изученными. Вместе с тем именно особенности психологических реакций людей, различающихся по полу, возрасту, а также динамика этих реакций во многом определяют тактику и течение последующих медико-психологических и медицинских мероприятий как непосредственно во время чрезвычайной ситуации, так и в дальнейшем (Решетников).

В современном мире происходят стремительные и значимые изменения как политической, экономической, так и, как следствие, социальной реальности. Одной из причин этих изменений является активное внедрение и возрастающее влияние новых информационно-коммуникационных технологий на все сферы общественной

жизни: политику, экономику, общество, психологию, культуру, здравоохранение и т. д. Под влиянием вышеупомянутых факторов образуется социум нового типа, в котором информация становится основным ресурсом для дальнейшего развития (Удовик, Селютин 2011). Стремительно возрастает количество информации, которую человек получает из большого количества ресурсов: СМИ, Интернет, социальные сети, форумы и т. д. Зачастую эта информация избыточна, противоречива и недостоверна, что, в свою очередь, может негативно сказываться на развитии всех компонентов личности, в особенности детей и подростков.

Психологические особенности поведения в ситуации угрозы

Жизнь и деятельность человека в современных социальных, экономических, политических и производственных условиях неразрывно связана с постоянным влиянием ряда неблагоприятных факторов, что, в свою очередь, приводит к возникновению и дальнейшему развитию негативных эмоций. Негативные эмоции сопровождаются чрезмерным напряжением физических и психических функций человека.

Психология экстремальных ситуаций является одним из наиболее значимых разделов прикладной психологии, который включает в себя ряд вопросов, связанных с оценкой, предвосхищением и оптимизацией психических реакций и состояний человека в условиях повышенного стресса. Психология экстремальных ситуаций имеет теоретический фундамент, связанный с исследованиями особенностей функционирования психики в условиях кризиса или угрозы, диагностикой психических реакций, состояний и поведения человека, находящегося или находившегося в чрезвычайных обстоятельствах. С другой стороны, психология экстремальных ситуаций имеет и практическое приложение, определяющее методы, техники, направления и приемы психологической коррекции, психотерапии и консультирования (Семенова 2012).

В психологии экстремальных ситуаций отдельное внимание уделяется выявлению, обнаружению, классификации и анализу различных феноменов психической жизни человека. В частности, изучаются такие негативные психические состояния, как фрустрация (как переживание неудачи), стресс, депривация, кризис, конфликт, которые возникают под воздействием экстремальных факторов. Эти состояния проявляются в виде острых или хронических

негативных эмоциональных переживаний: депрессии, тревоги, гнева, раздражительности, страха, агрессии, дисфории и т. д. Аффекты, которые возникают в подобных состояниях, достигают достаточно высокого уровня интенсивности, который может оказать дезорганизующее воздействие на интеллектуально-мнестическую деятельность человека, а также затрудняют процесс адаптации к бытовым, обыденным событиям повседневной жизни. Чрезмерные по интенсивности эмоциональные переживания могут затруднять конструктивную, критическую оценку ситуации, адекватное восприятие происходящего и, в свою очередь, мешают принятию правильных решений и нахождению адекватного способа для решения в стрессовой ситуации (Семенова 2012). Практически-ориентированная сфера психологии экстремальных ситуаций нужна для предотвращения нарушений в поведении и профилактики психических, невротических и психосоматических расстройств. Эта область психологической науки основывается на опыте практики психотерапевтов, психиатров, психологов МЧС, а также спасателей, оказывающих психологическую помощь непосредственно в очаге чрезвычайной ситуации (Семенова 2012).

Можно выделить следующие характеристики чрезвычайной ситуации:

- 1) критичность ситуации, когда степень воздействия экстремальных факторов выходит за пределы возможностей человека;
- 2) усложненные условия деятельности, субъективно воспринимающиеся индивидом как опасные, невыполнимые;
- 3) ситуация вызывает состояние психического напряжения;
- 4) ситуация приводит к состоянию динамического рассогласования, тем самым провоцируя максимальную мобилизацию психических и физических ресурсов;
- 5) ситуация вызывает нарушения психической регуляции деятельности и поведения, негативные функциональные состояния, снижает эффективность деятельности и надежность ее результатов;
- 6) человек сталкивается с невозможностью реализации своих целей, интересов, мотивов, стремлений и ценностей (Николаева, Хлоповских 2016).

Наиболее характерным психическим состоянием, которое может развиваться в условиях экстремальных ситуаций, является стресс (Бильданова, Бисерова, Шагивалеева 2015). Проблема стресса является острой научной проблемой,

и в последние годы на ее прояснение и решение нацелено внимание и усилия исследователей различных специальностей и направлений. Люди, не имеющие специальной психологической подготовки, оказывающиеся в условиях какой-либо угрозы, как правило, испытывают острую психологическую и эмоциональную напряженность, что является предиктором психологического и физиологического стресса. У некоторых людей это сопровождается снижением или срывом деятельности и работоспособности, ухудшением состояния здоровья, нарушениями психической деятельности, у других — мобилизацией внутренних ресурсов психики (Николаева, Хлоповских 2016).

Вариативность способов психического реагирования зависит от ряда факторов:

- индивидуально-личностных особенностей человека,
- интенсивности и длительности воздействия стрессогенных факторов,
- осведомленности относительно того, что происходит, и понимания степени опасности происходящего (Николаева, Хлоповских 2016).

Последние исследования в отношении экстремальной ситуации, связанной с пандемией COVID-19 показали, что основные противоэпидемические меры, такие как социальное дистанцирование и самоизоляция, являются самостоятельными стрессовыми факторами (Сорокин, Касьянов, Рукавишников и др. 2020), что, в свою очередь, может затруднять процессы адаптации, а также повышать общий уровень тревожности населения.

Влияние информационной среды на психическое благополучие

Отличительной чертой современного мира и общества является ускоренное развитие и трансформация информационной среды, окружающей человека: количество и качество информационных источников, способы получения информации, ее противоречивость, разнородность и т. д. (Ким 2017). Согласно данным проведенного в 2008 г. исследования, среди совершеннолетних жителей России было 34 млн чел. (или 30 %) пользователей Интернета, а среди россиян старше 16 лет — 38 млн чел. (или 32 %) (Радкевич 2009). По данным Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации, месячная интернет-аудитория России в 2012 г. превысила 55 % населения страны, 89 % российской молодежи пользуется сетью

Интернет постоянно, а распространение мобильного доступа в сеть Интернет в России за 2012 г. выросло на 33 % (Стратегия развития... 2013). По состоянию на декабрь 2018 г. аудитория Интернета 12+ равна 91,6 млн человек, или 74,7 % населения (Логунова 2019). Таким образом, мгновенно развивающиеся информационные технологии стали объектом исследований различных научных дисциплин: социологии (Буланова 2010), экономики (Давыдова, Бибилашвили 2018), философии (Лонский 2015), психологии (Болотов 2015). Информационная среда — это совокупность виртуальных стимулов и потоков информации, которые различным образом воздействуют на человека. С помощью виртуальных стимулов социум транслирует индивиду правила, стереотипы поведения, нормы и ценности. Особенности таких воздействий среды на сознание человека формируют у него специфический образ реальности и понимание себя в ней (Ким 2017). Исследование психологического влияния процесса информатизации, который затрагивает все области жизнедеятельности человека, и его последствий является наиболее актуальным и вместе с тем сложным на сегодняшний день.

Технический прогресс и информационное обеспечение всех жизненно важных процессов функционирования общества плотно внедряется в современную жизнь, открывая тем самым человеку широкий спектр возможностей, меняя жизненный уклад и ставя человека в зависимость от информационных технологий. Потребность в информации является одной из основных для человека — без нее формирование и существование индивидуального сознания невозможно. Влияние информации на индивида несет в себе психологическую направленность и опосредуется механизмами головного мозга. Эффект этого влияния проявляется в изменении психических свойств личности и ее поведения. Ввиду того, что информационная среда оказывает сильное влияние на жизнь современного человека, необходимо понимать его механизмы, а также последствия и результаты глобальной информатизации общества в психологическом смысле (Ким 2017). Следует отметить, что глобальное развитие информационных технологий оказывает как положительное, так и отрицательное воздействие. К последнему можно отнести, в частности, нарушения психологической безопасности (Баришполец 2013). Угрозы воздействия информационных стимулов на развитие, изменение, состояние и функционирование психики человека выделяли В. И. Илюхин, В. Н. Лопатин, О. А. Финько и т. д. К факторам

информационной среды, которые наибольшим образом влияют на психологическую безопасность общества, можно отнести качественную и количественную характеристику информации (объем, подлинность, количество, разнородность, противоречивость и т. д.), соответствие характеристик информации параметрам реципиентов и установкам окружающей среды, наличие в современных информационных технологиях специфических элементов, изменяющих психическое состояние людей, наличие в информационных потоках усовершенствованных физических носителей информации, воздействующих непосредственно на физиологические носители (Ким 2017). В результате получения и обработки чрезмерного количества информации, которая не всегда является объективной и достоверной, человек начинает испытывать трудности с ориентированием в разрастающемся информационном потоке, с анализом и интерпретацией информации. Как следствие искаженных представлений о реальности, изменения мировосприятия, у человека появляются различные психологические и социальные проблемы (Тимошенко 2010). По имеющимся в современной литературе данным (Сорокин, Касьянов, Рукавишников и др. 2020), считается, что более ясное и четкое понимание угрозы вирусной инфекции и соблюдение превентивных и профилактических мер населением связаны с высоким уровнем доверия к информации, распространяемой СМИ и властями.

Таким образом, как любая чрезвычайная ситуация, пандемия COVID-19 вызвала волну психологического напряжения среди населения по всему миру. Для поддержания механизмов адаптации людей исключительно значимыми представляются следующие меры: предоставление через СМИ полной, убедительной и обоснованной информации о необходимости соблюдения профилактических мер населением; создание коалиции тех специалистов, которые участвуют в борьбе с пандемией, с целью своевременного реагирования на потребности в поддержании психического здоровья населения; проведение длительного мониторинга уровня стресса на различных интернет-платформах, что создаст возможность для сфокусированной профилактической и психокоррекционной работы среди населения (Сорокин, Касьянов, Рукавишников и др. 2020).

В связи со стремительным ростом количества информационных стимулов, их влияния на развитие личности, серьезной включенности практически всех сфер жизнедеятельности человека в различные информационные технологии,

изучение влияния информационных стимулов на психологическое здоровье, проблему стресса, особенности реагирования и поведения человека в экстремальной ситуации является актуальным и требующим дальнейших исследований.

Организация и методы исследования

Целью настоящего исследования явилось изучение особенностей психологического реагирования человека в ситуации эпидемической угрозы, транслируемой информационной средой. Цели исследования:

- 1) изучить представления респондентов о возникновении и профилактике распространения коронавирусной инфекции, полученные посредством СМИ;
- 2) изучить эмоциональное состояние респондентов под влиянием эпидемической угрозы;
- 3) изучить самооценку состояния здоровья респондентов в ситуации эпидемической угрозы.

Для реализации поставленных целей исследовательской группой кафедры клинической психологии и психологической помощи института психологии РГПУ им. А. И. Герцена в период с 21 марта по 4 апреля 2020 г. (начало дистанционного обучения в вузах и объявление в Российской Федерации нерабочих дней) было проведено исследование с использованием ресурса социальной сети «ВКонтакте», где на странице кафедры была размещена опросная форма, предполагающая добровольность и анонимность участия. Использовались клиничко-психологический метод, реализованный с помощью специально разработанного авторского структурированного интервью, направленного на выявление представлений респондентов о возникновении и профилактике распространения коронавирусной инфекции COVID-19, а также экспериментально-психологический метод, реализованный с помощью двух тестовых методик: «Интегративный тест тревожности» (ИТТ) (Бизюк, Вассерман, Иовлев 2005) и «Анкета самооценки состояния» (АСС) (Никифоров 2005). Помимо этого, использовалась модифицированная проективная методика «Незаконченные предложения».

В исследовании приняли участие 108 респондентов в возрасте от 18 до 68 лет ($M = 34,1 \pm 12,4$), из них 87 % — женщины и 13 % — мужчины. Математико-статистический анализ полученных данных осуществлялся с использованием статистического пакета SPSS 20.0. Вычислялись

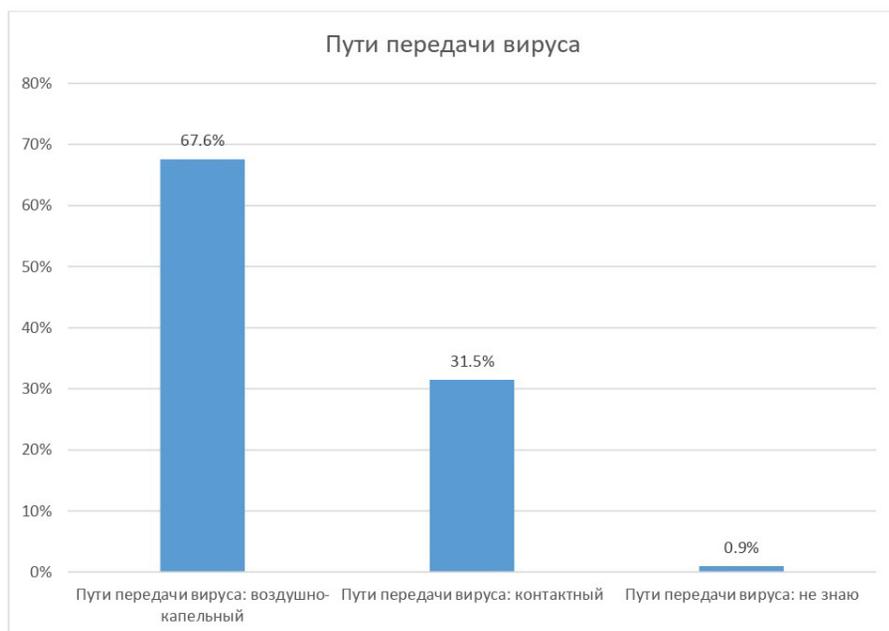


Рис. 1. Пути передачи вируса

одномерные статистики: средние арифметические значения, среднеквадратические отклонения. Для выявления достоверности межгрупповых различий использовался t-критерий Стьюдента.

Результаты и их обсуждение

Анализ представлений о возникновении и профилактике распространения коронавирусной инфекции COVID-19 показал, что самым распространенным способом ее передачи

исследованные респонденты считали воздушно-капельный способ (67,6 %); контактный способ назвали 31,5 %, и 0,9 % ответили, что не знают ответа на этот вопрос (рис. 1).

Наиболее характерными симптомами проявления данной болезни назвали сухость горла и сухой кашель (57,4 %), а также повышение температуры тела до 38 градусов (26,9 %). Не знали о симптомах 1,9 % опрошенных (рис. 2).

Временем инкубационного периода при заражении коронавирусной инфекцией 58,3 %

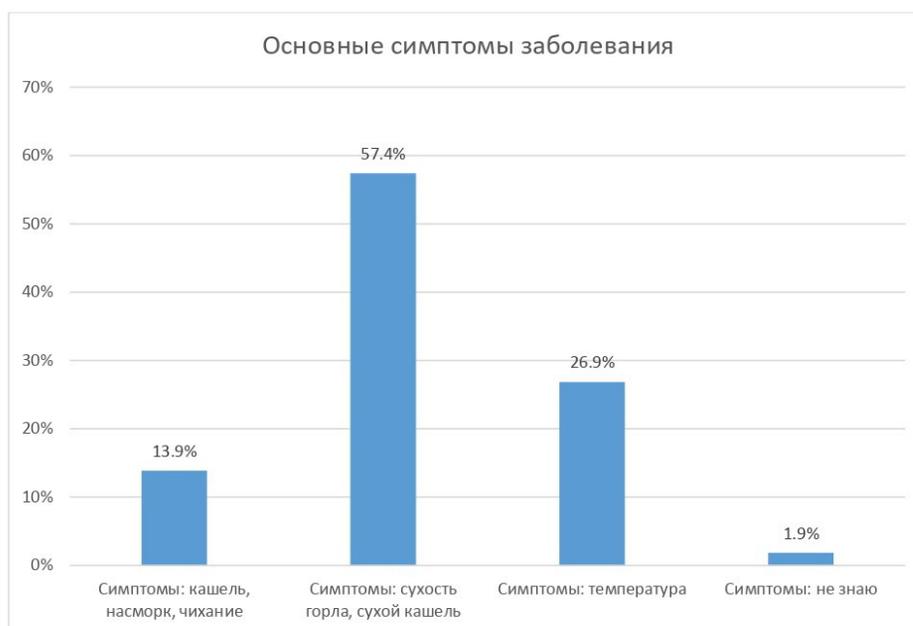


Рис. 2. Основные симптомы заболевания

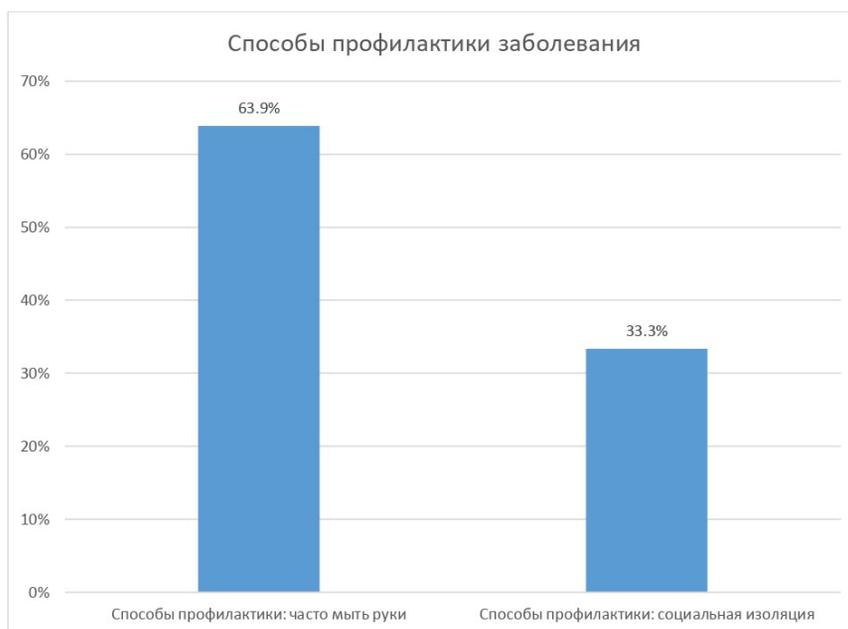


Рис. 3. Способы профилактики заболевания

респондентов назвали период до 28 дней. Пожилых людей как наиболее уязвимый контингент обозначили 98 % респондентов, соответственно, по мнению большинства, именно они в наибольшей степени нуждаются в физической изоляции от других (потенциально несущих риск заражения) людей. Из всех способов профилактики заболевания коронавирусной инфекцией COVID-19 как основные были названы два: тщательное мытье рук

и избегание большого скопления людей (63,9 %), а также полная социальная изоляция (33,3 %) (рис. 3).

На момент проведения исследования респонденты воспринимали ситуацию как «важную и серьезную» (28,7 %), «тревожную и напряженную» (25,0 %), «закономерную и контролируруемую» (17,6 %). В то же время 22,2 % оценивали ее как «преувеличенную», а 5,6 % опрошенных не могли ее идентифицировать (рис. 4).

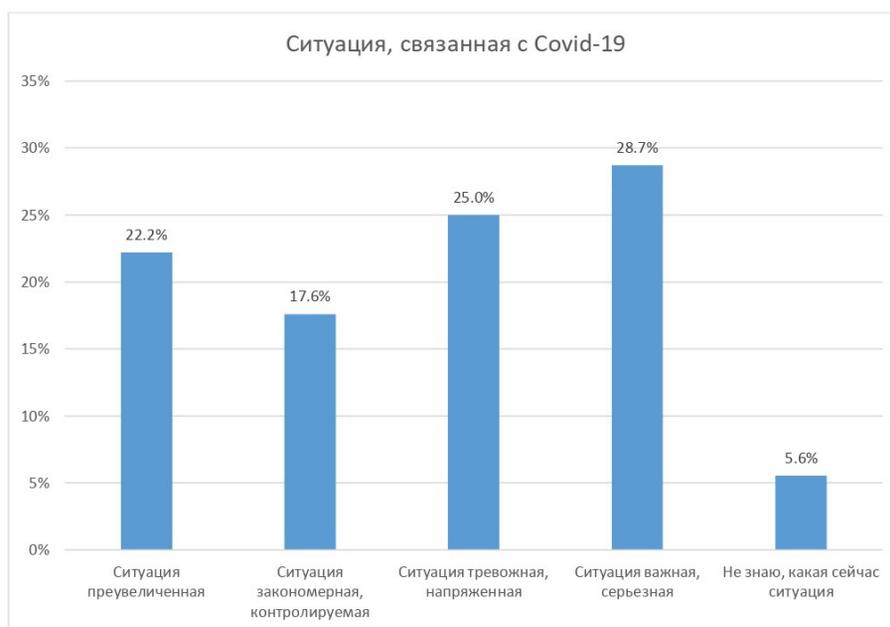


Рис. 4. Оценка ситуации, связанной с COVID-19

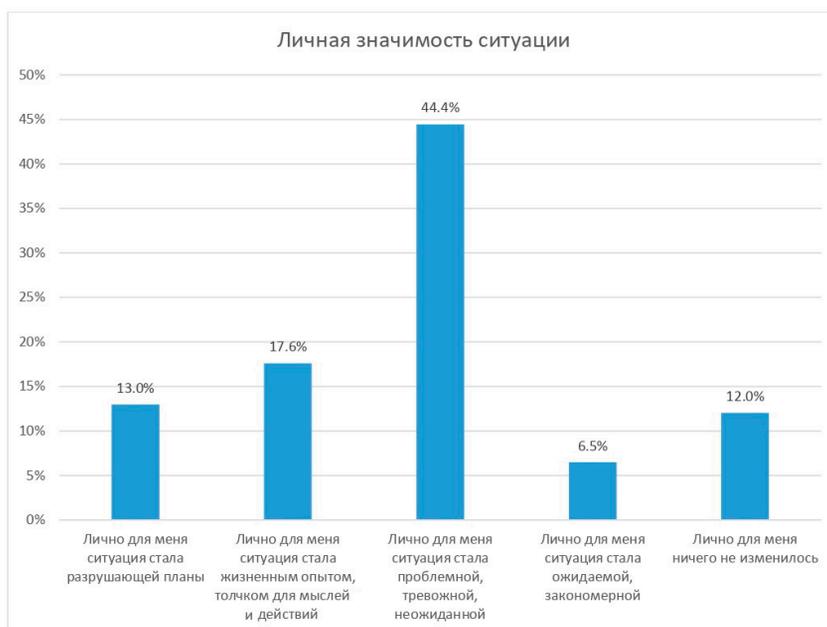


Рис. 5. Личная значимость ситуации

При этом большая часть из них (67,7 %) считали, что последствия пандемии будут носить масштабный характер и отразятся на всех сферах жизнедеятельности человека. Анализируя личную значимость возникшей социальной ситуации, 44,4 % опрошенных сказали, что для них она стала «проблемной, тревожной и неожиданной» и «разрушающей планы» (13,0 %). Однако для 12,0 % исследованных ничего не изменилось, а 17,6 % восприняли ситуацию

как «жизненный опыт, толчок для мыслей и действий» (рис. 5).

Рассматривая когнитивный, эмоциональный и поведенческий уровни реакций на эпидемическую угрозу, транслируемую информационной средой, было определено следующее. Участники исследования полагали, что имеющаяся на тот момент информация преувеличена или недостоверна (31,5 %), не является главной проблемой (18,5 %) (рис. 6).

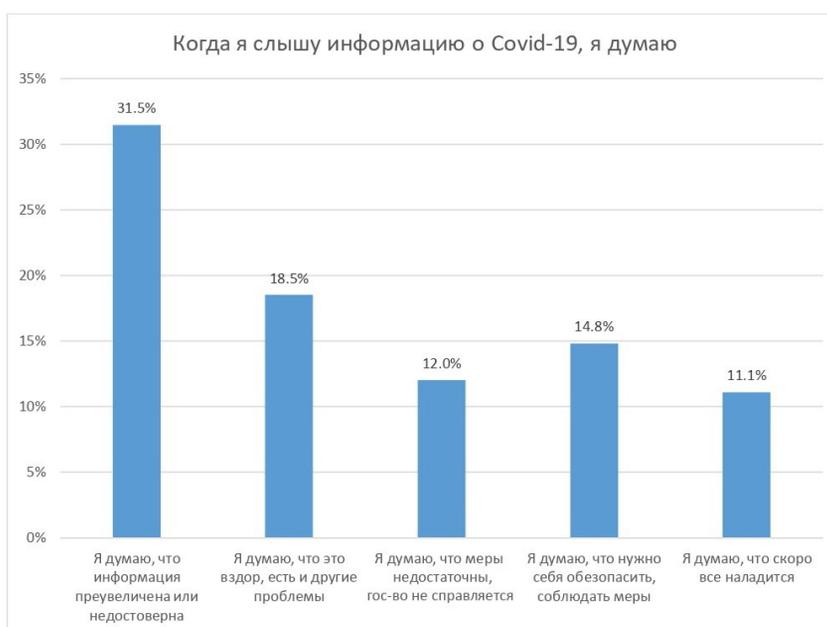


Рис. 6. Когнитивный уровень реакции на эпидемическую угрозу, транслируемую информационной средой

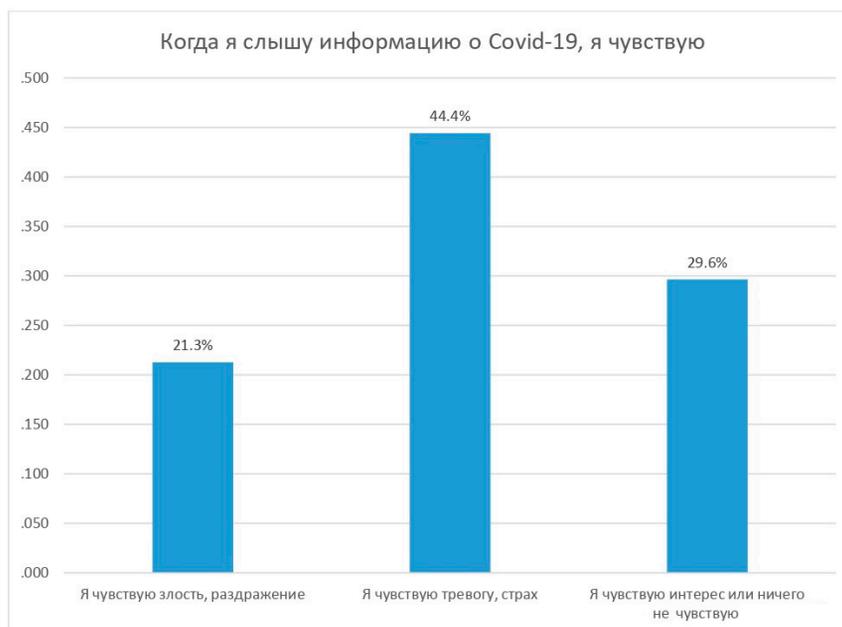


Рис. 7. Эмоциональный уровень реакции на эпидемическую угрозу, транслируемую информационной средой

При этом 12 % считали, что принимаемые меры недостаточны, а государство не справляется со сложившейся ситуацией.

Изучение эмоционального уровня показало, что доминирующими являются переживание страха и тревоги (44,4 %), а также злости и раздражения (21,3 %) (рис. 7), что на поведенческом уровне влечет за собой потребность «защитить себя и своих близких» (45,3 %) или устранить из сознания тревожащую информацию —

«не думать», «выключить телевизор» (31,4 %) (рис. 8). Также стоит отметить, что женщины достоверно чаще чувствуют тревогу и страх ($p < 0,001$).

Анализ эмоционального состояния исследуемых респондентов показал повышение уровня общей тревожности до верхней границы нормы (6 станайнов). Сопоставление структурных компонентов тревожности по половому признаку обнаружило, что в женской выборке

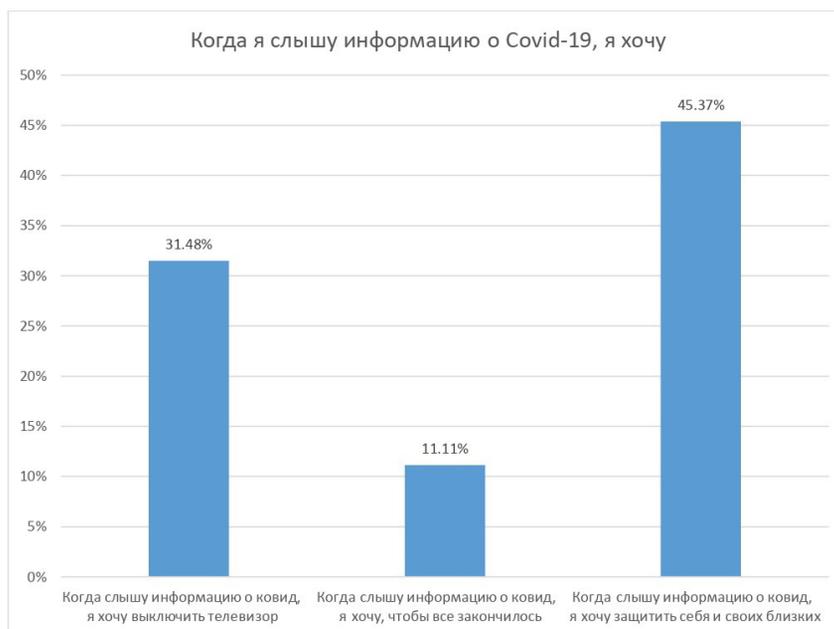


Рис. 8. Когнитивный уровень реакции на эпидемическую угрозу, транслируемую информационной средой

показатель «Тревожная оценка перспектив» достигает высокого уровня (7 станайнов) и значимо выше ($p < 0,05$), чем у мужчин (5 станайнов). Самооценка состояния здоровья выявила наличие у большей части обследуемых жалоб на состояние сонливости (53,7 %), головные боли (44,4 %), мышечную слабость (26,9 %), учащенное сердцебиение (25,0 %) и нарушения пищеварительной системы (25,0 %).

Выводы

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать следующие выводы.

Уже в начале объявленного «периода карантина» у части населения средствами коммуникации было сформировано представление о коронавирусной инфекции COVID-19 как болезни, требующей физического дистанцирования в социальной среде или полного изолирования. При этом треть опрошенных не доверяет имеющейся информации, что влечет

за собой переживание тревожной неопределенности, дестабилизацию когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферы. Следует отметить, что женщины значимо чаще отмечают тревогу и страх в ситуации эпидемической угрозы, транслируемой информационной средой.

Уровень общей тревожности находится в рамках нормативных значений, однако отмечено его повышение до верхней границы нормы. Анализ половых различий по отдельным шкалам методики ИТТ показал, что, в подтверждение результатов анализа данных анкеты, показатель «Тревожная оценка перспектив» у женщин значимо выше, чем у мужчин.

Анализ самооценки состояния здоровья выявил некоторые соматические проявления у респондентов, находящихся в ситуации эпидемической угрозы: сонливость, головную боль, мышечную слабость и т. д., что свидетельствует о возможной дестабилизации психосоматической сферы.

Литература

- Баришполец, В. А. (2013) Информационно-психологическая безопасность: основные положения. *Радиоэлектроника. Наносистемы. Информационные технологии*, т. 5, № 2, с. 62–104.
- Бизюк, А. П., Вассерман, Л. И., Иовлев, Б. В. (2005) *Применение интегративного теста тревожности (ИТТ): методические рекомендации*. СПб.: НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 23 с.
- Бильданова, В. Р., Бисерова, Г. К., Шагивалеева, Г. Р. (2015) *Психология стресса и методы его профилактики*. Елабуга: Елабужский институт КФУ, 142 с.
- Болотов, А. В. (2015) Применение информационных технологий в психологии. *Психология, социология и педагогика*, № 6. [Электронный ресурс]. URL: <http://psychology.snauka.ru/2015/06/5051> (дата обращения 01.09.2020).
- Буланова, М. Б. (2010) Новые информационные технологии в социологическом образовании. *Социологические исследования*, № 5 (313), с. 133–136.
- Давыдова, Е. Ю., Бибилашвили, А. С. (2018) Информационные технологии в экономике. *Территория науки*, № 1, с. 82–85.
- Ким, Б. М. (2017) Психологическое воздействие информационной среды на современного человека. *Наука, образование и культура*, № 4 (19), с. 101–104.
- Логунова, О. С. (2019) Концепции определения и измерения интернет-аудитории. *Журнал социологии и социальной антропологии*, т. 22, № 2, с. 230–246. DOI: 10.31119/jssa.2019.22.2.9
- Лонский, И. И. (2015) Информатизация и эволюция общества. *Перспективы науки и образования*, № 2 (14), с. 29–35.
- Никифоров, Г. С. (ред.). (2005) *Практикум по психологии здоровья*. СПб.: Питер, 351 с.
- Николаева, А. Н., Хлоповских, Ю. Г. (2016). Психологические особенности поведения населения при чрезвычайных ситуациях. *Современные технологии обеспечения гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций*, № 1-2 (7), с. 285–290.
- Радкевич, А. Л. (2009) Интернет-аудитория в России: состояние, динамика, тенденции. *Знание. Понимание. Умение*, № 1, с. 230–236.
- Решетников, М. М. Особенности состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных ситуациях с витальной угрозой (стихийные бедствия, техногенные катастрофы, теракты). *Европейская конфедерация психоаналитической психотерапии*. [Электронный ресурс]. URL: <https://russia.ecpp.org/text/reshetnikov-mm-osobennosti-sostoyaniya-povedeniya-i-deyatelnosti-lyudey-v-ekstremalnyh> (дата обращения 01.09.2020).
- Семенова, И. А. (2012) *Психология экстремальных ситуаций*. Ульяновск: УВАУ ГА(И), 138 с.
- Сорокин, М. Ю., Касьянов, Е. Д., Рукавишников, Г. В. и др. (2020) Психологические реакции населения как фактор адаптации к пандемии COVID-19. *Обзор психиатрии и медицинской психологии имени В. М. Бехтерева*, № 2, с. 87–94. DOI: 10.31363/2313-7053-2020-2-87-94

Стратегия развития отрасли информационных технологий в Российской Федерации на 2014–2020 годы и на перспективу до 2025 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 1 ноября 2013 г. № 2036-р. [Электронный ресурс]. URL: <https://digital.gov.ru/ru/documents/4084/> (дата обращения 01.09.2020).

Тимошенко, Т. В. (2010) Когнитивные аспекты информационно-психологической безопасности личности. *Известия ЮФУ. Технические науки*, № 9 (110), с. 185–188.

Удовик, В. Е., Селяутин, А. В. (2011) Информационная революция и становление информационного общества. *Известия МГТУ «МАМИ»*, № 2 (12), с. 263–267.

References

- Barishpolets, V. A. (2013) Informatsionno-psikhologicheskaya bezopasnost': osnovnyye polozheniya [Information-psychological security: Main principles]. *Radioelektronika. Nanosistemy. Informatsionnye tekhnologii — Radioelectronics. Nanosystems. Information Technologies*, vol. 5, no. 2, pp. 62–104. (In Russian)
- Bil'danova, V. R., Biserova, G. K., Shagivaleeva, G. R. (2015) *Psikhologiya stressa i metody ego profilaktiki [Psychology of stress and methods of its prevention]*. Yelabuga: Yelabuga Institute of Kazan Federal University Publ., 142 p. (In Russian)
- Bizyuk, A. P., Vasserman, L. I., Iovlev, B. V. (2005) *Primeneniye integrativnogo testa trevozhnosti (ITT) [Application of the integrative anxiety test (IAT)]*. Saint Petersburg: National Medical Research Center of Psychiatry and Neurology named after V. M. Bekhterev Publ., 23 p. (In Russian)
- Bolotov, A. V. (2015) *Primeneniye informatsionnykh tekhnologij v psikhologii [Application of information technologies in psychology]*. *Psikhologiya, sotsiologiya i pedagogika — Psychology, Sociology and Pedagogy*, no. 6. [Online]. Available at: <http://psychology.snauka.ru/2015/06/5051> (accessed 01.09.2020). (In Russian)
- Bulanova, M. B. (2010) *Novyye informatsionnye tekhnologii v sotsiologicheskom obrazovanii [New information technologies in sociological education]*. *Sotsiologicheskie issledovaniya — Sociological Research*, no. 5 (313), pp. 133–136. (In Russian)
- Davydova, E. Yu., Bibilashvili, A. S. (2018) *Informatsionnye tekhnologii v ekonomike [Information technology in economics]*. *Territoriya nauki*, no. 1, pp. 82–85. (In Russian)
- Kim, B. M. (2017) *Psikhologicheskoye vozdeystvie informatsionnoj sredy na sovremennogo cheloveka [The psychological impact of the information environment on a modern person]*. *Nauka, obrazovaniye i kultura — Science, Education and Culture*, no. 4 (19), pp. 101–104. (In Russian)
- Logunova, O. S. (2019) *Kontseptsii opredeleniya i izmereniya internet-auditorii [Identifying and measuring the internet audience]*. *Zhurnal sotsiologii i sotsialnoy antropologii — The Journal of Sociology and Social Anthropology*, vol. 22, no. 2, pp. 230–246. DOI: 10.31119/jssa.2019.22.2.9 (In Russian)
- Lonskii, I. I. (2015) *Informatizatsiya i evolyutsiya obshchestva [Informatization and the evolution of society]*. *Perspektivy nauki i obrazovaniya — Perspectives of Science & Education*, no. 2 (14), pp. 29–35. (In Russian)
- Nikiforov, G. S. (ed.). (2005) *Praktikum po psikhologii zdorov'ya [Workshop on health psychology]*. Saint Petersburg: Piter Publ., 351 p. (In Russian)
- Nikolaeva, A. N., Khlopovskikh, Yu. G. (2016) *Psikhologicheskie osobennosti povedeniya naseleniya pri chrezvychajnykh situatsiyakh [Psychological features of the behavior of the population in emergency situations]*. *Sovremennyye tekhnologii obespecheniya grazhdanskoj oborony i likvidatsii posledstviy chrezvychajnykh situatsij*, no. 1-2 (7), pp. 285–290. (In Russian)
- Radkevich, A. L. (2009) *Internet-auditoriya v Rossii: sostoyaniye, dinamika, tendentsii [Internet audience in Russia: current situation, dynamics, tendencies]*. *Znaniye. Ponimaniye. Umeniye — Knowledge. Understanding. Skill*, no. 1, pp. 230–236. (In Russian)
- Reshetnikov, M. M. *Osobennosti sostoyaniya, povedeniya i deyatelnosti lyudej v ekstremal'nykh situatsiyakh s vitalnoj ugrozoy (stikhijnye bedstviya, tekhnogennyje katastrofy, terakty) [Features of the state, behavior and activities of people in extreme situations with a vital threat (natural disasters, man-made disasters, terrorist attacks)]*. *Evropejskaya konfederatsiya psikhoanaliticheskoy psikhoterapii [European Confederation of Psychoanalytic Psychotherapy]*. [Online]. Available at: <https://russia.ecpp.org/text/reshetnikov-mm-osobennosti-sostoyaniya-povedeniya-i-deyatelnosti-lyudej-v-ekstremalnykh> (accessed 01.09.2020). (In Russian)
- Semenova, I. A. (2012) *Psikhologiya ekstremalnykh situatsij [Psychology of extreme situations]*. Ulyanovsk: Ulyanovsk Civil Aviation Institute Publ., 138 p. (In Russian)
- Sorokin, M. Yu., Kasyanov, E. D., Rukavishnikov, G. V. et al. (2020) *Psikhologicheskie reaktsii naseleniya kak faktor adaptatsii k pandemii COVID-19 [Psychological reactions of the population as a factor of adaptation to the COVID-19 pandemic]*. *Obozrenie psikhologii i meditsinskoj psikhologii imeni V. M. Bekhtereva — V. M. Bekhterev Review of Psychiatry and Medical Psychology*, no. 2, pp. 87–94. (In Russian)
- Strategiya razvitiya otrasli informatsionnykh tekhnologij v Rossijskoj Federatsii na 2014–2020 gody i na perspektivu do 2025 goda. Utverzhdena rasporyazheniem Pravitel'stva Rossijskoj Federatsii ot 1 noyabrya 2013 g. № 2036-r [Development strategy of the information technology industry in the Russian Federation for 2014–2020 and for

- the future until 2025. Approved by the order of the Government of the Russian Federation of 1 November 2013 No. 2036-r/*. [Online]. Available at: <https://digital.gov.ru/ru/documents/4084/> (accessed 01.09.2020). (In Russian)
- Timoshenko, T. V. (2010) Kognitivnye aspekty informatsionno-psikhologicheskoy bezopasnosti lichnosti [Cognitive aspect of the information psychological safety of personality]. *Izvestiya YuFU. Tekhnicheskie nauki — Izvestiya SFedU. Engineering Sciences*, no. 9 (110), pp. 185–188. (In Russian)
- Udovik, V. E., Selyutin, A. V. (2011) Informatsionnaya revolyutsiya i stanovlenie informatsionnogo obshchestva [The information revolution and information society]. *Izvestiya MGTU "MAMI"*, no. 2 (12), pp. 263–267. (In Russian)