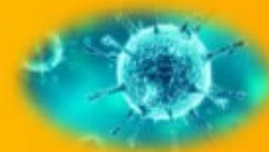


СУБЕКТИВНИ ОЦЕНКИ И РЕАКЦИИ КЪМ СИТУАЦИЯТА С РАЗПРОСТРАНЕНИЕТО НА COVID-19

**СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ „СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ“
КАТЕДРА „ОБЩА, ЕКСПЕРИМЕНТАЛНА, РАЗВИТИЙНА И ЗДРАВНА
ПСИХОЛОГИЯ“**

проф. д.пс.н. С. Карабельова, д-р Б. Зарбова, Р. Стоянова

ЦЕЛ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО



- Да установи нивото на стрес и съпътстващите го реакции в началната фаза след обявяването на епидемията от COVID-19 в България.
- Да проучи и изведе връзки между субективните възприятия, оценки и поведението на личността за справяне в условията на временно наложената социална дистанция и изолация.



- Проучването е осъществено в периода 17-22 март 2020 г.
- Метод - на отзовалите се
- Онлайн платформата Google Forms.
- Линкът - разпространяван през социалните мрежи онлайн.

РЕСПОНДЕНТИ



1504

УЧАСТНИЦИ

37.5г.

СРЕДНА ВЪЗРАСТ

63%

СЕМЕЙНИ

48.6%

С МАГИСТЪРСКА СТЕПЕН

от 15 до 77г.

ВЪЗРАСТ НА УЧАСТНИЦИТЕ

63%

СОФИЯ

37.7%

РАБОТЕЩИ В ЧАСТНИ
ФИРМИ

81%

ЖЕНИ

Резултатите показват
някои тенденции.

Ограничения – изследваните лица – по-голям процент: жени; от столицата; с висше образование; до 50 годишна възраст.

ИНСТРУМЕНТАРИУМ



- *Въпросник за измерване нивото на възприета заплаха, контрол и общо равнище на стрес (PSPC-14).*
- *Въпросник за изследване на социалния капитал:*
 - Споделяне на важна информация;
 - Емоционална подкрепа от семейство и приятели.
- *Въпросник за промяна в поведението:*
 - Оцеляване и подобряване на начина на живот;
 - Загриженост за здравето и хигиената;
 - Ограничения в социалния живот;
 - Забавления в условията на социална изолация.

ИНСТРУМЕНТАРИУМ



- *Въпросник за измерване на емоционалната афективност:*
 - Позитивни емоции;
 - Негативни емоции;
 - Гняв;
 - Хумор и ирония.
- *Анкетна карта за:*
 - Източници на търсене и получаване на информация;
 - Обяснения за ситуацията;
 - Оценка на риска от заболяване с COVID 19;
 - Отношение към информацията и препоръчаните мерки;
 - Очаквания за бъдещето след отминаване на пика в разпространението на заболяването.



ВАРИАЦИИ В ИЗСЛЕДВАНИТЕ ФЕНОМЕНИ

ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ИЗТОЧНИЦИТЕ НА ИНФОРМАЦИЯ



С НАЙ-ГОЛЯМА ПОПУЛЯРНОСТ - ОФИЦИАЛНИТЕ ИЗЯВЛЕНИЯ НА КРИЗИСНИЯ ЩАБ В БЪЛГАРИЯ ЗА БОРБА С COVID-19

СУБЕКТИВНА ОЦЕНКА НА РИСКА ОТ ЗАБОЛЯВАНЕ (%)



РЕЗУЛТАТИТЕ КОРЕСПОНДИРАТ С ОФИЦИАЛНАТА ИНФОРМАЦИЯ ВЪВ ВРЪЗКА С COVID-19.
ЕДНА ЧЕТВЪРТ ОТ РЕСПОНДЕНТИТЕ НЕ СМЯТАТ, ЧЕ ИМА ПО-ВИСОК ОТ ОБИЧАЙНИЯ РИСК.

ВЕРОЯТНО ОБЯСНЕНИЕ ЗА СИТУАЦИЯТА (%)



41% - криза, провокирана от финансови институции с цел преразпределение на средства и пазари

40% - експеримент с биологично оръжие

ВЪЗПРИЕТА ЗАПЛАХА (често и много често – в %)



НАЙ-ЧЕСТО ХОРАТА МИСЛЯТ ЗА НЕЩАТА, КОИТО ТРЯБВА ДА ДОВЪРШАТ ДОКРАЙ

ВЪЗПРИЕТ КОНТРОЛ (често и много често – в %)



НАЙ-ЧЕСТО ХОРАТА ПОСРЕЩАТ УСПЕШНО ДРЕБНИТЕ ПРОБЛЕМИ И ГРИЖИ В ЕЖЕДНЕВНИЕТО

РАЗЛИЧИЯ ПО ПОЛ



Мъжете са по-гневни
спрямо ситуацията



Мъже Жени

Жените изпитват негативни
емоции в по-голяма степен



Мъжете използват
повече хумор и ирония
като механизъм за
справяне



Жените акцентират
върху споделянето,
онлайн общуването и
търсенето на
емоционална подкрепа



РАЗЛИЧИЯ ПО ПОЛ



Мъжете са по-адаптивни по отношение на забавленията в условия на социална изолация



Мъжете са загрижени в по-малка степен за подобряване начина на живот, здравето и личната хигиена и за ограничаването на социалните контакти



Мъже

Жени

Жените възприемат заплахата от заразяване с COVID 19 в по-голяма степен



Общото равнище на стрес е по-високо при жените

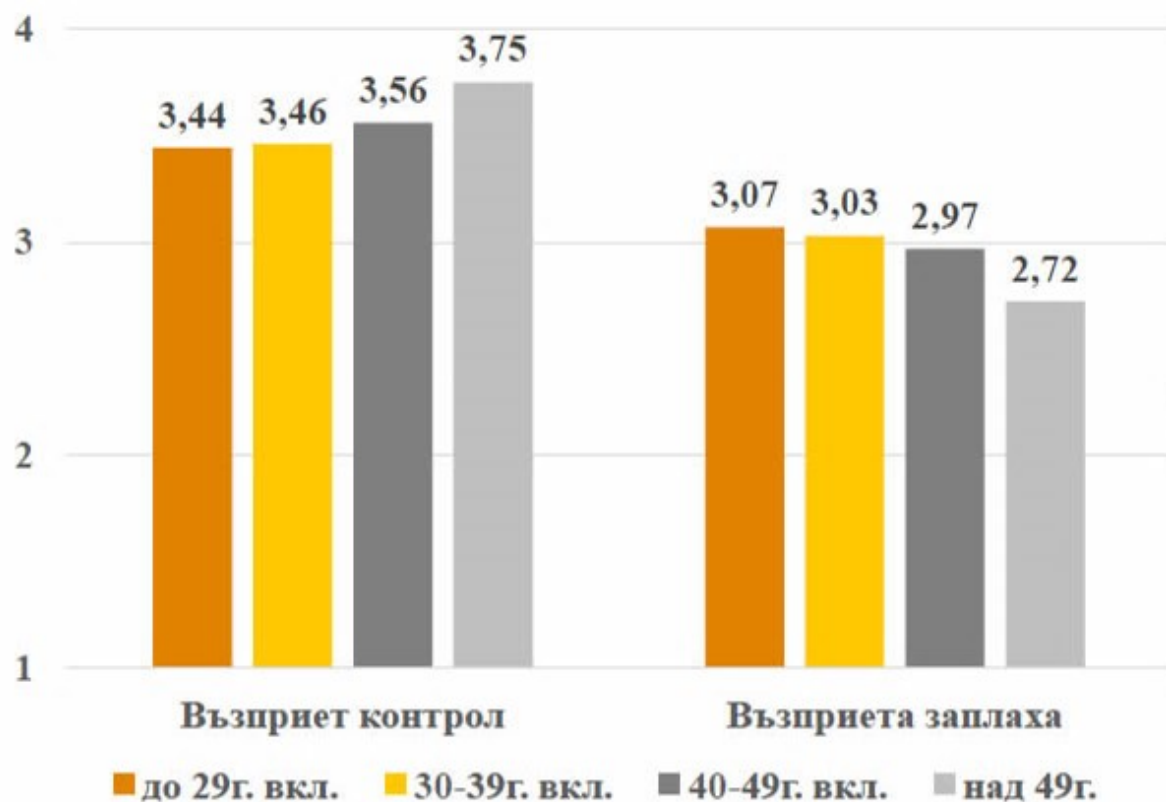


РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД ВЪЗРАСТТА

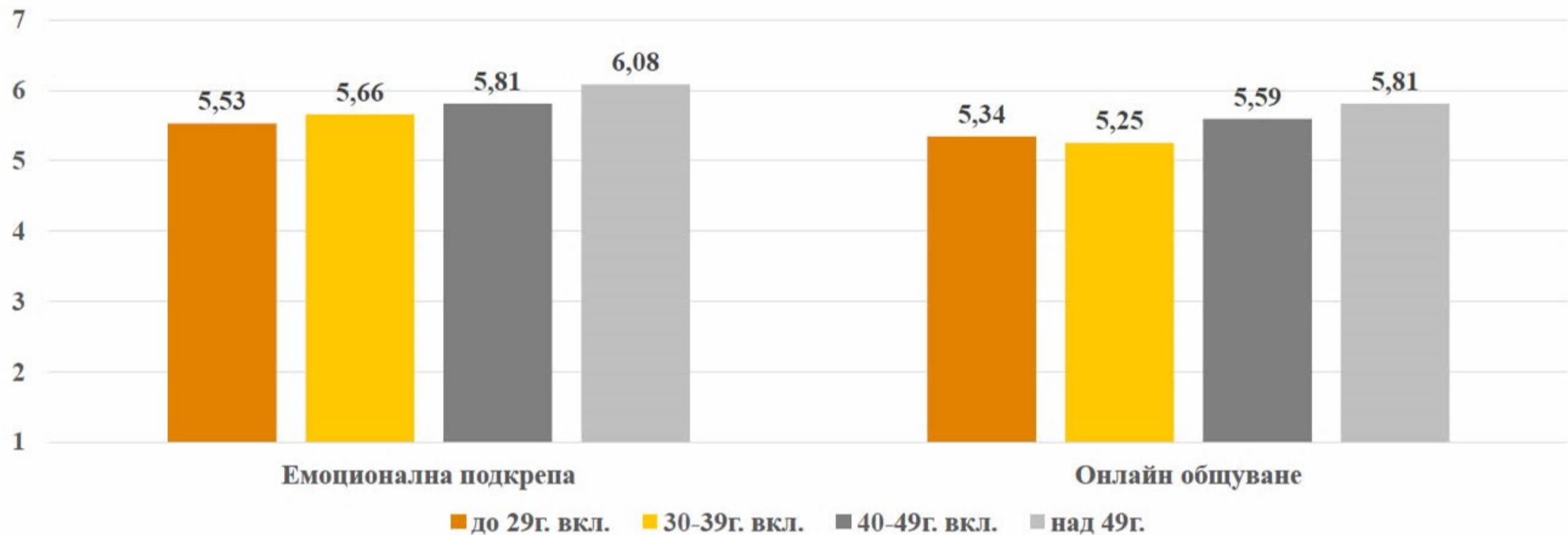


Хората над 49 г.

- най-високи нива на възприет контрол
- най-ниска степен на възприемана заплаха от ситуацията



РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД ВЪЗРАСТТА



Хората над 49 г. разчитат в най-голяма степен на емоционалната подкрепа и общуването онлайн за справяне в ситуацията на социална изолация

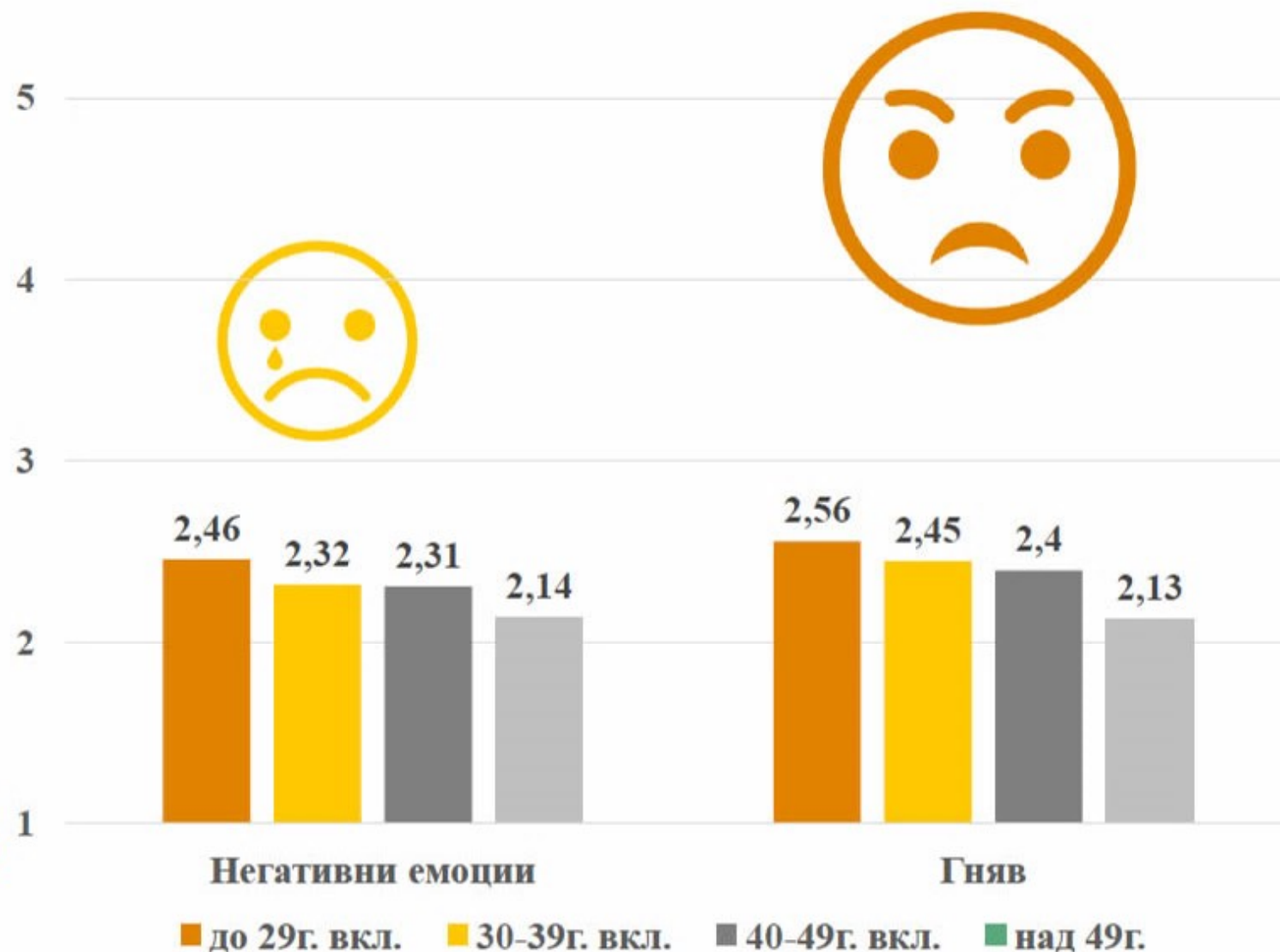
РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД ВЪЗРАСТТА



→ Хората до 29 г.:
- най-високи нива на
негативни емоции като:

- Тъга
- Тревога
- Страх
- Паника
- Самота
- Песимизъм
- Безпомощност

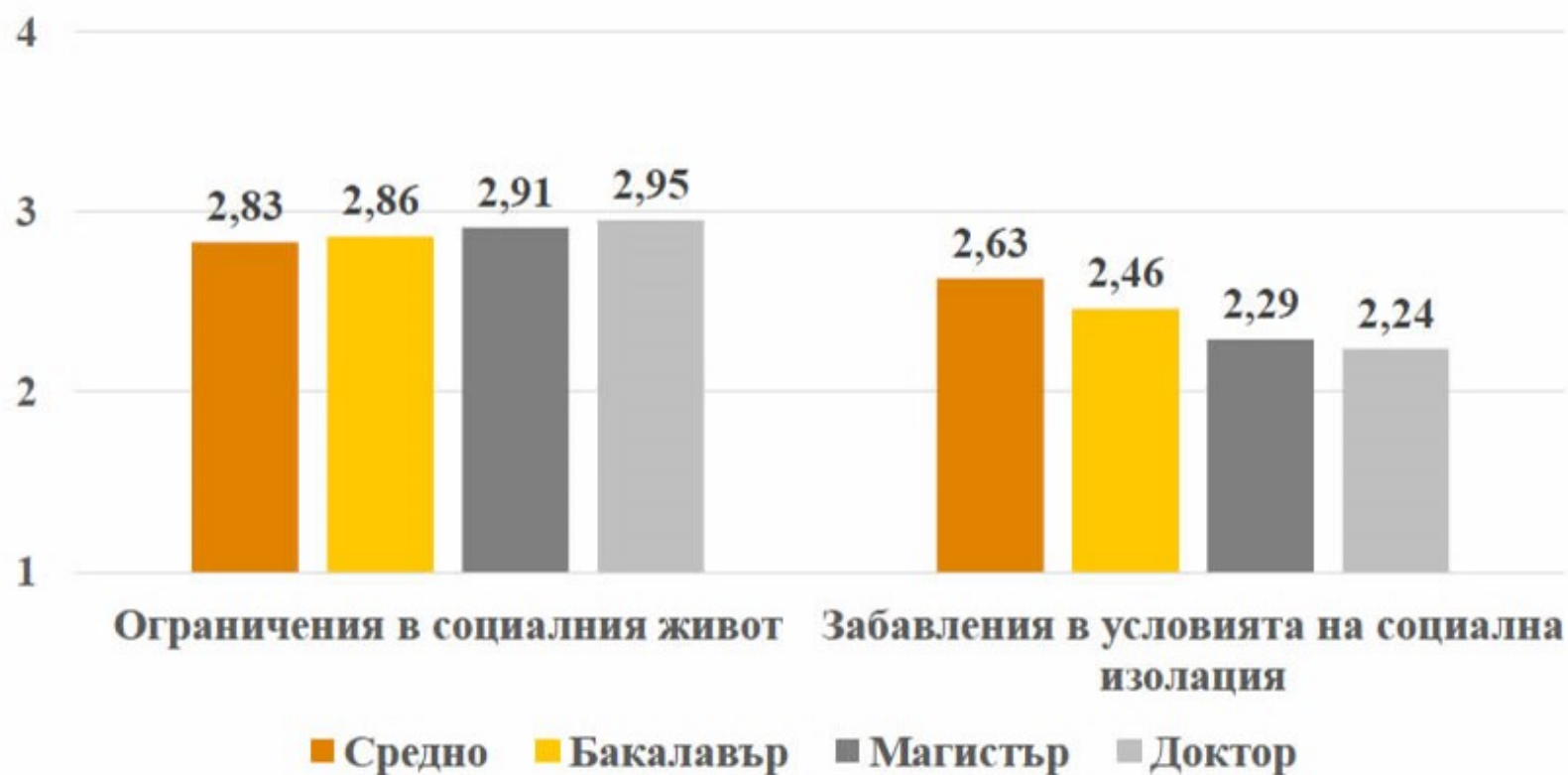
- най-високи нива на гняв,
раздразнение и възмущение



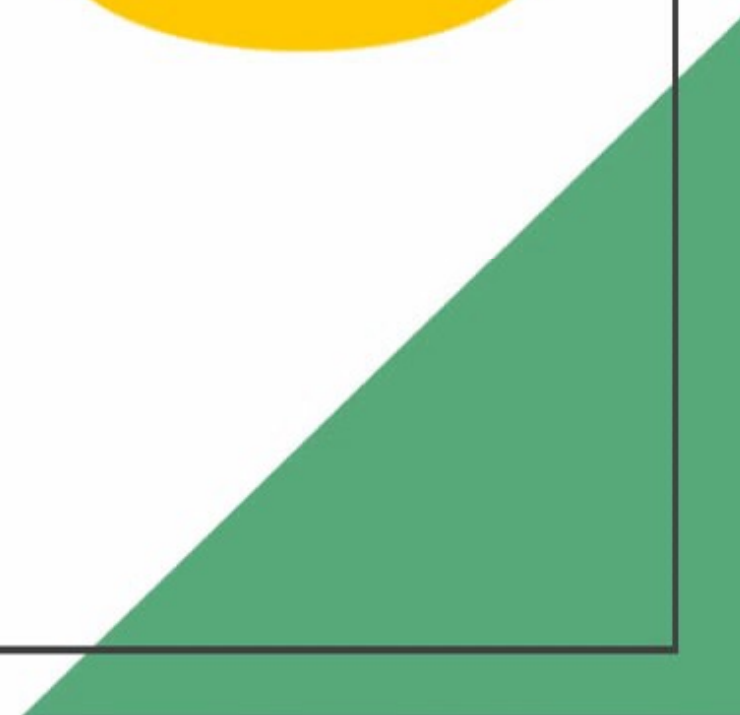
РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД ОБРАЗОВАНИЕТО



С повишаване на степента на образование хората изпитват в по-голяма степен ограниченията в социалния живот



Хората със средно образование се адаптират по-добре към забавленията в условията на социална изолация

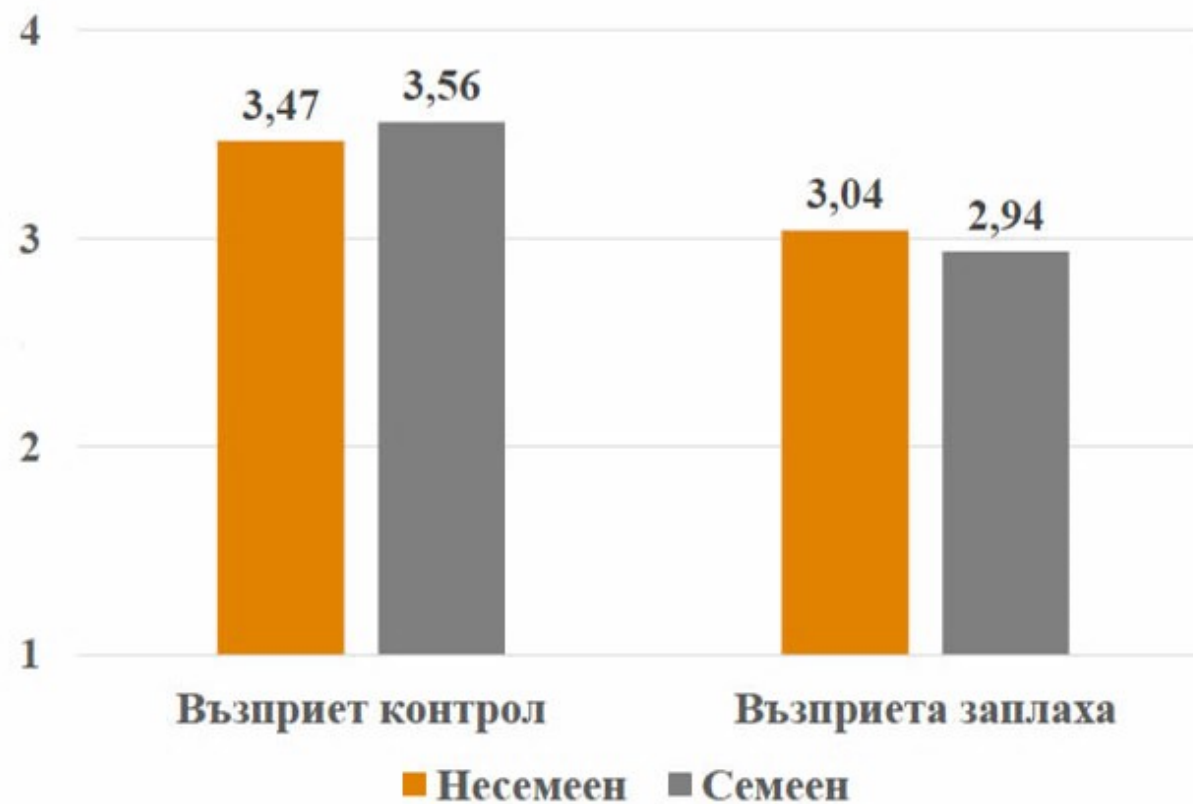


РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД СЕМЕЙНОТО ПОЛОЖЕНИЕ

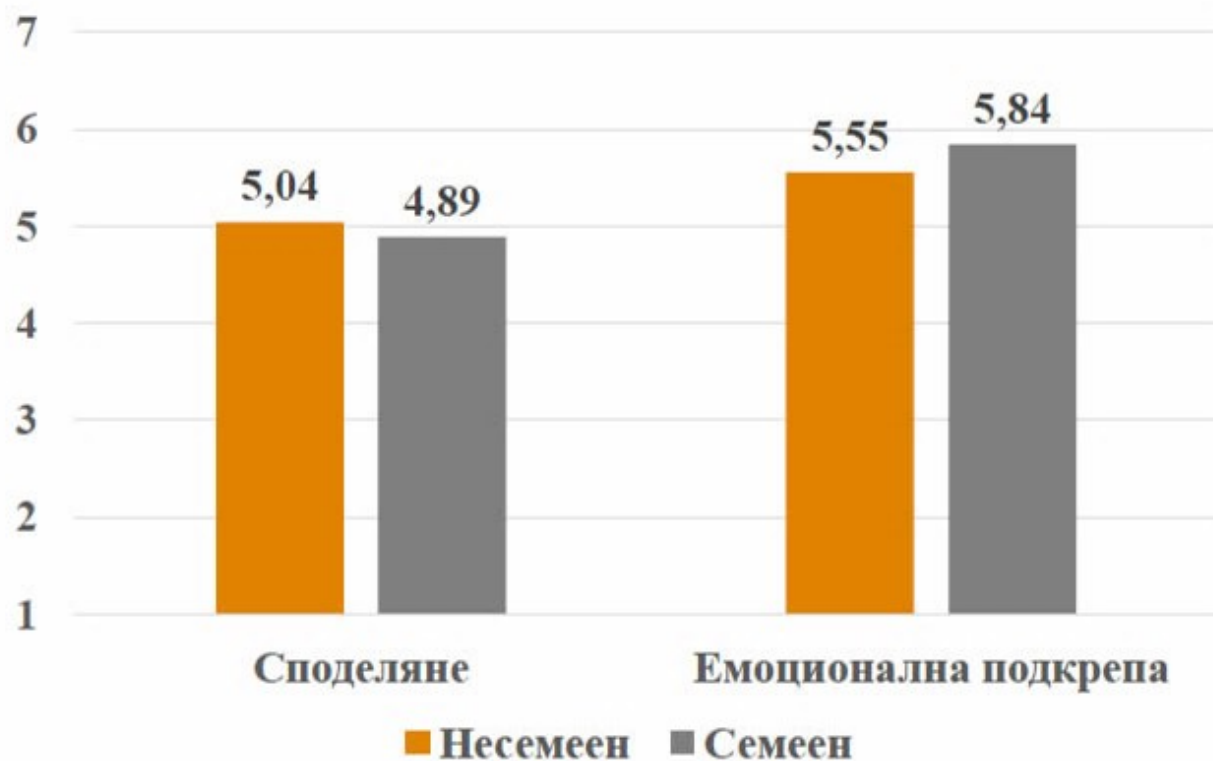


Семейните:

- по-силно изявен личен контрол над ситуацията,
- възприемат ситуацията като заплашителна в по-малка степен

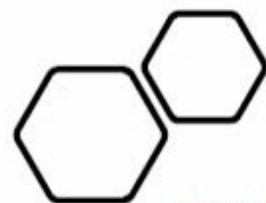


РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД СЕМЕЙНОТО ПОЛОЖЕНИЕ

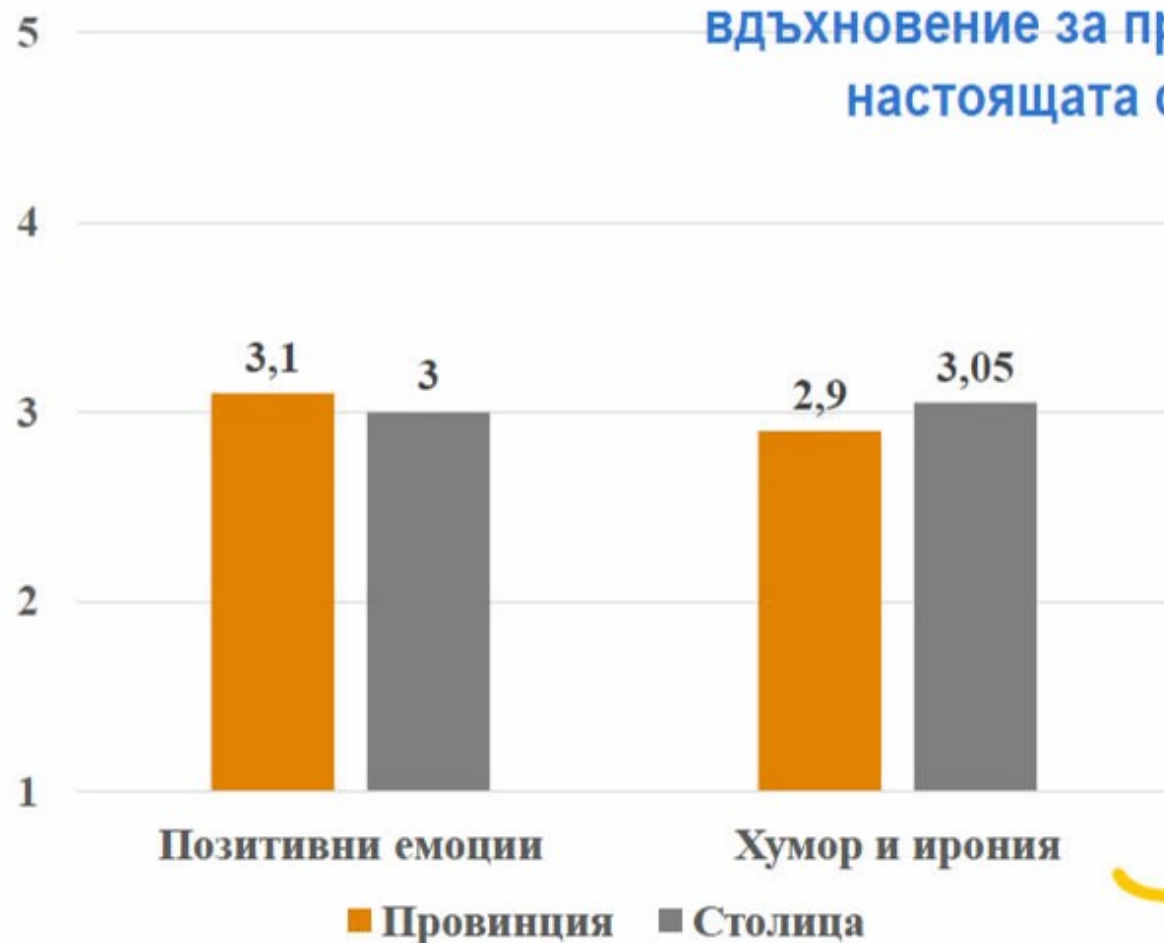


- Несемейните разчитат повече на споделянето
- Семейните търсят емоционална подкрепа от близките

РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД МЕСТОЖИВЕЕНЕТО



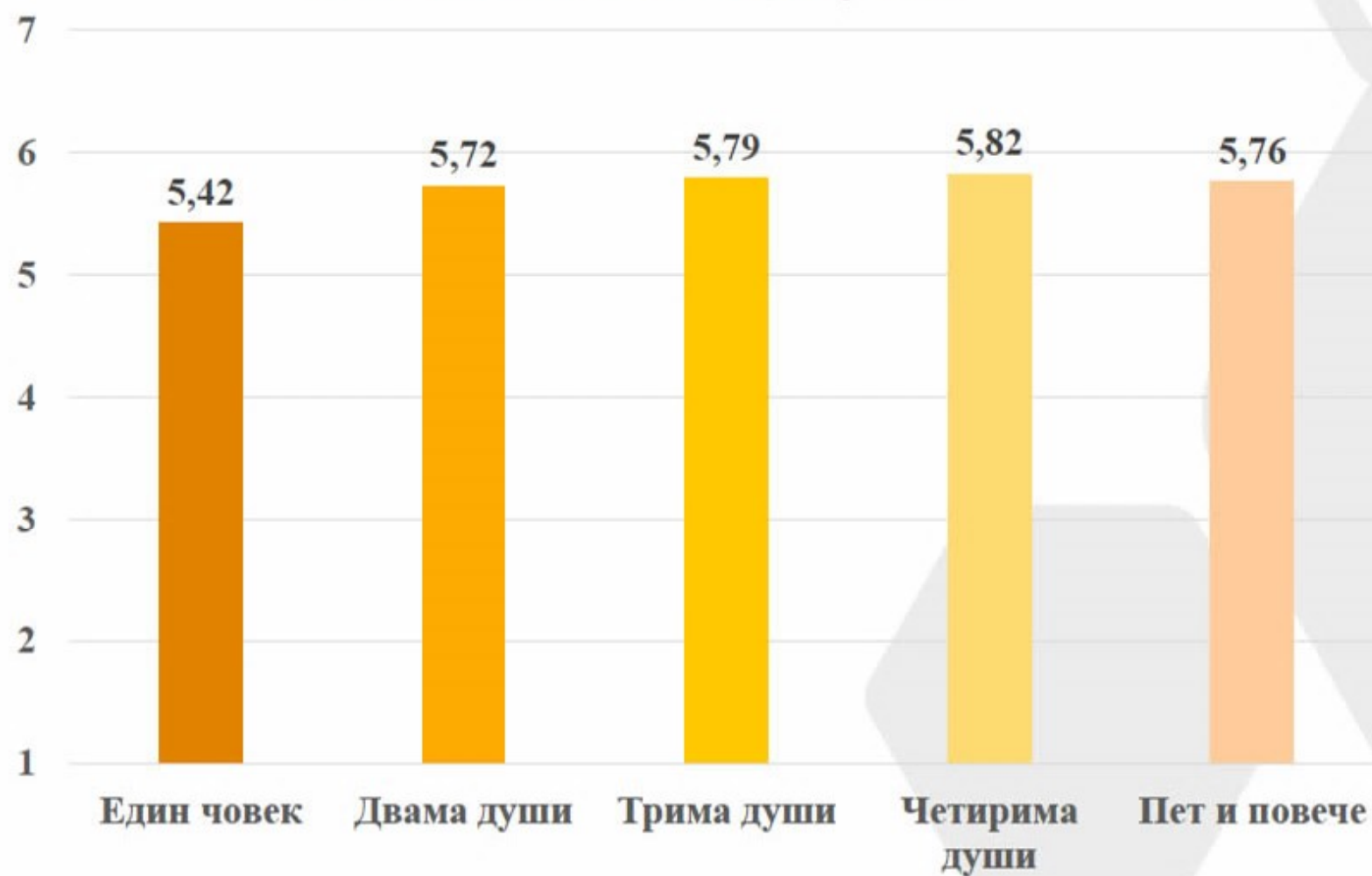
Живеещите в провинцията
преживяват повече позитивни
емоции като оптимизъм, хуманност и
вдъхновение за промяна в
настоящата ситуация



Живеещите в столицата използват хумора и иронията
като механизъм за справяне в по-голяма степен

РАЗЛИЧИЯ СПОРЕД БРОЯ ЧЛЕНОВЕ В ДОМАКИНСТВО

Емоционална подкрепа



Домакинствата с трима и четирима души търсят и генерират в най-голяма степен емоционална подкрепа



ВЗАИМОВРЪЗКИ



**ВЪЗПРИЯТИЕ ЗА ЛИЧЕН КОНТРОЛ СПРЯМО
НАСТОЯЩАТА СИТУАЦИЯ - СВЪРЗАНО С
ПРЕЖИВЯВАНЕ НА ПОЗИТИВНИ ЕМОЦИИ И ПО-
НИСКИ НИВА НА НЕГАТИВНИ ЕМОЦИИ.**

**ВЪЗПРИЕТ
КОНТРОЛ** ↔ **ПОЗИТИВНИ
ЕМОЦИИ**

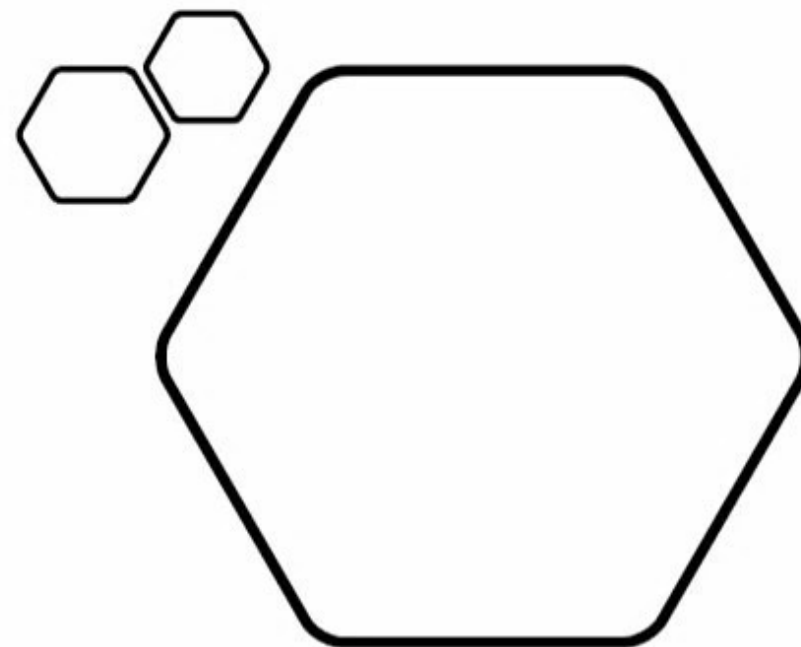
**ВЪЗПРИЕТА
ЗАПЛАХА** ↔ **НЕГАТИВНИ
ЕМОЦИИ**

**ВЪЗПРИЕТАТА ЗАПЛАХА - СВЪРЗАНА
С ВИСОКА СТЕПЕН НА
ПРЕЖИВЯВАНИЯ НА НЕГАТИВНИ
ЕМОЦИИ И НИСКИ НИВА НА
ПОЗИТИВНИ ЕМОЦИИ.**

ОБЩО РАВНИЩЕ НА СТРЕС



ВИСОКИ НИВА НА РАВНИЩЕТО
НА СТРЕС - СВЪРЗАНИ С
ПОВЕЧЕ СПОДЕЛЯНЕ И
ТЪРСЕНЕ НА ЕМОЦИОНАЛНА
ПОДКРЕПА



СУБЕКТИВНОТО ВЪЗПРИЯТИЕ ЗА ЗАПЛАХА -
СВЪРЗАНО С ВИСОКИ НИВА НА ГНЯВ

ПОЗИТИВНИ ЕМОЦИИ



ОГРАНИЧЕНИЯТА В СОЦИАЛНИЯ
ЖИВОТ - СВЪРЗАНИ С ВИСОКА
СТЕПЕН НА ПРЕЖИВЯВАНЕ НА
НЕГАТИВНИ ЕМОЦИИ,
ДОКАТО ТЕХНИКИТЕ ЗА СПРАВЯНЕ
СЪС СИТУАЦИЯТА И ОЦЕЛЯВАНЕТО
– СВЪРЗАНИ С ПРЕЖИВЯВАНЕ НА
ПОЗИТИВНИ ЕМОЦИИ



ЕМОЦИОНАЛНАТА ПОДКРЕПА, СПОДЕЛЯНЕТО И
ОНЛАЙН ОБЩУВАНЕТО - СВЪРЗАНИ С
ПРЕЖИВЯВАНЕТО НА ПОЗИТИВНИ ЕМОЦИИ



ОБОБЩЕНИЕ



Независимо от извънредния и необичаен характер на цялостната ситуация, изследваните лица **НЕ Я ПРЕЖИВЯВАТ като силно стресираща.**

В **НАЧАЛНАТА ФАЗА** на развитие на епидемията доминиращи са **ПОЗИТИВНИТЕ ЕМОЦИИ, ИРОНИЯТА И ЧУВСТВОТО ЗА ХУМОР.**



Мъжете са по-гневни, приоритетно използват иронията, чувство за хумор и самоиронията като стратегия за справяне.

Жените преживяват по-силно емоциите от негативния регистър – тревога и страх. Приоритетно използват споделянето, онлайн общуването и търсенето на емоционална подкрепа като социален капитал.



С възрастта се повишава нивото на възприет контрол – фокус върху осъществяването на конкретни задачи и справяне с дребни проблеми в ежедневието.

Младите хора (до 29 г.) имат по-високо равнище на преживяване на негативни емоции и гневни чувства. Търсенето на емоционална подкрепа в тази възрастова група е най-малко ползвано като социален капитал в ситуацията.



Семейните проявяват по силен контрол над ситуацията и разчитат в по-голяма степен на емоционалната подкрепа като ресурс за справяне.

Несемейните възприемат ситуацията в по-голяма степен като заплашителна и генерират като допълнителен ресурс за справяне споделянето.





Респондентите извън столицата
преживяват по-силно позитивни емоции
и вдъхновение за промяна.



Изследваните лица
от столицата използват в по-
голяма степен иронията,
чувството за хумор и
самоиронията като стратегии
за справяне.

ОЧАКВАНИЯ ЗА БЪДЕЩЕТО



След пика в разпространението на COVID-19 – НЕГАТИВНИ ПОСЛЕДСТВИЯ ЗА ИКОНОМИКАТА, но и ПРОМЯНА В ЦЕННОСТИТЕ, ЗАГРИЖЕНОСТ ЗА ЗДРАВЕТО И НАЧИНА НА ЖИВОТ.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ



НЕПОСРЕДСТВЕНО ВЛИЯНИЕ ВЪРХУ ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ НА
ХОРАТА

Рестриктивните мерки
за социална изолация

ПРОСТРАНСТВО
ЗА ПОВЕЧЕ
ВИРТУАЛНО ОБЩУВАНЕ

Line arrow Clockwise curve

ВЪЗМОЖНОСТИ
ЗА СПОДЕЛЯНЕ НА ЛИЧНИ
ПОЗИЦИИ И МНЕНИЯ, КОИТО
ВАРИРАТ В ШИРОК
ЕМОЦИОНАЛЕН ДИАПАЗОН И
ГРАДАЦИЯ



КЛЮЧОВИ ЗАДАЧИ НА СПЕЦИАЛИСТИТЕ В ОБЛАСТТА НА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

- Терапевтична и подкрепяща работа
- Задълбочен и коректен анализ на данни от проучвания
- Очертаване на насоки за оптимално преодоляване на констатираните негативни ефекти





**БЛАГОДАРИМ ЗА
ИНТЕРЕСА И УЧАСТИЕТО
В ИЗСЛЕДВАНЕТО!**
