

ПСИХОЛОГИЯ МАССОВЫХ ЯВЛЕНИЙ

ЭМОЦИИ ПО ПОВОДУ КОВИДА – ОПЫТ КОЛИЧЕСТВЕННОГО АНАЛИЗА

©2023 г. К.Л. Лидин*

*Кандидат технических наук, эксперт народной дипломатии Федерации «Союз соотечественников», Республика Болгария. София. ул. Никола Мирчев, 35; e-mail: lidinkl@hotmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7022-6871>

DOI: 10.38098/ipran.sep_2023_30_2_01

Поступила в редакцию 24 апреля 2023 г.

Аннотация. Пандемия КОВИД-19 сопровождалась интенсивным ростом числа психических расстройств, преимущественно тревожного и депрессивного типа. Особенно сильные формы эта «вторичная эпидемия» приняла в развитых странах Запада. Напротив, в таких странах, как Китай, психические расстройства, связанные с пандемией, наблюдались в меньшей степени. В публикациях по социальной психологии выдвигалось предположение, что в развитии эпидемии психических расстройств негативную роль сыграли средства массовой информации. Эта гипотеза была проверена при помощи оригинальной методики частного контент-анализа. Методика была разработана на основе авторской модели базовых эмоций, ранее опубликованной авторами. Объектом исследования стали тексты, взятые со специальных интернет-ресурсов ВОЗ, ООН, Фейсбук и популярного британского института Экономист Интеллидженс Юнит (ЕИУ). Сайты официально предназначены для разъяснения и психологической поддержки, то есть, для противодействия негативным социально-психологическим последствиям пандемии. Анализ, однако, показал, что эмоциональное содержание текстов транслирует болезненные состояния, близкие к генерализованному тревожному расстройству и обсессивно-компульсивному расстройству. Сделан вывод о том, что официальные сайты как крупных межгосударственных организаций, так и частных компаний фактически усиливают негативные феномены вторичной эпидемии психических расстройств, хотя призваны для борьбы с ними. Исследование не позволяет уверенно определить, вызван ли этот эффект планомерным и целенаправленным внушением невротических состояний или же он стал результатом ошибки. В любом случае неизбежные катастрофы и кризисы, предстоящие в будущем, могут сопровождаться аналогичными болезнетворными процессами.

Ключевые слова: психология, пандемия, КОВИД-19, тревожно-депрессивные расстройства, интернет, СМИ.

Одной из особенностей пандемии КОВИД-19 является сопровождающая ее «вторичная эпидемия» психических расстройств. Данные о росте числа расстройств весьма разрозненны и отрывочны, но само наличие «вторичной эпидемии» не подлежит сомнению.

В различных регионах мира регистрируется заметный рост числа проблем, связанных с эмоциональной сферой, а именно тревожных и депрессивных расстройств. В наибольшей степени озабоченность этой проблемой выражают исследователи из Западной Европы. Встречается выражение «цунами психических расстройств» (Riedel-Heller, Richter, 2020), отражающее масштаб и серьезность явления.

Делаются попытки количественной оценки масштабов «вторичной эпидемии». Так, в обзоре группы исследователей подвергнуты анализу более семидесяти опубликованные статьи из Китая, США, Японии, Индии и Турции (Liu et al., 2021). Результаты продемонстрировали общую распространенность симптомов тревоги во время пандемии на уровне 32,60%. Распространенность депрессии составила 27,60%. Кроме того, было обнаружено, что распространенность бессонницы составляла 30,30%. Из общей популяции исследования 16,70% опрошенных испытали симптомы посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Анализ подгрупп выявил самую высокую распространенность тревожности (63,90%) и депрессии (55,40%) у подтвержденных и потенциальных пациентов.

Рост тревожных и депрессивных тенденций закономерно сопровождался снижением уровня доверия, так как эмоциональная область «доверие, надежность, уверенность» прямо противоположна областям хаотических эмоций «страх, гнев, презрение» (Ковалева, Журавлев, 2020). Международное консалтинговое агентство Натана Эдельмана каждый год проводит опрос по различным аспектам доверия в 28 странах мира. В начале 2022 г. вышел

очередной отчет «Барометра доверия». Основной вывод по данным опроса 36 000 респондентов заключается в том, что уровень доверия к основным социальным институтам упал до уровня, угрожающего социальной стабильности. Наиболее значительное падение доверия зарегистрировано по отношению к правительствам и средствам массовой информации – 66% респондентов считают, что правительства систематически лгут, как и журналисты (их считают лжецами 67% опрошенных). По сравнению с 2021 г. эти цифры выросли на 9 и 8 процентных пунктов соответственно.

В целом за годы пандемии уровень доверия к правительствам и СМИ упал на десятки процентных пунктов, особенно в странах западной демократии. Недоверие стало общим фоном «по умолчанию» – больше половины респондентов считают, что доверять кому-либо не следует, если нет убедительных оснований для доверия, а 64% считают, что культурные и цивилизованные дебаты больше невозможны, 76% респондентов обеспокоены практикой использования ложной информации и фейковых новостей в качестве оружия в гибридной войне (Edelman Trust Barometer, 2020). Во многих публикациях высказывается мнение о том, что рост тревожных и депрессивных расстройств связан с нагнетанием панических настроений со стороны средств массовой информации.

В настоящей работе использовалась методика измерения эмоционального спектра текстов, основанная на оригинальной концепции эмоций как параметров информационного потока (Лидин, Белобрыкина, 2020). Методика представляет собой разновидность частного контент-анализа. В качестве исходных данных использовались тексты суммарным объемом не менее 10 тысяч слов для достижения достаточной статистической достоверности, содержащиеся на различных ресурсах интернета. В массиве текста измерялась частота присутствия лемм, означающих эмоции. В общей сложности таких

К.Л. Лидин

Эмоции по поводу ковида – опыт количественного анализа

лемм в большинстве европейских языков имеется около ста. Частота присутствия каждой леммы сравнивалась со стандартной (словарной) частотой присутствия этой леммы в современном языке (Психологическая экспертиза..., 2016).

Каждой лемме была присвоена относительная интенсивность эмоции, которую она выражает. Интенсивность эмоций выражалась в относительных баллах от 1 до 5 (например, в группе эмоций «страх» леммы «тревожность, беспокойство» получили уровень интенсивности 1, а леммы «паника» – уровень интенсивности, равный 5) (там же).

В целом присутствие каждой эмоции в общем эмоциональном спектре текста вычислялось по формуле:

$$E_i = \sum_{j=1}^n (K_{ij} * (F_{i,j1} / F_{i,j2})) , \text{ где}$$

E_i – присутствие i -ой эмоции в эмоциональном спектре текста;

K_{ij} – интенсивность i -ой эмоции, выраженная в i,j -ой лемме;

$F_{i,j1}$ – частота присутствия i,j -ой леммы в исследуемом тексте;

$F_{i,j2}$ – стандартная частота присутствия i,j -ой леммы согласно частотному словарю.

На рис. 1 показан эмоциональный спектр текстов, взятых с ресурса Фейсбук, посвященного КОВИДУ-19.¹ Ресурс представляет собой сайт, на котором размещаются аналитические материалы по проблеме пандемии, а также советы и рекомендации, как следует себя вести в условиях пандемии, для широкого круга пользователей.

¹ Источник: https://www.facebook.com/coronavirus_info/ (заблокирован на территории РФ по решению Роскомнадзора).



Рис. 1. Эмоциональный спектр сайта ФБ, посвященного пандемии

Как видно из рисунка, спектр выглядит не равномерно. Большинство эмоциональных областей выражены очень слабо (тексты в целом бедны эмоциями). Интенсивные эмоции присутствуют только в двух узких областях – в области эмоций «совесть», но в гораздо большей степени – в области эмоции «страх». Тексты, помещенные на Фейсбуке, предназначены для повышения уровня информированности пользователей. Они содержат большое количество рекомендаций о том, как можно избежать приступов паники и депрессии, а также каким образом следует сохранять спокойствие, оптимизм и бодрое настроение. При этом совершенно парадоксальным образом эмоциональное содержание этих текстов внушает читателям именно эти переживания.

Узкий «зубец» на диаграмме эмоционального спектра означает, что тексты транслируют одно и то же, постоянно повторяющееся эмоциональное состояние, а именно – тревожность (страх). Тревога не сосредоточена на каком-либо объекте, а разлита по всему тексту в таком количестве, что вытесняет собой все прочие эмоции. В основном тревога связана с размытыми представлениями о смертельно опасной болезни, своей и/или близких. Необходимо отметить, что описание симптомов и мер защиты от КОВИД настолько расплывчаты и противоречивы, что опасения заболеть приобретают сходство с иррациональными дурными предчувствиями. В целом «застревание»

в этой области эмоционального спектра в полной мере соответствует описанию Генерализованного тревожного расстройства по МКБ-10 (Generalized anxiety disorder, ICD-10 F41.1).

Острый зубец в противоположном секторе эмоционального спектра соответствует группе эмоций «вина, совесть». Очевидно, навязчивые мысли относительно грозящей опасности крайне дискомфортны. Попытки их преодолеть, игнорировать или подавить выражаются в монотонном, стереотипном повторении ритуальных действий – мытье и дезинфекция рук, ношение маски и так далее. Эти навязчивые действия приобретают характер компульсий, причем их постоянное повторение стимулируется окружающим социумом. Средства массовой информации непрерывно транслируют навязчивые идеи относительно пандемии и ее последствий в самых разных областях экономики, политики, социальных отношений, в искусстве и повседневном образе жизни. Под воздействием информационного давления человек чувствует себя вынужденным исполнять ритуальные действия, даже если он осознает их бессмысленность. Такие действия занимают много часов в день, зачастую наносят ощутимый вред здоровью и, разумеется, являются сильным источником стрессов.

Состояние «застревания» в секторе «вина, совесть» эмоционального спектра соответствует обсессивно-компульсивному расстройству по МКБ-11 (6B20 Obsessive-compulsive disorder). Можно сказать, что эмоциональный спектр публикаций на Фейсбук транслирует состояние, когда человек пытается подавить тревожное расстройство при помощи обсессивно-компульсивного расстройства.

К сожалению, даже материалы самых авторитетных международных организаций по теме КОВИДа-19 демонстрируют далеко не оптимальный эмоциональный спектр. На рис. 2 показан спектр массива текстов, взятых нами

с сайта Всемирной организации здравоохранения, со страницы, специально посвященной борьбе с пандемией.²



Рис. 2. Эмоциональный спектр текстов со страницы сайта ВОЗ, посвященной пандемии

Как видно из рисунка, спектр текстов ВОЗ имеет еще более невротический характер, чем соответствующая страница ФБ. Большинство эмоциональных областей показывает нулевую интенсивность, кроме одной группы эмоций «совесть, вина». Предельно острый зубец в этой области соответствует Обсессивно-компульсивному расстройству (Obsessive-compulsive disorder, F42.9). Связанные с пандемией навязчивые мысли, образы и действия провоцируют угрызания совести и тяжелые приступы вины (обсессии), которые чередуются с приступами паники и непреодолимыми позывами к стереотипным, бессмысленным повторяющимся действиям.

Тексты рекомендаций ВОЗ, таким образом, подталкивали читателей к таким формам поведения, которые активно пропагандируются в качестве защиты от вируса КОВИД-19 (ношение масок, частое мытье и дезинфекция рук, соблюдение социальной дистанции), но эти же меры одновременно совпадали с основными симптомами обсессивно-компульсивного расстройства.

² Источник: https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Нагнетание эмоций группы «совесть, вина, раскаяние» в такой острой форме, очевидно, вызывает естественную реакцию противодействия. Как и любая эмоция, достигающая своих крайних значений, вина порождает противоположную эмоциональную реакцию – чрезмерное давление вины тревожит и беспокоит людей. Тревожной расстройством и ОКР не конкурируют, а сотрудничают в нагнетании все более болезненных состояний.

Очень похожий спектр эмоций содержит подборка материалов по теме пандемии на сайте ООН (см. рис. 3).³



Рис. 3. Эмоциональный спектр текстов со страницы сайта ООН, посвященной пандемии.

Важно отметить, что один из последних материалов на сайте ООН специально посвящен борьбе с ложной информацией, слухами и фейками по поводу пандемии и самого заболевания. Приводится история героической борьбы радиожурналистов Узбекистана за высокие нормы профессионализма и честной журналистики.⁴ Однако стремление к доверию со стороны массовой аудитории принимает такие формы, которые могут вызвать лишь противоположную реакцию. Монотонное и навязчивое повторение инструкций,

³ Источник: <https://www.un.org/ru/coronavirus>

⁴ Источник: <https://www.un.org/ru/coronavirus/radio-journalist-gives-facts-covid-19-uzbekistan>

правил поведения и призывы к совести могут вызвать только дальнейший рост недоверия.

Корпоративные информационные каналы мало отличаются от государственных и межгосударственных СМИ по эмоциональному содержанию своих материалов. Значительная часть СМИ активно продвигает тревожные, даже панические настроения. Те медиа, которые претендуют на более взвешенную и объективную позицию, фактически впадают в противоположную крайность и транслируют обсессивно-компульсивные состояния. Так, на рис. 4 показан эмоциональный спектр подборки материалов по теме пандемии, опубликованных популярным журналом The Economist в 2021-2022 гг.

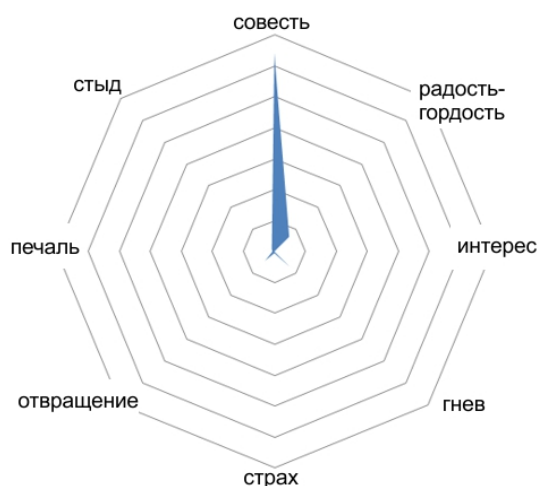


Рис. 4. Эмоциональный спектр текстов из журнала The Economist, посвященных пандемии

Проведенный анализ, разумеется, не может претендовать на исчерпывающую полноту и абсолютную достоверность выводов. Скорее он представляет собой повод для более внимательного и глубоко изучения вопроса: не являются ли меры по защите от пандемии еще более угрожающими для здоровья людей, чем сама пандемия?

ВЫВОДЫ

1. пандемия КОВИД-19, в отличие от предыдущих глобальных эпидемий, сопровождалась небывалым ростом психических расстройств и заболеваний. Ущерб от «вторичной психологической эпидемии» сопоставим с ущербом от самого КОВИДа;

2. многие авторитетные организации и частные компании объявили о своих усилиях по борьбе с вторичной эпидемией. В сетях интернет были размещены специальные ресурсы, призванные, чтобы успокоить и поддержать людей во всем мире;

3. анализ текстов, размещенных на этих ресурсах, показал прямо противоположный эффект. Тексты транслировали невротические состояния генерализованного тревожного и обсессивно-компульсивного расстройства;

4. результаты исследования не позволяют предположить, является ли трансляция невротических состояний планомерной или это результат психологической неграмотности. Тем не менее, важный урок пандемии в социально-психологической плоскости заключается в том, что непродуманная политика СМИ способна нанести значительный вред общественному ментальному здоровью. В будущем человечество неизбежно ожидают новые катастрофы, эпидемии и кризисы. Воздействие СМИ, а особенно – сетевых ресурсов интернета, может быть как позитивным, так и резко негативным.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Ковалева Ю.В., Журавлев А.Л. Общественное настроение и субъектность сетевого сообщества в период пандемии Covid-19: на примере социальной сети Твиттер // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2(18). С. 154-188. URL: <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document789.pdf> (дата доступа 20.03.2023).

Лидин К.Л., Белобрыкина О.А. Провинция VS Колония. Две парадигмы культурного взаимодействия // Проект Байкал. 2020. Т. 17. № 65: Провинция. С. 18-25. DOI: 10.51461/projectbaikal.65.

К.Л. Лидин

Эмоции по поводу ковида – опыт количественного анализа

Психологическая экспертиза: современность и тенденции развития / Под науч. ред. О.А. Белобрыкиной, В.Л. Дресвянникова. Новосибирск: «Немо Пресс», 2016.

2022 Edelman Trust Barometer. The Cycle of Distrust. URL: <https://www.edelman.com/trust/2022-trust-barometer> (дата обращения: 12.02.2022)

Liu X., Zhu M., Zhang R., Zhang J., Zhang C., Liu P., Feng Z., Chen Z. Public mental health problems during COVID-19 pandemic: a large-scale meta-analysis of the evidence // *Translational Psychiatry*. 2021. V. 11. Is. 1. P. 384-398. DOI: 10.1038/s41398-021-01501-9.

Riedel-Heller S., Richter D. COVID-19-Pandemie trifft auf Psyche der Bevölkerung: Gibt es einen Tsunami psychischer Störungen? [COVID-19 Pandemic and Mental Health of the General Public: Is there a Tsunami of Mental Disorders?] // *Psychiatrische Praxis*. 2020. V. 47. Is. 8. P. 452-456. DOI: 10.1055/a-1290-3469.

BIBLIOGRAFICHESKIJ SPISOK

Kovaleva YU.V., Zhuravlev A.L. Obshchestvennoe nastroyenie i sub"ektnost' setevogo soobshchestva v period pandemii Covid-19: na primere social'noj seti Twitter // *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya*. 2020. T. 5. № 2(18). S. 154-188. URL: <http://soc-econom-psychology.ru/engine/documents/document789.pdf> (data dostupa 20.03.2023).

Lidin K.L., Belobrykina O.A. Provinciya VS Koloniya. Dve paradigmy kul'turnogo vzaimodejstviya // *Proekt Bajkal*. 2020. T. 17. № 65: Provinciya. S. 18-25. DOI: 10.51461/projectbaikal.65.

Psihologicheskaya ekspertiza: sovremennost' i tendencii razvitiya / Pod nauch. red. O.A. Belobrykinoj, V.L. Dresvyannikova. Novosibirsk: «Nemo Press», 2016.

2022 Edelman Trust Barometer. The Cycle of Distrust. URL: <https://www.edelman.com/trust/2022-trust-barometer> (data obrashcheniya: 12.02.2022)

Liu X., Zhu M., Zhang R., Zhang J., Zhang C., Liu P., Feng Z., Chen Z. Public mental health problems during COVID-19 pandemic: a large-scale meta-analysis of the evidence // *Translational Psychiatry*. 2021. V. 11. Is. 1. R. 384-398. DOI: 10.1038/s41398-021-01501-9.

Riedel-Heller S., Richter D. COVID-19-Pandemie trifft auf Psyche der Bevölkerung: Gibt es einen Tsunami psychischer Störungen? [COVID-19 Pandemic and Mental Health of the General Public: Is there a Tsunami of Mental Disorders?] // *Psychiatrische Praxis*. 2020. V. 47. Is. 8. R. 452-456. DOI: 10.1055/a-1290-3469.

К.Л. Лидин

Эмоции по поводу ковида – опыт количественного анализа

EMOTIONS ABOUT COVID – EXPERIENCE OF QUANTITATIVE ANALYSIS

K.L. Lidin*

*Ph.D. (technics), expert of Compatriot's Union Federation; 35, Mirchev str., Sofia, Republic of Bulgaria; e-mail: lidinkl@hotmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7022-6871>

Summary. The COVID-19 pandemic was accompanied by an intensive increase in the number of mental disorders, mainly of an anxious and depressive type. This "secondary epidemic" has taken particularly strong forms in the developed countries of the West. On the contrary, in countries such as China, mental disorders associated with the pandemic were observed to a lesser extent. Publications on social psychology have suggested that the mass media played a negative role in the development of the epidemic of mental disorders. This hypothesis was tested by us using the original methodology of private content analysis. The methodology was developed on the basis of the author's model of basic emotions, previously published by the authors. The object of the study was texts taken from special Internet resources of the WHO, the UN, Facebook and the popular British Institute Economist Intelligence Unit (EIU). The sites are officially intended for clarification and psychological support, that is, to counteract the negative socio-psychological consequences of the pandemic. The analysis, however, showed that the emotional content of the texts translates painful states close to generalized anxiety disorder and obsessive-compulsive disorder. It is concluded that the official websites of both large interstate organizations and private companies actually reinforce the negative phenomena of the secondary epidemic of mental disorders, although they are designed to combat them. The study does not allow us to confidently determine whether this effect is caused by a planned and purposeful suggestion of neurotic states or whether it was the result of an error. In any case, the inevitable catastrophes and crises coming in the future may be accompanied by similar pathogenic processes.

Keywords: psychology, pandemic, COVID-19, anxiety-depressive disorders, internet, media.