



5. Клейберг Ю. А. Определение склонности к отклоняющемуся поведению (А. Н. Орел) // Социальная психология девиантного поведения: учебное пособие для вузов. – М., 2004. – С. 141–154.



Т. А. Мухаджиева, Е. Ч. Дубаева

УДК 159.9

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ РЕАГИРОВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ COVID-19

Актуальность исследования воздействия экстремальных ситуаций на личность человека обусловлена ростом частоты чрезвычайных ситуаций как в жизни отдельного человека, так и всего мирового сообщества. С развитием цивилизации, с применением все более новых технологий, прогрессом научных исследований актуализируется проблема социально-психологической устойчивости личности, решение которой выступает фактором обеспечения безопасности жизнедеятельности.

В настоящее время подавляющее большинство исследований данной проблемы отражает психофизиологические, клинические, субъективно-личностные аспекты, фокусируясь на уровнях психологического стресса, травме, психосоматике. Крайне редко исследуется социально-психологический аспект в поведении человека в сложных ситуациях, в связи с чем целью нашего исследования является исследование социально-психологического аспекта реагирования человека в чрезвычайной ситуации на примере COVID-19.

В теоретических и экспериментальных исследованиях социально-психологического подхода доказано, что психика человека – это не результат природного развития простейших форм общения, ее формирование происходит при помощи освоения социального опыта, то есть, собственно, поведение зависит как от психики человека, так и от его социального окружения.

Поведение и реакции человека в кризисных ситуациях не обусловлены исключительно объективными характеристиками и не носят фатально обусловленный характер, не навязывают человеку пассивно-послушной роли [3, с. 43–44]. Стратегия действий человека в экстремальной ситуации во многом обусловлена интересами индивида, его нравственным потенциалом, знаниями, культурой общения, а также имеющимся опытом проживания экстремальной ситуации.

Следует отметить, что состояние неопределенности, пространственные ограничения оказывают пагубное воздействие на психику каждого человека, так как ни одно живое существо не может существовать на основе принципа самодостаточности и вынуждено не только искать источники энергии в окружающей среде, но и «отдавать» выработанную энергию вовне. Эта энергия нужна ему для того, чтобы вступать в последующие взаимодействия с окружающей средой и тем самым гарантировать длительность и продуктивность своего существования [1, с. 11]. Во время изоляции происходит нарушение обмена энергией, человек лишается привычного образа жизни, но тем не менее, в какой бы ситуации человек не находился, его потребности не меняются, происходит актуализация одних и отсрочивание других.

В настоящее время жизненно важные потребности личности, которые обеспечивают ее безопасность, определяются не только техносферными и физиологическими показателями, но и психологическими, и информационными. Потребности указывают человеку на то, что ему нужно и что не нужно.

Рассмотрим подробнее, как расходуются возможности человека во время пандемии в



соответствии с пирамидой потребностей по Маслоу.

А. Маслоу расположил потребности человека в определенной иерархии. На самой нижней ступеньке, как известно, находятся физиологические потребности.

Благодаря оперативному реагированию правительства на распространяющийся характер COVID-19, население было обеспечено финансовой и материальной поддержкой, что сыграло немаловажную роль в обеспечении положительного психологического фона человека. Фактически полностью были проведены мероприятия по жизнеобеспечению населения: защищенность от нехватки продовольствия, неблагоприятных условий обитания, распространения болезни, то есть созданы все условия по удовлетворению физиологических и материальных потребностей населения.

Далее следует потребность в безопасности, которая проявляется в защищенности, стабильности, отсутствии страха и тревоги, недопущении хаоса в ситуации неопределенности. Именно данная потребность в безопасности выступает в роли активного и основного мобилизирующего ресурса организма в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, каковой является пандемия COVID-19. При рассмотрении вопроса поведения человека в неординарных ситуациях немалое место занимает психология страха, причем страха не только естественного, но и мнимого, создаваемого собственным воображением.

Страх является одной из сильнейших человеческих эмоций и оказывает воздействие на поступки людей, независимо от того, хотят они того или нет.

По Т. Гоббсу, страх является неотъемлемой частью естественного состояния, где имеет место «постоянная опасность насильственной смерти». Автор отмечает, что страх выполняет две роли. С одной стороны, страх способствует активации познавательной деятельности человека, благодаря которой он ищет пути, способы обустройства своего бытия, то есть страх запускает в действие механизм – разум. С другой стороны, «страх невидимых вещей»,

неопределенность, поток всевозможной (порой противоречивой) информации выступает основным источником иллюзорных представлений [3, с. 167–168].

Т. Гоббс выделил следующие виды страхов:

1. Страх смерти;
2. Страх перед невидимыми, но мощными силами, возникающий в результате истинных причин возникновения явления;
3. Страх наказания.

В ситуации с COVID-19 наблюдается второй вид страха, когда у человека происходит усиление страха по причине невежества, давления разнообразной информации, в которой он опирается не на собственные знания, а, как правило, на слухи и домыслы.

Возникновению и распространению слухов, дезинформации, сплетен способствует недостаток информации. Именно знания, познание причин происходящих явлений способствуют преодолению страха, являются мотиватором в обучении человека средствам избегания воздействия этих явлений. Одним из источников обретения информации, знаний являются СМИ. Они обладают большой эффективностью воздействия на сознание и поведение людей. Поэтому информация, поступающая из источников СМИ, должна проходить жесткую психологическую экспертизу. Людям необходима правдивая информация, исходящая из доверительных источников – власти, компетентных специалистов.

В любых сложных ситуациях решающую позицию занимает моральная закалка и психическое состояние человека, которые способствуют осознанному, уверенному и расчетливым действиям человека в любых критических ситуациях.

В повседневной жизни человек постоянно сталкивается с необходимостью преодоления опасности, угрожающей его существованию, являющейся причиной возникновения страха.

В условиях чрезвычайных ситуаций происходит предъявление повышенных требований к личности человека, к его адапционным возможностям, требуется полная мобилизация



сил, актуализация и максимальная включенность наиболее значимых компонентов личности для обеспечения функционирования жизнедеятельности и безопасности личности.

Противостоянию последствиям ЧС способствуют следующие составляющие:

1. Физиологическая устойчивость, обусловленная состоянием физиологических качеств организма (конституция человека, тип нервной системы, вегетативная пластичность);

2. Психическая устойчивость, обусловленная подготовленностью и общим уровнем качеств личности (обладание специальными навыками и умениями поведения в сложных (экстремальных) ситуациях, положительная мотивация);

3. Психологическая готовность (состояние активной деятельности, способность мобилизации имеющихся ресурсов на разрешение определенных вопросов).

Психологическая безопасность обеспечивает человека адекватным поведением, адекватной реакцией на сложившуюся неординарную ситуацию, спокойствием, рассудительностью, возможностью разработки определенной стратегии и тактики своих действий, личностью в состоянии сохранить адекватную самооценку, реализовать имеющийся потенциал, энергию не только в профессиональной деятельности, но и во всех аспектах жизнедеятельности.

В ситуации роста потребности в физиологической, психологической, информационной безопасности во время пандемии (изоляция) происходит актуализация поиска социальных институтов, где человек мог бы не потерять или вернуть себе чувство общности, принадлежности к той или иной социальной группе, каковыми являются, прежде всего, институты семьи, образовательное пространство, трудовые коллективы.

Несомненно, что все люди разные, у каждого свой индивидуальный стиль и манера поведения, тем не менее, можно выделить два направления реагирования человека в кризисной ситуации:

1. Survival (выживание) – продуктивное, способствующее позитивному настрою, успе-

ху, поиску и перестройки целей, путей, стратегий.

Данный вид мышления необходим каждому человеку не только в ежедневном проживании, но и в реагировании на чрезвычайную ситуацию, так как подобный тип мышления способствует возможности мобилизации сил, активности личности, возможности адаптироваться и взять под контроль сложившуюся ситуацию.

2. Defeat (поражение) – пассивное поведение, принятие поражения, когда человек не видит и не ищет выхода из сложившейся ситуации. Человек данной категории чувствует себя абсолютно растерянным; осознавая опасность или сложность ситуации, он не знает, что делать в данный момент, совершает лишние всякой логики поступки.

Несмотря на имеющуюся техническую базу и информационно-коммуникативную подготовку работников различных отраслей народного хозяйства к дистанционному взаимодействию, сложным остался вопрос психологической готовности населения к изоляции и проживанию последствий пандемии. Нельзя сказать, что ситуация пандемии стала трагичной для населения Чеченской республики, во всяком случае первые 3 месяца ее протекания, хотя отмечается рост стрессовых состояний и психических заболеваний.

Мы провели исследование среди сотрудников Чеченского государственного педагогического университета на готовность к выживанию в экстремальной ситуации по опроснику, составленному Н. Роуи и Э. Пилл.

В опросе приняли участие 142 сотрудника ФГБОУ ВО Чеченского государственного педагогического университета. Опрос проводился в июле 2020 г., после отмены режима карантина на территории Чеченской республики, но еще в сохраняющейся непростой эпидемиологической обстановке в стране и мире. В результате исследования были получены следующие результаты (средний показатель).

Ясное поминание цели или направления для просчета своих действий было отмечено у 88,2 % опрошенных.

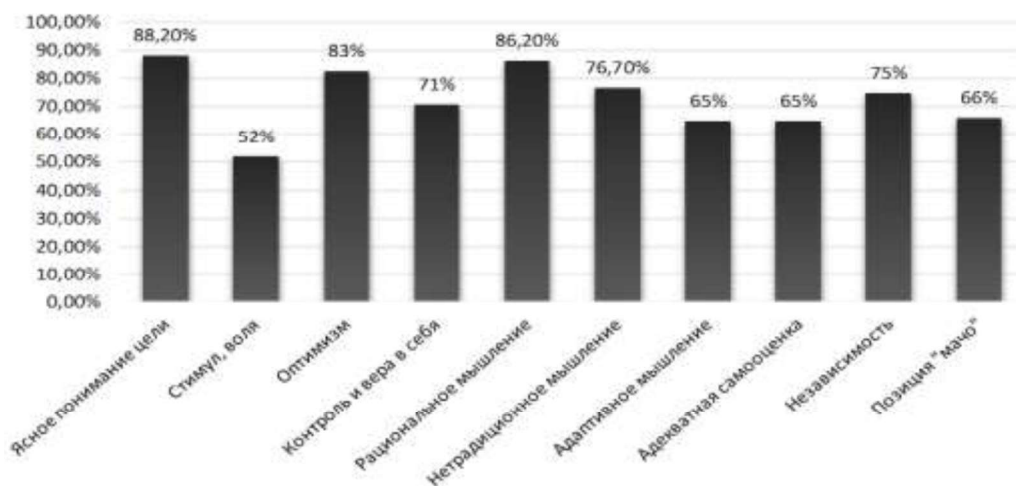


Рис.1. Диаграмма 1

Стимул, волю, настойчивость в продолжении движения, даже в не самых лучших обстоятельствах показало 52 %.

Оптимизм, позитивный взгляд на жизнь – 82,5 %.

Контролируют и верят, что их действия принесут результаты, борются с чувством беспомощности – 71 %.

Рациональным мышлением (логическим подходом к решению проблем, принятию решений и планированию), являющимся основой здравого суждения и позволяющим найти лучший способ преодоления ситуации, обладает 86,2 %.

Нетрадиционное мышление, умение импровизировать и находить решения в нестандартной ситуации, используя имеющиеся под рукой средства и ресурсы, свойственно 76,7 % опрошенных.

Адаптивное мышление, умение приспособиться к ситуации, проявлять гибкость, меняться, сохранять спокойствие ситуации неопределенности свойственны 65 % респондентов.

Адекватная самооценка свойственна 65 % опрошенных.

Независимость, то есть умение отдавать и принимать, способность к совместным действиям и уважительное отношение к другим людям – 75 %.

Позиция «мачо», подразумевающая неоправданный риск, внешнюю оболочку силы при отсутствии ее внутреннего стержня – 66 %.

Отразим эти показатели на диаграмме 1.

На диаграмме видно, что большая часть опрошенных сотрудников ЧГПУ в ситуации пандемии, связанной с COVID-19, способна выстраивать перед собой цели, обладает рациональным мышлением. Наиболее сложным для опрошенных респондентов представляется найти стимул и приложить усилия для выживания в экстремальной ситуации, сохранить адекватную самооценку.

Сильной стороной опрошенных оказалось умение ставить цели и быть оптимистично настроенными.

Интересно, что результаты опроса показывают возможность и необходимость улучшить свою жизнь во время чрезвычайной ситуации, контролировать свое внутреннее состояние и внешнюю позицию.

Далее нами был проведен опрос по методике «Когнитивная ориентация (локус контроля)» Дж. Роттера, позволивший выяснить несколько лиц, оказавшихся в экстремальной ситуации, способны активно мобилизовать свои внутренние силы, отыскать внутренние резервы для благополучной жизнедеятельности, несмотря на сложившиеся слож-



ные внешние условия. В опросе приняли участие 156 сотрудников Чеченского государственного педагогического университета.

Результаты исследования показали, что у 67,5 % опрошенных обнаружен внутренний локус контроля (интернальность), то есть способность делать выбор в пользу своего личностного роста даже в условиях пандемии COVID-19, отсутствие страха рискнуть остаться в неизвестности; понимание своего внутреннего мира, принятие ответственности за свои действия на себя; стремление к самосовершенству.

23,5 % респондентов показали склонность приписывать результаты деятельности внешним факторам, то есть экстернальность.

Нельзя утверждать о наличии «чистых» интерналов или экстерналов, в реальности их не существует, речь можно вести только о преобладании той или иной направленности. Тем не менее по результатам опроса можно утверждать, что большая часть респондентов более уверены в себе, последовательны и настойчивы в достижении целей, уравновешены и доброжелательны. Меньший процент опрошенных склонен объяснять последствия своих поступков влиянием обстоятельств.

В связи с этим есть предположение, что лица, прожившие экстремальные ситуации (военные действия в Чеченской республике, в частности) и выработавшие в себе навыки совладающего поведения, приобретают помимо опыта закалку и психологическую устойчивость в последующих сложных ситуациях. Данное предположение может стать темой последующего исследования.

Исследование вопросов поведения человека в экстремальных ситуациях необходимо с целью подготовки населения, спасателей, представителей управляющих органов, специалистов разного профиля к действиям в подобных ситуациях.

Следует знать, что психологическая подготовка людей к ЧС представляет один из самых важных факторов. Общая цель формирования личности безопасного типа должна быть ориентирована на выработку умений и навыков, способствующих правильному выс-

траиванию своего поведения и, как следствие, снижению уровня исходящих из себя угроз, а также предупреждения, профилактики опасности, окружающей человека в современном мире.

АННОТАЦИЯ

В статье рассматриваются вопросы поведения и реакций человека в кризисных ситуациях. Стратегия действий человека в экстремальной ситуации во многом обусловлена интересами индивида, его нравственным потенциалом, знаниями, культурой общения, а также имеющимся опытом проживания экстремальной ситуации. Какой бы сложной и продолжительной не была кризисная ситуация, человеческие потребности не меняются, в связи с чем необходимы оперативная разработка (перестройка) и применение условий для их реализации, причем не только со стороны государства, но и самого человека.

Ключевые слова: экстремальная ситуация, COVID-19, страх, безопасность, поведение, воздействие.

SUMMARY

The article deals with the issues of human behavior and reactions in crisis situations. The strategy of a person's actions in an extreme situation is largely determined by the interests of the individual, his moral potential, knowledge, culture of communication, as well as the existing experience of living in an extreme situation. No matter how difficult and prolonged the crisis situation is, human needs do not change, and therefore it is necessary to promptly develop (restructure) and apply conditions for their implementation, not only from the state, but also from the person himself.

Key words: extreme situation, COVID-19, fear, safety, behavior, impact.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алишев Б. С. Психика и преодоление неопределенности // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2009. – Т. 6. – № 3. – С. 3–26.
2. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2010. – 512 с.



3. Гоббс Т. Избранные сочинения в двух томах. – М.: Мысль, 1989. – 623 с

4. Джеймс У. Научные основы психологии. – Минск: Харвест, 2003. – 329 с.

5. Кадыров Р. В. Проблема экстремальности в современной психологической науке: сборник научных статей международной научно-практической конференции. 15-16 апреля, 2011. – Владивосток: Мор. гос. ун-т им. адм. Г. И. Невельского, 2011. – С. 40–55.

6. Векилова С. А. История психологии: конспект лекций. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2005. – 156 с.

7. Васильев И. А., Магомед-Эминов М. Ш. Мотивация и контроль за действием. – М.: МГУ, 1991. – 144 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

