

ВЛИЯНИЕ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБСТАНОВКИ НА ОТНОШЕНИЕ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

М. С. Окенчиц

Белорусский государственный университет, Минск;

agreatpie@gmail.com;

науч. рук. – Т. И. Ачинович

Целью статьи является исследование отношения к профессиональной деятельности в период распространения вирусной инфекции COVID-19. Представлены результаты контент-анализа интернет-публикаций на популярном интернет-ресурсе. Проанализированы наблюдаемые изменения отношения к профессиональной деятельности в связи с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой, а также причины резкого ухудшения эмоционального состояния людей. В заключение даны рекомендации для сохранения психического здоровья взрослых, находящихся на самоизоляции.

Ключевые слова: эпидемиологическая ситуация, психическое здоровье; профессиональная деятельность; отношение к работе.

11 марта 2020 года Всемирная организация здравоохранения объявила о том, что обеспокоена уровнем распространения инфекционного заболевания COVID-19 и его тяжестью, а также отсутствием адекватных действий по предотвращению распространения инфекции. По данным ВОЗ, в то утро было подтверждено свыше 118 тысяч случаев заражения и 4 291 человек скончался. «Мы будем без устали повторять вновь и вновь: все страны все еще могут изменить вектор развития этой пандемии», - заявил глава ВОЗ д-р Тедрос Адханом Гебрейесус [1].

Мировое сообщество совместными усилиями противостоит действию распространения данного заболевания. В том числе, речь идет и о панике, которая была вызвана большим количеством информации по данной теме.

Так, 3 апреля известная американская компания Google запустила сайт, где публикуются отчеты о посещении различных мест пользователями ее сервисов по всему миру (среди представленных стран есть информация и о перемещении белорусов) [2]. Разработчики надеются, что новый сервис поможет работникам системы здравоохранения и властям понять, как изменились перемещения людей в ответ на глобальную пандемию COVID-19.

По данным, представленным компанией Google, в период с 29 февраля по 11 апреля белорусы стали:

- на 31% **меньше** посещать торговые центры, кафе, рестораны общественного питания, парки развлечений, музеи, библиотеки, кинотеатры;
- на 7% **меньше** посещать продуктовые магазины, рынки, аптеки;
- на 27% **меньше** пользоваться общественным транспортом (метро, автобусы, троллейбус и т. п.);
- на 22% **меньше** приходить на работу;
- на 4% **больше** проводить дома [2].

Необходимо отметить, что на 17 апреля в Республике Беларусь было зарегистрировано 4 779 подтвержденных случаев заражения, 42 человека скончалось. Официального режима карантина введено не было.

По приведенным данным можно сделать вывод о том, что большое количество людей находится на самоизоляции, логическим следствием которой является сокращение количества социальных контактов. В результате чего можно говорить, что главные психологические последствия пандемии сегодня выражаются в повышенном уровне стресса и тревожности.

При этом, по мере введения новых противоэпидемических мер и связанных с ними изменений (в первую очередь карантина/самоизоляции, которые сказывается на привычных для людей видах деятельности, повседневном укладе и основных источниках средств к существованию) также может расти распространенность одиночества, депрессии, пагубного употребления алкоголя и употребления наркотиков, равно как и распространенность самоповреждений или суицидального поведения [3].

Не секрет, что профессиональная деятельность является одной из важнейших сфер деятельности гармоничной и здоровой личности. И кардинальное изменение по отношению к профессиональной деятельности может свидетельствовать о развитии негативных социальных процессов.

Именно этим и обуславливается цель нашей работы, которая состоит в исследовании отношения к профессиональной деятельности в период распространения вирусной инфекции COVID-19. Для проведения исследования мы использовали метод контент-анализа. Процедура контент-анализа включает в себя применение стандартных правил выделения в изучаемом тексте однотипных единиц анализа и подсчет частоты встречаемости этих единиц в выборке как в абсолютных (число раз), так и в относительных (проценты) величинах.

В качестве источника информации для контент-анализа выступил информационно-развлекательный портал Pikabu – уникальное сообщество рунета с многомиллионной аудиторией. В основу нашего исследо-

вания легли 288 интернет-публикации, отсортированные по хэштегу «работа», которые можно разделить на две условные группы. Публикации первой группы были проанализированы в начале **марта 2020 года**, когда ограничительные меры практически не вводились (144 публикации), ко второй группе относятся интернет-публикации, анализ которых производился в начале **апреля** (144 публикации).

По результатам контент-анализа в первой и второй группе интернет-публикаций было выделено три подгруппы категорий, учитывая общий эмоциональный настрой интернет-поста: положительные публикации, нейтральные и негативные. Внутри каждой группы выделились свои темы.

По результатам исследования, можно увидеть, что количество и процентное соотношение между тремя подгруппами категорий в марте и апреле практически осталось неизменным (положительные интернет-публикации: 19,4% - в первом исследовании, 20,1% - во втором исследовании; нейтральные интернет публикации: 46,5% - в первом исследовании, 43% - во втором исследовании; негативные интернет-публикации: 34% - в первом исследовании, 36,8% - во втором исследовании).

В то же время, можно наблюдать, что в группе положительных интернет-публикаций качественно изменилось содержание тем. Все темы, если рассматривать второе исследование, так или иначе затрагивают тему COVID-19 («истории о том, как люди нивелировали последствия коронавируса», «благодарности предприятиям, которые предприняли надлежащие меры по защите сотрудников», «юмор, связанный с темой эпидемии»). Таким образом, люди пытаются осознать происходящие события и применить разные стратегии совладания с кризисной ситуацией, одной из которых является юмор. Посредством юмора люди обесценивают предмет, о котором идет речь, что позволяет снять излишнее напряжение. Юмор, снижая тревогу и обесценивая её объект, выступает как механизм психологической защиты [4, 5].

Перейдем ко второй группе, интернет-публикации которой имеют нейтральный эмоциональный фон. Если качественно сравнить две группы, то по отношению к первой группе люди стали меньше искать работу (на 13,9%), больше стали говорить о своей собственной работе (на 0,7%), перестали думать о вторичной профориентации. В тоже время появились следующие темы, которые не встречались ранее: о порядке работы во время самоизоляции, призывы остаться дома, обсуждение предложений работы в кризис, а также размышления о том, как кризис повлиял на переосмысливание текущего отношения к работе.

Как было отмечено раньше, наблюдался относительно небольшой прирост в группе негативных интернет-публикаций (на 2,8%). При этом

наблюдается уменьшение количества высказываний по подкатегориям «недовольство клиентами» (на 6,22%), «недовольство начальством» (на 10,4%), «недовольство персоналом» (на 5,3%).

Кроме этого были получены данные о других темах, которые не поднимались в первом исследовании: «тревога за будущее отрасли, в которой специализировался автор интернет-публикации» (5,5% от общего числа публикаций); «сложности оформления на работу в период самоизоляции» (2,08% от общего числа публикаций); «отсутствие дезсредств на непрерывном производстве» (4,2% от общего числа публикаций); «увольнение из-за экономического кризиса» (6,9% от общего числа публикаций); «резкое снижение заработной платы» (4,1% от общего числа публикаций); «принудительный отпуск на время пандемии» (2,08% от общего числа публикаций); «трудности удаленной работы» (1,3% от общего числа публикаций).

Наиболее показательными в плане социального состояния общества являются выделяемые категории, которые непосредственно затрагивают социальные права наемных рабочих: «увольнение по причине экономического кризиса», «резкое снижение заработной платы», «принудительный отпуск на время пандемии». Данные категории могут свидетельствовать о развитии неблагоприятных социальных процессов. В результате которых большое количество людей (13,08% от общего числа опрашиваемых из второй группы) остаются без защиты со стороны государства.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что наше общество переживает период изменений, который связан с добровольной самоизоляцией, переводом некоторых предприятий на удаленный режим работы, в связи с чем растет общий уровень тревоги и страха. Прежде всего, он вызван возможным вводом новых противоэпидемических мер, которые повлияют на привычные виды деятельности, а также источники доходов.

Вопросы сохранения психического здоровья взрослых в условиях самоизоляции тоже стали как нельзя актуальны. ВОЗ разработала ряд следующих рекомендаций для сохранения психологического благополучия:

- выполнять физические упражнения (йога, тайчи, упражнение на растягивание);
- выполнять упражнения на развитие когнитивных способностей;
- читать книги и журналы;
- выполнять упражнения на релаксацию (дыхательные упражнения, медитация);
- сократить время на просмотр пугающих телевизионных программ;
- поиск информации из надежных/официальных источников;
- сокращение времени на поиск информации (1-2 раза в день);

- также следует признать, что дом иногда не является безопасным местом для женщин. Поэтому должна быть доступна информация об убежище или возможности получения незамедлительной помощи.

Библиографические ссылки

1. Глава ВОЗ назвал распространение коронавируса пандемией // Новости ООН: сайт. Нью-Йорк, 2020. – Режим доступа: <https://news.un.org/ru/story/2020/03/1374191>. – Дата доступа: 18.04.2020.
2. COVID-19 Community Mobility Reports [Электронный ресурс] // Google: сайт. Маунтин-Вью, 2020. – Режим доступа: <https://www.google.com/covid19/mobility/>. – Дата доступа: 18.04.2020.
3. Психическое здоровье и COVID-19 // Всемирная организация здравоохранения: сайт. Барселона, 2020. – Режим доступа: <http://www.euro.who.int/ru/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/data-and-resources/mental-health-and-covid-19>. – Дата доступа: 18.04.2020.
4. Мешканова, К. В. Юмор как способ защиты от стресса // Киберленинка: науч. электр. библиограф. Самара, 2019. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/yumor-kak-sposob-zaschity-ot-stressa>. – Дата доступа: 18.04.2020.
5. Фрейд, З. Остроумие и его отношение к бессознательному / З. Фрейд. – СПб: Азбука, 2020. – 288 с.
6. Пикабу: информационно-развлекательное сообщество [Электронный ресурс] // Pkabu: сайт. Франкфурт-на-Майне, 2020. – Режим доступа: <https://pikabu.ru/>. – Дата доступа: 18.04.2020.