

Університета. Серія «Гуманитарные Науки». – 2004. – 2. – С. 40-46.

2. *Кабрин В.И.* Ментальная структура и динамика коммуникативного мира личности: методология, методы, эмпирические исследования. Учебно-методическое пособие / Кабрин В.И. – Томск: ТГУ, 2005. – 115 с.

## СОЦІАЛЬНИЙ ОПТИМІЗМ В УМОВАХ КАРАНТИНУ

*Вознесенська Олена Леонідівна,*

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, член ради правління ГС «Національна психологічна асоціація», президент ВГО «Арт-терапевтична асоціація»*

*Ключові слова:* медіа, соціальний оптимізм, медіаторність.

Ми розглядаємо *соціальний оптимізм* як позитивні очікування людини, групи, суспільства, які поширюються на суспільне життя (віра в прогрес, розвиток суспільства), і які підкріплені активною громадською позицією, готовністю діяти на благо суспільства та усвідомленням себе як суспільно значущої сили. Соціальний оптимізм мобілізує активну частину населення на самовиховання, самовдосконалення, подолання старих деструктивних для суспільства моделей поведінки та стосунків суб'єктів соціально-політичного життя, втілення суспільно значимих завдань, в тому числі, економічних.

Соціальний оптимізм найбільш потрібен у кризові періоди, коли є порушення відчуття безпеки, довіри до світу, дефіцит достовірної інформації, підвищена чутливість до емоційно насиченого інформаційного контенту

Враховуючи, що оптимізм є захисним фактором особистості та суспільства від дистресу та значимим фактором прогнозування суб'єктивного благополуччя [1], ми вважаємо його важливою передумовою розвитку здорових копінг-стратегій молоді. Оптимісти вірять в значимість власних зусиль та наполегливості, сприймають життя як виклик, отримуючи задоволення від вирішення складних завдань та подолання труднощів.

Важливо зауважити, що ми розглядаємо оптимізм і песимізм як два різних феномени, які не є полюсами одного континуума. І медіатизовані соціальні оптимізм та песимізм ми визначаємо як поведінкові стратегії обробки інформації, здатність сприймати медіа-контент певним чином, тобто визначений патерн взаємодії з медіа.

Останні 4 роки ми вивчали прояви соціального оптимізму у медіапросторі, а саме «медіатизований соціальний оптимізм».

Зараз, під час пандемії коронавірусу ковід-19, тривожність, що панує в суспільстві та підживлюється повідомленнями зі ЗМІ, сприяє зниженню імунітету. Ми вважаємо, що соціальний оптимізм сприятиме зміцненню здоров'я і покращенню самопочуття.

В цьому повідомленні ми частково презентуємо результати опитування, проведеного наприкінці квітня – початку травня «Соціальний оптимізм в умовах карантину». Дослідження було спрямовано на пошук шляхів підвищення медіаімунітету та медіагігієну під час пандемії COVID-19. Метою опитування було вивчення ролі ЗМІ в формуванні настроїв молоді під час карантину, впливу медіатворчості на самопочуття молоді під час вимушеної самоізоляції вдома. Опитування проводило дистанційно, за допомогою гугл-форми.

Ми мали гіпотезу, що для покращення самопочуття молодь під час вимушеної ізоляції буде намагатися частіше використовувати медіатворчість. Як показали наші попередні дослідження, медіатворчість тісно пов'язано з медіатизованим соціальним оптимізмом.

В дослідженні взяли участь студенти-психологи Дніпра, Києва, Львова, Миколаєва, Харкова, Хмельницького, Чернігова, Чернівців, загалом – 229 осіб. Середній вік 19 з половиною років. З метою представлення усіх великих регіонів України ми зверталися до викладачів ЗВО названих міст і просили запропонувати студентам заповнити анкету. Розуміючи обмеження нерепрезентативної вибірки, ми можемо проаналізувати певні внутрішні зв'язки між феноменами, що вивчаються.

Опитувальник містив кілька блоків питань: шкали «самопочуття під час карантину»; «ставлення до новинних медіа», Тест медіатизованого соціального оптимізму (авторський тест, пройшов апробацію і відповідні психометричні процедури перевірки і

валідації на вибірці в майже півтори тисячі осіб в межах опитування у Всеукраїнському експерименті «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіа освіти у вітчизняну педагогічну практику»); шкала «Медіаторчість» (названого опитування); шкала «громадянська активність позитивних змін» та питання, спрямовані на оцінку рівня розвитку когнітивної складової медіаактивності.

Відповіді обробляли за допомогою програми статистичної обробки даних SPSS 26.

Шкали медіатизованих соціальних оптимізму і песимізму складаються з чотирьох питань кожна, оцінювалися за шкалою Лайкерта від 0 до 4. В обробці даних відповіді перекодувалися в дихотомічні шкали. Для полегшення аналізу даних був здійснений переклад сирих балів в стандартні (стени) з використанням лінійної стандартизації за традиційної методикою.

В таблиці 1 представлено статистичні показники медіатизованих соціальних оптимізму і песимізму.

*Таблиця 1*

**Статистичні показники  
медіатизованих соціальних оптимізму і песимізму**

<b>Statistics</b>		
	<b>ОПТИМІЗМ</b>	<b>ПЕСИМІЗМ</b>
Mean	8,70	5,39
Median	9,00	5,00
Mode	9	4
Std. Deviation	2,923	3,677

Як бачимо, респонденти показали високий рівень (вище середнього) розвитку соціального оптимізму і низький (близько першого квартиля) песимізму. Якщо порівнювати (хоча це і не зовсім коректне порівняння) з даними, отриманими в межах опитування у Всеукраїнському експерименті «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику», побачимо, що показники соціального оптимізму не мають значимих відмінностей, а ось показники соціального песимізму в презентованому дослідженні значно нижче. Це ще потребує додаткових досліджень та інтерпретації: можливо впливають деякі відмінності у віці опитаних, або це

вплив самоізоляції. Можливо, перебування в навчальному колективі збільшують песимістичні настрої молоді і впливає на саморегуляцію.

Шкала самопочуття під час карантину містила 4 питання:

- Як Ви думаєте, яка ймовірність того, що Ви можете заразитись на коронавірус?

- У зв'язку з пандемією COVID-19 наскільки Ви відчуваєте фізичний дискомфорт (болі, погане фізичне самопочуття, хвороби)?

- В якій мірі Ви відчуваєте психологічний дискомфорт (побоювання, тривога, страх, паніка)?

- В якій мірі Ви відчуваєте загрозу заразитися через розвиток епідемії?

Ми можемо розглядати її як єдину шкалу, адже внутрішня узгодженість була перевірена із застосуванням коефіцієнту Альфа-Кронбаха, який склав 0,7.

За допомогою кореляційного аналізу було виявлено слабкі зв'язки, але на високому рівні значущості (0,01) між шкалами «самопочуття під час карантину» і шкалами медіатизованих соціальних оптимізму і песимізму (відповідно -,27 і 0,28) (див. Табл. 2).

Таблиця 2

### Кореляції шкали самопочуття з песимізмом і оптимізмом

Питання	оптимізм	песимізм
1. Як Ви думаєте, яка ймовірність того, що Ви можете заразитись на коронавірус?	-0,046	0,092
У зв'язку з пандемією COVID-19 наскільки Ви відчуваєте фізичний дискомфорт (болі, погане фізичне самопочуття, хвороби)?	-,296**	,352**
В якій мірі Ви відчуваєте психологічний дискомфорт (побоювання, тривога, страх, паніка)?	-,239**	,239**
В якій мірі Ви відчуваєте загрозу заразитися через розвиток епідемії?	-,182**	0,123
Шкала самопочуття	-,265**	,281**

Як бачимо с таблиці, погане самопочуття під час карантину позитивно корелює з медіатизованим соціальним песимізмом (ко-ефіцієнт кореляції 0,28) і негативно – з оптимізмом (0,27).

Стосовно перевірки гіпотези щодо зростання використання медіатворчості під час вимушеної соціальної ізоляції, вона не виправдалася. До шкали «Медіатворчість» ми додали два питання: «Під час карантину я використовую медіатворчість в своїй діяльності чи дозвіллі» і «Зазвичай я використовую медіатворчість в своїй діяльності чи дозвіллі». За допомогою застосування тесту Вілкоксона, було з'ясовано, що респонденти однаково оцінюють свою медіатворчість під час карантину і в буденному житті. Отже, вони не використовують медіатворчість для подолання кризових станів в період пандемії коронавірусу ковід-19. Хоча, як бачимо, в таблиці 3, медіана оцінок виявилася вище саме для медіатворчості під час карантину.

Таблиця 3

### Статистичні показники медіатворчості

Statistics		
	Зазвичай я використовую медіатворчість в своїй діяльності чи дозвіллі	Під час карантину я використовую медіатворчість в своїй діяльності чи дозвіллі
Mean	2,06	2,14
Median	2,00	3,00
Mode	3	3
Std. Deviation	1,452	1,490

Значимих кореляцій між питаннями шкали «Медіатворчість» і шкали «Самопочуття під час карантину» не виявлено. Спостерігаємо лише слабку кореляцію між питанням субшкали «Мотивація медіатворчості» шкали «Медіатворчість «Найбільша тяга до творчості в мене з'являється у період серйозних емоційних потрясінь (коли мені дуже добре, або дуже погано)» і питанням шкали «Самопочуття», яке стосується психологічного дискомфорту. Отже, можемо висунути гіпотезу, що молодь несвідомо звертається до медіатворчості в кризові періоди, і, таким чином, можна застосовувати медіатворчість для формування ефективних копінг-стратегій.

*Література:*

1. *Петрова Е. А.* Оптимизм как одна из составляющих субъективного благополучия / Е.А. Петрова, С.Н. Ениколопов // Вопросы психологии. – 2009. – № 1. – с. 51-58.

**СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО  
ПРОБЛЕМ ВИКЛИКАНИХ COVID-19 В ПЕРІОД  
ГЕРОНТОГЕНЕЗУ**

*Коваленко-Кобилянська Ірина Генріхівна,  
кандидат психологічних наук,  
провідний науковий співробітник лабораторії  
сучасних інформаційних технологій навчання  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*

*Ключові слова:* психологічна адаптація, пандемія, геронтогенез.

У лабораторії проводиться дослідження інтелектуального розвитку людини в період геронтогенезу, в рамках якого здійснено опитування з метою визначення специфіки адаптації до проблем, пов'язаних з епідемією COVID-19 людей пізнього віку. Геронтогенез – найбільш тривалий (60-100 і більше років), найскладніший період онтогенезу (втрата звичних ролей і актуалізація екзистенціальної проблеми – фізичне завершення життя).

***Результати опитування.***

У соціально активних представників раннього геронтогенезу процес адаптації не відрізняється від процесу адаптації представників періоду, що передує геронтогенезу. Адаптація здійснюється відповідно до психофізичних особливостей та рівня базової тривожності людини. Екстраординарна зовнішня ситуація актуалізує внутрішні проблеми людини, які в звичайному житті вона мала змогу нівелювати звичною діяльністю або її імітацією.

Представників середнього і пізнього геронтогенезу ми розділили на три умовні групи.

Перша умовна група (37%). Учасники відзначали збільшення уваги до себе з боку родичів та волонтерів (цікавляться станом здоров'я, доставляють продукти). Не транслюють особливої стурбованості із приводу можливого інфікування (власна маломобіль-