

Секция «Мотивационные и эмоциональные составляющие человеческого капитала»

Особенности оценки, типов ориентаций и копинг-стилей "мониторинг" и "отвлечение" при столкновении с ситуацией глобальной угрозы

Научный руководитель – Битюцкая Екатерина Владиславовна

Херувимова Анна Алексеевна

Студент (специалист)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра экстремальной психологии, Москва, Россия

E-mail: kh_anyuta@mail.ru

События последних нескольких лет значительно повысили интерес общества и науки к глобальным угрозам, что в свою очередь увеличило количество психологических исследований отношения к глобальным рискам - комплекса ценностно-мотивационных, когнитивных, аффективно-оценочных и конативных компонент восприятия и оценки таких событий [4]. Выход за предел человеческого повседневного опыта, неосязаемый характер угрозы, требования быстрого реагирования сделали пандемию COVID-19, эскалацию локальных военных конфликтов в разных точках мира, чрезвычайные ситуации (например, землетрясение в Турции в феврале 2023 года) не только источниками тревоги страхов и других негативных эмоций для многих людей, но стали главными информационными поводами, которые до сих пор вызывают негативные социальные последствия.

Рассмотренные психологические признаки ситуаций глобальных угроз позволяют рассматривать их также как трудные жизненные ситуации [2]. Однако сразу стоит отметить, что их восприятие отличается от восприятия других трудностей. Такие ситуации переживаются как необратимые или безвыходные (большую роль здесь играют эмоциональные процессы). Главная их трудность состоит в том, что их «необходимо принять, смириться, выстроить перспективу своей жизни с учетом новых обстоятельств» [1, с. 391]

В данном исследовании мы решили приблизиться к анализу таких способов совладания с тревогой как копинг-стили «мониторинг» и «отвлечение», которые предполагают приближение к источникам тревоги или отдаление от них через взаимодействие с информацией [5]. Мы поставили перед собой 2 цели: 1) нахождение взаимосвязи между использованием копинг-стилей и типами ориентаций в трудной ситуации, которые на трех уровнях (мотивационном, эмоциональном и когнитивном) направляют сознание человека на поиск и выбор определенных стимулов, создавая готовность к преодолению трудной ситуации [3]; 2) описание паттернов использования копинг-стилей «мониторинг» и «отвлечение» в рамках одной ситуации.

В исследовании приняли участие студенты вузов и колледжей Москвы, Подмосковья и Рязани. Общее количество участников составило 44 человека (11 мужчин и 33 женщины) в возрасте 18-26 лет.

В качестве актуальной для всех респондентов ситуации были выбраны военные события, начавшиеся в стране и мире в феврале 2022 года.

В рамках исследования респонденты заполнили (в формате Гугл-формы) *опросник «Типы ориентаций в трудных ситуациях»* [3] и *авторскую анкету*, направленную на выявление особенностей работы с новостями и получаемой информацией (как в начале развития события, так и на момент прохождения опроса). Форматом второго этапа стало *полуструктурированное интервью*, целями которого стали изучение *динамики когнитивных оценок* респондентов «февральской» ситуации (рассматривались оценки актуальные для начала развития события и момент прохождения опроса) [2], а также составление *профиля выраженности копинг-стилей «мониторинг» и «отвлечение»* на основе методики С. Миллер «Monitoring Blunting Questionnaire» [5].

Данные, полученные в авторской анкете и беседе, обрабатывались с помощью контент-анализа. Связи между профилями типов ориентаций и копинг-стилей «мониторинг», «отвлечение» выявлялись с помощью корреляционного анализа (коэффициенты Пирсона и Спирмена). Для определения динамики когнитивных оценок «февральской» ситуации было проведено непараметрическое сравнение средних для парных выборок (Критерий Уилкоксона).

Перечислим основные результаты исследования:

- 1) выявлены значимые (на уровне 0,02 и меньше) различия в когнитивных оценках «февральской» ситуации (в начале развития события и на момент прохождения исследования) по всем критериям трудной жизненной ситуации, кроме критериев «Потери», «Трудность прогнозирования ситуации» и «Затруднения в принятии решения»;
- 2) обнаружены 9 значимых (на уровне 0,02 и меньше) корреляционных связей:
 - прямых между шкалой «Разница значений мониторинга и отвлечения» и шкалами «Тщательность», «Драйв» и «Угроза», а также шкалой «Отвлечение» и шкалами «Бездействие» и «Беспечность»;
 - обратных связей между шкалой «Разница» в гипотетической ситуации шкалами «Бездействие» и «Беспечность», а также шкалой «Отвлечение» и шкалами «Тщательность» и «Угроза»
3. выявлены качественные различия в способах взаимодействия с информацией у респондентов с яркой выраженностью копинг-стилей.

Для респондентов с **яркой выраженностью копинг-стиля «Отвлечение»** характерно:

- примерно *одинаковая* частота просмотра *тогда и сейчас* новостей о событиях и просмотра отвлеченного контента;
- более *редкое* чтение новостей *сейчас*;
- чтение *тогда* новостей с *большим позитивным или нейтральным фоном*;
- переживание *большого* количества *позитивных* эмоций после прочтения новостей *тогда*;
- *большее* количество *отвлеченных мыслей и философских мыслей о самой ситуации тогда и сейчас*;
- примерно *одинаковая* частота переживания *позитивных* эмоций, в случае, если нет доступа к новостям *тогда и сейчас*;
- *меньшее* число попыток найти информацию, если нет доступа к новостям *тогда*.

Для респондентов с **яркой выраженностью копинг-стиля «Мониторинг»** характерно:

- *большее* чтение новостей о событиях *тогда* и *большее* чтение отвлеченного контента *сейчас*;
- более *частое* чтение новостей *тогда*;
- чтение *тогда и сейчас* новостей с *большим негативным фоном*;
- переживание *большого* количества *негативных* эмоций после прочтения новостей *тогда и сейчас*;
- *большее* количество *мыслей о самой ситуации тогда и сейчас*.
- *большая* частота переживания *негативных* эмоций *тогда* и *позитивных - сейчас* в случае, если нет доступа к новостям;
- *меньшее* число попыток найти информацию, если нет доступа к новостям *тогда*.

Источники и литература

- 1) Битюцкая Е.В. Успешность копинга // Психология. Журнал Высшей Школы экономики. 2022. Т. 19. № 2. С. 382–404.
- 2) Битюцкая Е.В., Корнеев А.А. Субъективное оценивание трудной жизненной ситуации: диагностика и структура // Вопросы психологии. 2021. № 4. С. 145–161.
- 3) Битюцкая Е.В. Типы ориентаций в трудных ситуациях // Вопросы психологии. 2018. № 5. С. 41–53.
- 4) Нестик Т.А., Журавлев А.Л. Отношение к глобальным рискам: социально-психологический анализ // Психологический журнал. 2018. Т. 39, № 1. С. 127–138.
- 5) Miller S. Monitoring and blunting: Validation of a questionnaire to assess styles of information seeking under threat. // Journal of Personality and Social Psychology. 1987. Vol. 52. P. 345–353.
- 6) Muris P., Van Zuuren F. J., De Jong P. J., De Beurs E., Hanewald G. Monitoring and blunting coping styles: The Miller behavioural style scale and its correlates, and the development of an alternative questionnaire. // Personality and Individual Differences. 1994. Vol. 17(1). P. 9–19.